

MANUAL DE ADIESTRAMIENTO BASICO



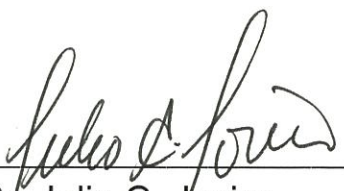
Comandancia de Cadetes Médicos Adventistas
Unión Puertorriqueña
de los Adventistas del Séptimo Día

Ministerio Juvenil

Manual oficial para la capacitación básica en el programa de Cadetes Médicos Adventistas.

Este manual es el resultado de años de labores por parte de dedicados oficiales, y sacrificados voluntarios del Cuerpo de Cadetes Médicos Adventistas de la Asociación Adventista del Este de P.R. Ha sido un esfuerzo abnegado que ha requerido cientos de horas de edición y revisiones. La comandancia de los Cadetes Médicos de la Unión Puertorriqueña agradece a todos aquellos que, de alguna forma, han contribuido a la formación de este manual instructivo. Especialmente agradecemos el gesto fraternal de compartirlo con todos los cadetes en P.R.

Por la necesidad que existe en otras áreas, desde este año 2012, la Comandancia de la Unión lo estará utilizando como el Manual Básico para todo P.R. Debe ser utilizado formalmente, con objetividad y buena voluntad por los cadetes y oficiales de todo P.R. Debe ser aplicado y enseñado por personal reconocido y autorizado, y en armonía con los principios y normas de la Iglesia Adventista del Séptimo Día. No debe ser alterado ni utilizado con fines personales o cualquier fin ajeno a los propósitos establecidos por La comandancia de los Cadetes Médicos de la Unión Puertorriqueña. Cualquier observación o solicitud de mejora o edición, debe ser enviada por escrito a: Comandancia de Cadetes Médicos Adventistas, Avenida Hostos #774, Carr. #2, Km. 158.2, Mayagüez, P.R. 00680


Pr. Julio C. Javier
General de Brigada - UP
Cadetes Médicos Adventistas



INTRODUCCION

Este manual de Adiestramiento Básico responde a la continua necesidad de adiestramientos eficientes y sistemáticos para los participantes de los Cadetes Médicos Adventistas. La juventud es adiestrable y cuando se le fijan metas y se le presentan altos ideales, sus capacidades son retadas a alcanzarlas. Como soldados de Jesús, nos preparamos para servir a Dios y a nuestro prójimo a un nivel de excelencia y servicio desinteresado.

Dicho manual contempla enseñar al cadete en los aspectos básicos que rigen a la organización. A raíz de la transformación de los Cuerpos de Cadetes Médicos Adventistas, desde el cese del Servicio Militar Obligatorio a una entidad de servicio a la comunidad, es imperativo la orientación y el adiestramiento hacia el nuevo enfoque.

Actualmente nuestra organización no tiene nada que ver con el Servicio Militar, con la excepción de la conservación de nuestra historia o de las raíces de dicha organización. Estas raíces las conservamos con orgullo y con respeto, a fin de saber de dónde surgimos y la necesidad de orientación del programa actual para definir hacia dónde vamos. El Cadete Medico Adventista de la actualidad debe conocer claramente la diferencia entre el programa pasado y el programa actual. Debe adiestrarse a fin de aprender, expresar y enseñar a otros con claridad nuestro presente programa.

A fin de proveer un programa de altura para todos, que cumpla las expectativas actuales, presentamos el actual concepto de este manual. El mismo será actualizado cuantas veces sea necesario y se le añadirá toda materia que nos permita estar al día. Su utilidad será probada en el campo de acción. Así pues presentamos a usted este *MANUAL DE ADIESTRAMIENTO BASICO*.

TABLA DE CONTENIDO

	Página
Tabla de Contenido.....	1.
Introducción.....	2
➤ Información General.....	3.
• Filosofía	
• Objetivos	
• Credo	
• Himno	
• Historia	
➤ Emblemas.....	6
• Escudo de los Cadetes Médicos Adventistas	
• Banderas	
• Banderín de unidad	
➤ Uniformes.....	15
➤ Sistema de Méritos (Ribbons).....	24
➤ Cortesía y Disciplina.....	28
➤ Rangos.....	30
➤ Programa Capacitación y Promoción.....	35
➤ Formaciones.....	42
➤ Marchas y Ceremonias.....	51
➤ Nudos.....	60
➤ Acondicionamiento Físico (Conditional Drill I & II).....	81
➤ Natación I.....	87
➤ Brújula y Puntos cardinales.....	89
➤ Transportación de Heridos.....	100
➤ Nudos de Rescate.....	106

INFORMACION GENERAL

FILOSOFIA

El cuerpo de Cadetes Médicos Adventistas es un programa bajo la administración del Departamento de Ministerio Juvenil de la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Se aceptan personas de ambos sexos de dieciséis (16) años en adelante. Se les adiestra y capacita para servir a Dios, a su prójimo y a la comunidad aún en momentos de necesidad tales como desastres naturales, accidentes, etc. Organiza efectivamente los recursos humanos y materiales con el fin de proveer apoyo espiritual, emocional y logístico, en forma rápida y manteniendo en alto nuestro lema el cual es: *servir, servir, servir*.

Esta organización provee herramientas para el crecimiento espiritual de sus miembros, teniendo la oportunidad y el privilegio de formar cuerpos (grupos) en las diferentes iglesias de nuestra organización y de esa manera como Soldados de Cristo se enlistan en las labores de salvar almas de las ruinas del pecado.

Desarrollamos los conocimientos en los conceptos modernos de ayuda médica y de emergencias en primeros auxilios básicos y avanzados, resucitación cardiopulmonar (R.C.P.), salvamento, supervivencia acuática, rescate y salud preventiva entre otros.

El adiestramiento físico esta orientado al desarrollo y acondicionamiento optimo de las facultades físicas, manteniendo un balance entre lo físico y lo mental mediante el programa de adiestramiento existente.

Se une a otros grupos y entidades similares con los mismos propósitos sin perder su identidad propia ni sus principios. Ofrece sus conocimientos a otras personas o entidades que así lo soliciten.

OBJETIVOS

Los Cadetes Médicos Adventistas persiguen los siguientes objetivos:

- 1- Desarrollar a nuestros jóvenes en las facultades físicas, mentales y espirituales.
- 2- Fomentar el espíritu misionero conforme a los principios del Departamento Ministerio Juvenil.
- 3- Proveer los cursos del Ministerio Juvenil y los de Guía Mayor.
- 4- Proveer un programa a nuestros jóvenes para mantener la eficiencia física dentro de los parámetros de la iglesia.
- 5- Proveer un plan de acción de actividades sociales y educacionales.
- 6- Desarrollar el verdadero espíritu de servicio dirigido a Dios y a nuestros semejantes.
- 7- Crear líderes para Cristo

CREDO

Nuestro credo está ajustado y aplicado al contexto de libertad de palabra, expresión y de religión existentes en Puerto Rico y territorios americanos. Es tan importante para el cadete que una de las primeras cosas que el ó ella hace al ingresar a nuestras filas es el aprenderlo de memoria. El mismo declara lo siguiente:

“SOY UN CADETE MEDICO, DEFENSOR DE LOS JUSTOS DERECHOS DE LA HUMANIDAD, Y SIRVO A TODA CAUSA JUSTA Y NOBLE. ESTOY ORGULLOSO DE SERLO. ACTUARE SIEMPRE EN UNA FORMA CORRECTA, PIDIENDO AL TODO PODEROSO CONTINUAMENTE QUE GUIE MIS PASOS DONDEQUIERA QUE VALLA. ESTOY ORGULLOSO DE MI ORGANIZACIÓN. HARE TODO LO QUE ESTE A MI ALCANCE PARA MANTENER EN ALTO LA MORAL Y LOS PRINCIPIOS QUE PERSIGUE. SERE LEAL A LOS QUE SIRVO. OBEDECERE LAS ORDENES E INSTRUCCIONES DE MIS SUPERIORES; EN DIOS CONFIO, AMEN”

HIMNO

Toda organización tiene un canto o himno que les sirve de inspiración a sus miembros a recordar el propósito por el cual fueron llamados. Los Cadetes Médicos Adventistas también tienen su himno. Este es el siguiente:

“SOMOS LA JUVENTUD, QUE COMBATIMOS PARA EL SEÑOR. GUADAMOS SU LEY DE AMOR, SIRVIENDO AL MUNDO Y DIOS; Y SOMOS SOLDADOS DE DIOS. Y SOMOS LA JUVENTUD DE DIOS”..

(Se repite la estrofa una vez más en marcha estacionaria)

HISTORIA

En la década del 1860, la creciente Iglesia Adventista se vio obligada a definir su posición en tiempos de guerra. La Guerra Civil en los Estados Unidos era inminente. Muchos de nuestros jóvenes fueron reclutados para servir a la patria a costa de tomar la vida de otros seres humanos. Esta posición era opuesta a los principios enseñados por Jesús en su palabra. Una alternativa para que nuestros jóvenes no fueran a la guerra era el pagar trescientos dólares (\$300) al gobierno por cada joven. La iglesia trabaja fuertemente para conseguir dicha suma.

El 3 de marzo de 1863 comenzó el reclutamiento nacional en los Estados Unidos. Las iglesias fueron al Congreso a exponer los puntos por los cuales no participaban en la guerra. John N. Andrew es enviado a Washington D.C. a reunirse con personalidades del gobierno a presentar los puntos de vista como no-combatientes según la Adventista. Al concluir la guerra civil en el 1865, la iglesia descansa de los trámites con el gobierno sobre sus jóvenes y la guerra.

Cincuenta y dos (52) años más tarde la iglesia se encontró con la misma situación al estallar la primera guerra mundial (W.W.I.). Muchos de nuestros jóvenes terminaron en las prisiones militares por permanecer de parte de Dios. La iglesia comenzó a desarrollar un programa para ayudar a los jóvenes que eran reclutados por el ejército.

En 1940, el programa de los Cadetes Médicos Adventistas se dio a conocer. El adiestramiento se limitó a dos semanas de duración. Cuando llamaban a nuestros jóvenes para entrar al Servicio Militar, estos ya estaban adiestrados y preparados para aplicar técnicas efectivas en primeros auxilios. Por tal razón al ser reclutados, los asignaban a las labores médicas. De esta manera servían a Dios y a la patria. Una vez concluye el Reclutamiento Nacional en 1972, la iglesia vio bien en desactivar y archivar el programa por ser muy costoso y por no ser más necesario mantenerlo.

Puerto Rico y las zonas del Caribe, cada año estamos propensos a diferentes fenómenos naturales como tormentas, huracanes y otros. La iglesia local vio con buenos ojos el dar otro giro a los cadetes y que estos sirvieran a la comunidad. Ya no se preparan para servir en tiempos de guerra. Ahora sus adiestramientos están dirigidos a servir al prójimo y a su comunidad en momentos de desastres, accidentes, fuegos y en todo aquello que ayude al bienestar de nuestra sociedad.

En los desastres que han ocurrido en la isla, los Cadetes Médicos Adventistas han dicho presente y han realizado labores en diferentes áreas de manera satisfactoria. Tan eficiente ha sido su labor que actualmente ocupa un lugar importante dentro de la Cruz Roja Americana, capítulo de Puerto Rico tanto a nivel local en nuestra isla como a nivel nacional. También reconocidos por FEMA y por la administración del maratón del Teodoro Moscoso. Dios ha bendecido de manera especial esta organización y la seguirá dirigiendo aun sobre los obstáculos que el enemigo quiera colocar.

No está demás señalar que este programa que promueve la iglesia, está ayudando a muchos jóvenes a acercarse más a Jesús mientras que otros ya sellan sus vidas con el Maestro. Muchos son los jóvenes y señoritas que ya forman parte de la historia de uno de los capítulos más gloriosos de la historia de la Iglesia Adventista en tiempos modernos, y queda la invitación abierta para que tu también seas parte de la historia de los Cadetes Médicos Adventistas.

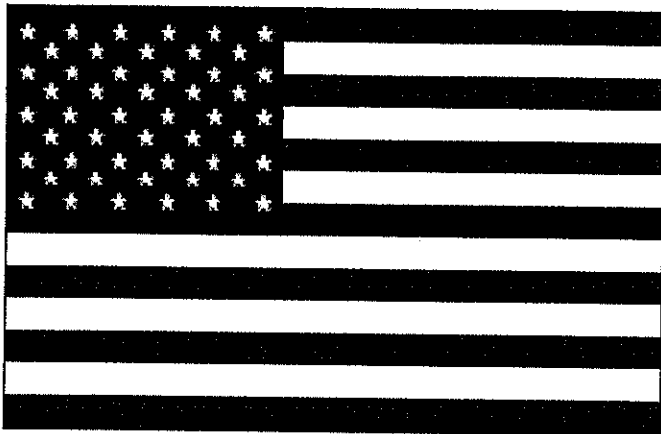
EMBLEMA MCC



- 1- ESCUDO (PROTECCION)- “más tu, Jehová, eres escudo alrededor de mí: mi gloria, y el que ensalza mi cabeza” Sal. 3:3 “mi escudo esta en Dios, que salva a los rectos de corazón”. Sal. 7:10 “sobre todo, tomad el escudo de la fe, con que podáis apagar todos los dardos de fuego del maligno” Efe. 6:16
- 2- ROJO (SANGRE DE CRISTO)- “en el cual tenemos redención por su sangre, la remisión de pecados por las riquezas de su gracia” Efe. 1:7 “más si andamos en luz, como El está en luz, tenemos comunión entre nosotros, y la sangre de Jesucristo su Hijo nos limpia de todo pecado” 1 Juan 1:7
- 3- AMARILO (SOL DE JUSTICIA)- “mas para vosotros los que teméis mi nombre, nacerá el Sol de Justicia y en sus alas traerá salud; y saldréis como becerros de la manada” Mal. 4:2 “y les hablo Jesús otra vez, diciendo: Yo soy la luz del mundo: el que me sigue, no andará la lumbre de la vida” Juan 8:12
- 4- AZUL (CIELO)- “y estando con los ojos puestos en el cielo, entre tanto que él iba, he aquí dos varones se pusieron junto a ellos en vestidos blancos; los cuales también les dijeron: Varones Galileos, ¿Qué estáis mirando al cielo? Este mismo Jesús que ha sido desde vosotros arriba en el cielo, así vendrá como le habéis visto ir al cielo”. Hechos 1:10,11
- 5- BLANCO (PUREZA)- “por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si alguna alabanza, en esto pensad.
- 6- CADUCEO (SE DIVIDE EN TRES PARTES)
 - a) ASTA- significa la base científica
 - b) ALAS- significa el avance de la medicina
 - c) SERPIENTES- poder curativo “y Jehová dijo a Moisés: Hazte una serpiente ardiente, y ponla sobre la bandera: y será que cualquiera que fuere mordido y mirara a ella, vivirá” Núm. 21:8

- 7- CRUZ (PRIMEROS AUXILIOS)- Uno de nuestros objetivos es prepararnos en esta área para brindar ayuda a todo aquel que lo necesite.
- 8- CADETES MEDICOS ADVENTISTAS (EL NOMBRE QUE NOS IDENTIFICA)- Grupo de jóvenes bajo la administración del Departamento de Ministerios de la iglesia del Séptimo Día, de la sección juvenil. Tenemos un balance en el área física, mental y espiritual. Es por eso que nuestro nombre se divide tres partes siguiendo el ejemplo de la verdadera educación.
- 9- GLOBO (NUESTRO SEGUNDO EMBLEMA)- Este es un pequeño resumen de lo que significa nuestro emblema principal, solo que lleva esta forma porque nos recuerda nuestra meta. Llevar y predicar nuestro mensaje, el evangelio de Cristo y su segunda venida a todo el mundo.

BANDERAS



INTRODUCCION

La enciclopedia nos dice que es un pedazo de tela generalmente en forma rectangular que presenta diversos colores o diseños para propósitos de reconocimiento, comunicación o exhibición.

Terminología:

Para muchos propósitos oficiales las banderas son desplegadas desde cuerdas que van a través de una polea adherida a un *asta* o *mástil*. *Izar* una bandera es elevarla hasta el tope del asta. *Arriar* quiere decir que la bajamos, así que el ancho de la bandera que se mide verticalmente a lo largo del asta se llama *Iza*. El largo o la parte más larga, medida horizontalmente, se llama *Vuelo*.

El *cantor* es una divisa rectangular o triangular que ocupa la cuarta parte o menos de la bandera, generalmente en el lado adjunto al asta, y que contiene una divisa nacional u otro símbolo significativo.

Cuando se esta izando una bandera, se le debe hacer con todo respeto. Cuando usted vea que se está izando o arriando, o cuando usted pase cerca de una bandera desplegada o esta le pasa a usted escoltada de una guardia de honor, deseara demostrar su respeto y su cariño saludándola como lo hace un Cadete en uniforme o con mano derecha en el corazón, si es que esta de civil.

Si esta en un país extranjero, recuerde que la bandera de ese país es representación de su propia bandera, y el hecho de que usted se encuentre legalmente en ese país, significa que dicho país lo ha aceptado y le está ofreciendo su soberanía, su cultura y su protección.

La bandera al izarla debe ser subida rápidamente hasta el tope. Cuando sea bajada, debe hacerse con respeto y a un ritmo lento. La bandera nunca debe tocar tierra. De ser así, esta debe ser desechada con su debido respeto.

Un “Color Guard” consiste de un oficial no comisionado y dos cadetes por cada bandera, que se encargaran de subir y bajar la bandera a diario. El oficial no comisionado da los mandos, mientras los cadetes suben o bajan las banderas. Al ser guardadas estas serán llevadas al “*Headquarter*”, donde se recogerán por el oficial no comisionado del “Color Guard” cada mañana para el izamiento.\

En caso de luto:

Para indicar muerte, o luto, la bandera es izada hasta media asta solamente. Esto se hace izando la bandera rápidamente hasta arriba como es regular y luego se baja lentamente asta que llegue a media asta. Por ejemplo: cuando un presidente muere, la bandera se pone a media asta por 30 días o hasta que lo decrete el estado. Igualmente en departamentos locales, cuando uno de sus funcionarios muere, la bandera va a media asta.

En un funeral militar o de un servidor público donde se usan las banderas en el féretro, la nacional va a la cabeza y sobre el hombro izquierdo del difunto. El féretro es cargado con el lado de los pies al frente. Las banderas no se entierran nunca.

Cortesía a los Himnos Nacionales:

Cuando la primera nota de los himnos nacionales es tocada, todo oficial y cadete en uniforme, aunque no necesariamente en formación, se pondrá de pie mirando hacia donde procede la música o emblemas y rindiendo el saludo correspondiente hasta que la música termine.

Reglas en la ubicación de la bandera

1. Cuando la bandera americana se carga junto a la bandera puertorriqueña, la bandera nacional de Estados Unidos se carga al lado derecho (observándola de frente).
2. Cuando hay varias banderas, las nacionales van al frente, seguidas de las demás.

3. Cuando se despliega en una capilla o iglesia el emblema nacional de Estados Unidos se coloca a la derecha mirando a la gente que esta en el mismo nivel del suelo que las banderas. Si las banderas están levantadas en una plataforma, esta va a la derecha del orador. La bandera estatal Puerto Rico, iría al lado contrario.

¿Cuándo saluda usted a la bandera?

1. Para las ceremonias de las banderas.
2. Cuando la bandera pasa ante usted. Salude por lo menos a seis pasos antes que pase frente a usted y sostenga el saludo hasta que este a seis pasos después de usted. Si esta en fila, salude al mando del director.
3. Cuando pase donde está la bandera, salude por lo menos a seis pasos antes que pase frente a usted y sostenga el saludo hasta que este a seis pasos después de usted. Si esta en fila, salude al mando del director.

¿Cuándo se coloca de pie usted por la bandera?

1. En las ceremonias de la bandera aunque usted no esté uniformado.
2. Cuando la bandera pase ante usted aunque no esté uniformado.
3. Cuando la bandera es llevada en el salón, el auditorio o a la iglesia, ya sea que este uniformado o no.

Desplegando la bandera

- Cuando es desplegada con otras banderas, debe ser izada primero y debe estar a la derecha mirándola de frente.
- Las banderas deben ser del mismo tamaño, y con astas de igual altura.
- Si las banderas nacionales van a ser izadas con la bandera de los conquistadores, jóvenes, aventureros, etc., las banderas nacionales deben ser izadas primero.
- Nunca debe extenderse banderas de dos países diferentes en la misma asta.
- Enarbolada con otra bandera, con astas cruzadas, la bandera nacional debe estar a la derecha con su asta de frente. No es costumbre cruzar dos banderas nacionales.
- Cuando la bandera es colgada horizontalmente en una pared, la unión de la bandera debe estar más arriba e inclinada a la derecha.
- Cuando la bandera es colgada verticalmente en una pared, la unión de la bandera debe estar más arriba y a su propia derecha.
- En grupos de banderas, la bandera nacional debe estar en el centro, un poco más al frente que las otras.
- Si la bandera se va a usar en plataforma con un orador, la bandera de Estados Unidos debe estar siempre a la derecha del orador. Si la bandera va ser enarbolada con la audiencia o congregación, debe ser colocada a la derecha de la fila de enfrente.

- Nunca cuelgue la bandera o use la bandera para decoración. Es solamente para ser usada en un lugar honorable, mostrando lo que ella representa.

BANDERIN DE UNIDAD

I. GENERAL

- a. El banderín (Guidon) es el estandarte que identifica a la unidad. Debe estar en toda formación a menos que se ordene lo contrario.
- b. El portador del banderín (Guidon Bearer) es el elemento encargado del cuidado y mantenimiento del banderín de una unidad.
- c. Todas las unidades, desde el pelotón en adelante, deben tener un banderín que las identifique.
- d. El portador del banderín de un pelotón se coloca a un paso al lado derecho del primer "squad leader". En formación de compañía, el portador del banderín de compañía se coloca un paso al frente y dos pasos a la derecha de frente a la persona que forme la compañía.
- e. Para portar el banderín, se levanta el asta una pulgada del suelo, doblando el codo derecho levemente. Luego de ejecutar el movimiento, se baja el asta volviendo a la posición de "order guidon" (figura -1), manteniendo el asta vertical durante todo el movimiento.
- f. El portador del banderín ejecuta junto con su unidad todos los mandos, ya sean estacionarios o en movimientos.
- g. Si el portador del banderín tiene que cambiar de posición durante movimientos en marcha, lo hará sumiendo la posición de "double time" (figura -6) y se moverá en "double time" de un lugar a otro.

II. MANDOS PARA EL PORTADOR DEL BANDERIN (Guido Barrer)

- a. **Posición de Atención-** Para asumir esta posición se mantendrá la punta inferior del asta en el suelo tocando el exterior del pie derecho. Se sostendrá el banderín en la mano derecha con los dedos en forma de "V", según se ilustra en la figura -1. se mantendrá la mano y el brazo detrás del asta con el brazo naturalmente extendido.
- b. **Parade Rest-** En el mando preparatorio "Parade", se mueve la mano derecha hacia arriba, sujetando el asta, hasta que el antebrazo este en posición horizontal, (2. Fig. -2). En el mando de ejecución "Rest", estire el brazo hacia el frente manteniéndolo el asta tocando el suelo y

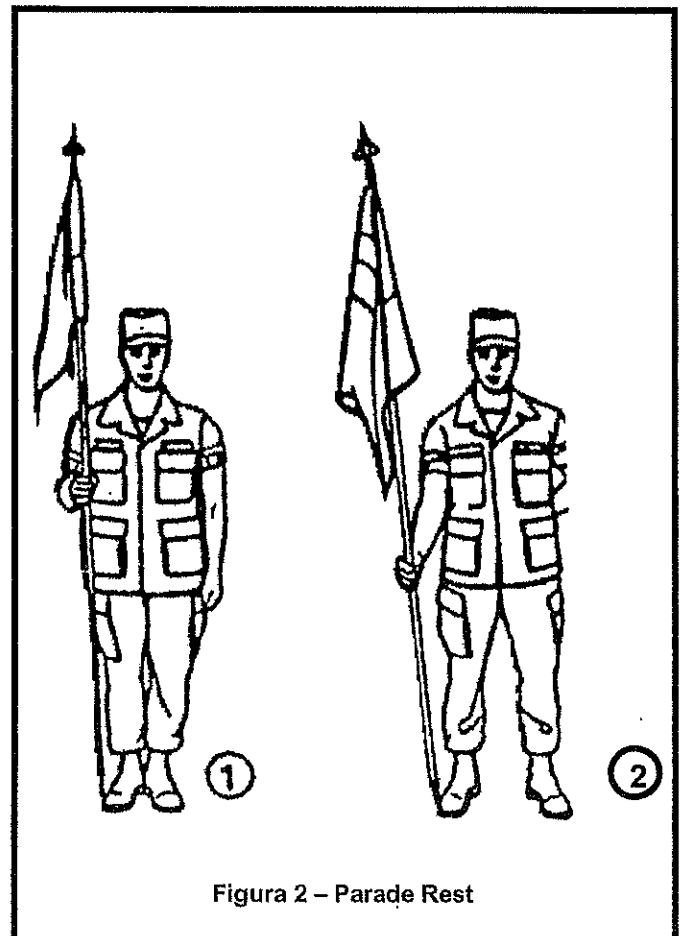
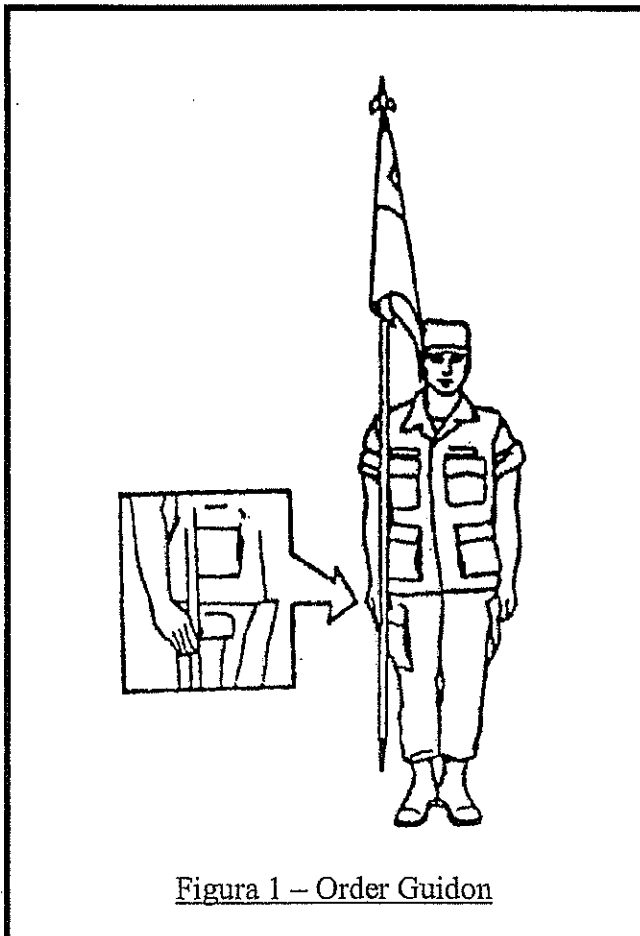
llevándolo a una posición horizontal, (2. Fig. -2) a la misma vez, se ejecuta el mando de “Parade Rest”

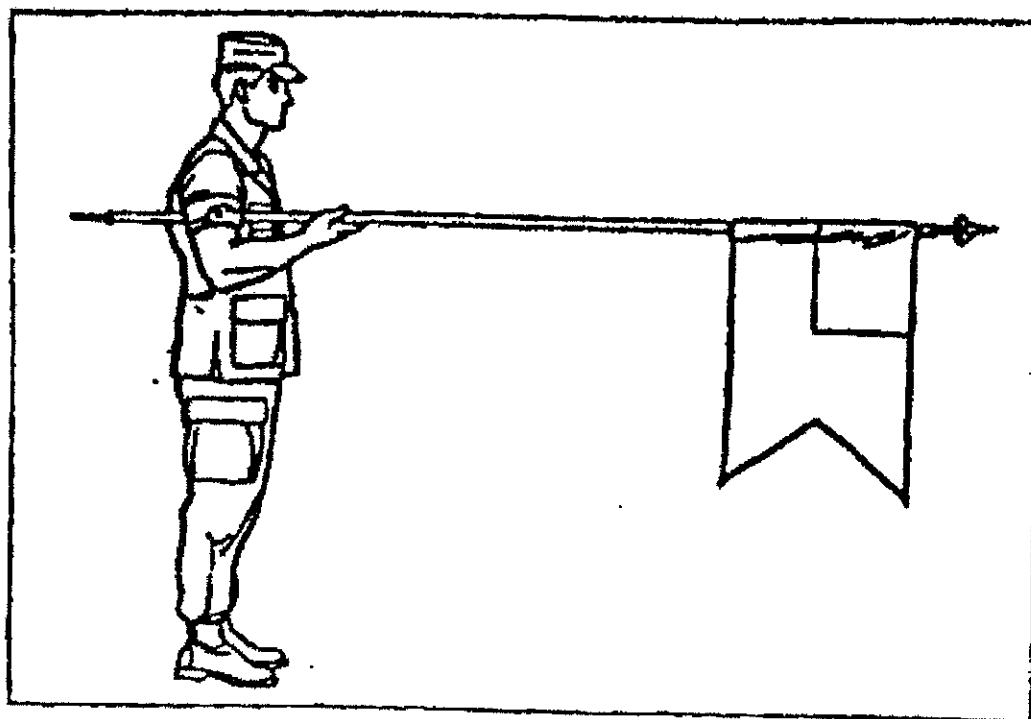
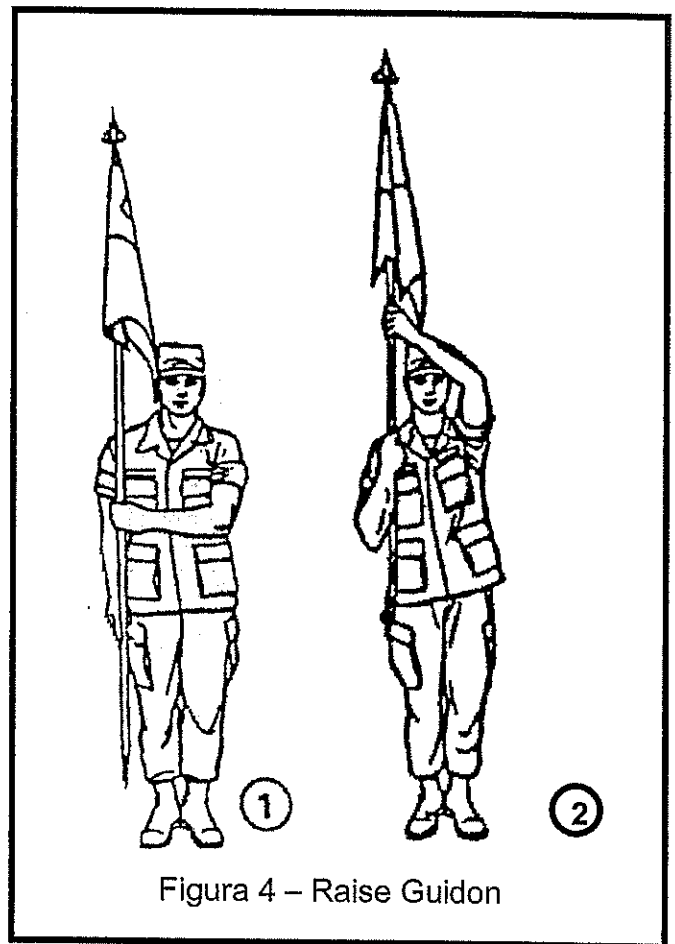
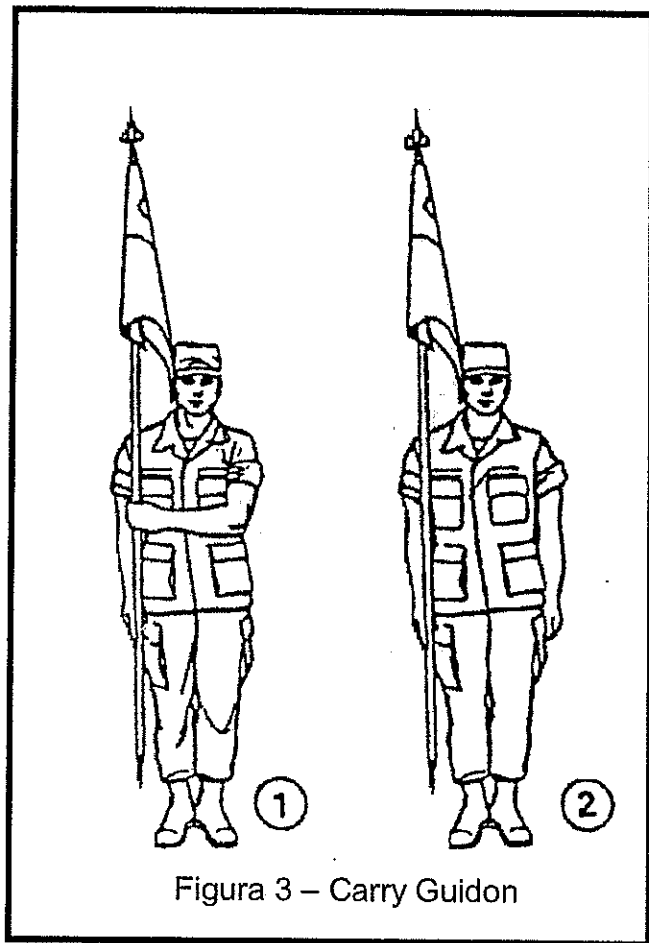
- c. **At Ease-** Se ejecuta el mismo movimiento de “parade rest”, pero en este se puede mover la cabeza para atender a la persona que está hablando.
- d. **At Rest-** Se ejecuta el “at rest”, puede sentarse si se le ordena, pero el banderín de unidad tiene que permanecer en alto, a menos que se le ordene lo contrario.
- e. **Carry Guidon-**
 - 1. Se ejecuta automáticamente al recibir la unidad cualquier mando preparatorio de marcha.
 - 2. Sujete el asta con la mano derecha y levántelo verticalmente 6 pulgadas del suelo. Al mismo tiempo alcance el asta con la mano izquierda, de forma horizontal a través del pecho, baje la mano derecha nuevamente y sostenga el asta con ambas manos (1. fig. -3) hasta que se del mando de ejecución y comience a marchar (2. fig. -3)
 - 3. Para volver a la posición de atención deje deslizar el asta por su mano derecha hasta que toque el suelo.
 - 4. Para marchar “double time”, cruce el asta en posición diagonal frente a usted, con la mano derecha a la altura de la cintura y a la izquierda a la altura del pecho (figura -6).
- f. **Raise Guidon-** al mando preparatorio de “hand” del mando “hand salute”, “eyes” del mando “eyes right / left” y “ready” del mando “ready front”, se levantara el banderín a la posición de “Carry Guidon” (1. Fig. -4) hacia atrás, a la altura de la cintura, continúe levantando el banderín hasta que la mano derecha este en línea con el hombro derecho manteniendo el codo pegado al cuerpo (2. Fig. -4). Mantenga esta posición hasta que se dé el mando de ejecución.
- g. **Present Guidon-**
 - 1. Al mando de ejecución de “salute” del mando “hand salute”, “right / left” del mando “eyes right / left”, se bajara el asta hacia el frente utilizando la mano derecha con la palma de la mano hacia arriba, hasta que esté en posición horizontal descansando bajo la axila derecha. Inmediatamente coloque la mano izquierda en el lado izquierdo de su cuerpo. (Fig. -5)
 - 2. Mientras se lleve a cabo el “eyes right / left” se mirara a la derecha / izquierda hasta que se dé el mando de “ready front”

3. En el mando preparatorio de “ready” del mando “ready to / front”, se sujetara el asta con la mano izquierda y se ejecutara un “raised guidon” (2. fig. -4). En el mando de ejecución “to front” se bajara el banderín a la posición de “carry guidon” o atención.

h. Saludo individual-

1. Cuando el portador de; banderín se encuentre fuera de formación, saludara como individuo desde la posición de atención o “carry guidon”, con la mano izquierda. Mueva la mano izquierda rápidamente hasta que el primer dedo toque el asta. Los dedos estarán extendidos y juntos, palma hacia abajo y el antebrazo en posición horizontal. (Fig. -7)
2. Cuando el saludo sea contestado, se devolverá la mano izquierda del cuerpo.
3. Durante una inspección el portador del banderín ejecutara el “Present Guidon” mando de “Parade Rest” (Fig. -2).





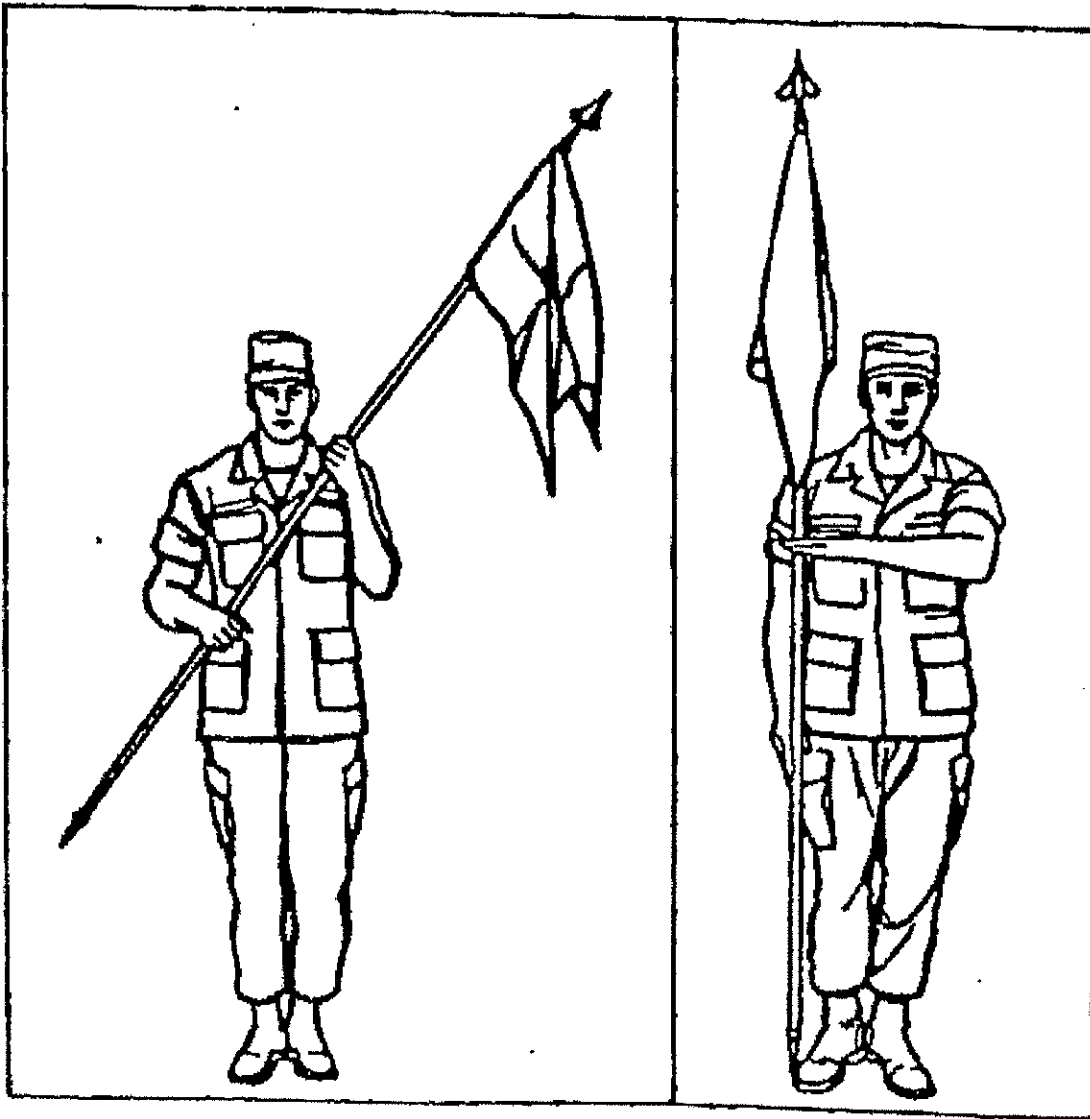


Figura 6 – Double Time

Figura 7 – Individual Salute

UNIFORMES

Toda organización utiliza algún distintivo o colores que los identifica y les da sentido de pertenencia. Los Cadetes Médicos Adventistas también usan ropa y emblemas que los identifican. Siendo que hay diversidad de organizaciones utilizando uniformes y distintivos diferentes, nos hemos encontrado con el problema o el beneficio de parecernos a algunas de ellas. Siempre nos vamos a encontrar individuos que aun viendo nuestras insignias nos confunden con otras organizaciones. Siendo que somos una organización sin fines de lucro y nadie costea los gastos de nuestros uniformes hemos tenido que comprar lo que el comercio ofrece más accesible, que sea duradero y a un buen precio.

Dios tiene muchos caminos para llevar a los jóvenes a sus pies. El uniforme que usamos es atrayente para muchos jóvenes. Esto le es motivación para unirse a nosotros y de esa forma una vez dentro conocen del amor de Jesús. También nos encontramos con personas que no les gusta ningún tipo de uniforme y por eso no están con nosotros. El uniforme tiene el poder transformador, que canalizado debidamente, logramos jóvenes decididos a formar parte del ejército de Jesucristo.

El uniforme ha de ser utilizado sabiamente, con orgullo y respeto ya que el portador representa los más altos principios de nuestra organización. Se espera que un cadete al pedir una licencia, deba guardar con cuidado su uniforme y no utilizarlo para otros fines que no sean los nuestros.

A continuación presentamos los uniformes, insignias y distintivos que utilizamos.

UNIFORME CLASE A PARA CABALLEROS

- 1- Camiseta color blanca de cuello redondo sin ningún diseño.
- 2- Camisa color verde claro con hombreras
- 3- C.M.A. de metal a ambos lados de las puntas del cuello de la camisa
- 4- Hombreras color vino. (Un vivo dorado en la hombrera de los oficiales).
- 5- Gallardete sencillo del color del batallón al lado derecho de la camisa.
- 6- Globo de Batallón a dos pulgadas (2") de la costura al lado derecho de la camisa
- 7- Gallardete doble color vino de punta bronce al lado izquierdo de la camisa.
- 8- Escudo a media pulgada (½) de la costura al lado izquierdo de la camisa
- 9- Apellido "name tag" en placa plástica centralizado en la solapa del bolsillo derecho. (fondo negro y letras blancas).
- 10- Citación del Huracán Hugo sobre la costura del bolsillo derecho de la camisa.
- 11- Condecoraciones
 - a. Los "ribbons" sobre la costura superior del bolsillo izquierdo
 - b. El "senority" sobre los "ribbons" centralizado a media (½) pulgada.
 - c. Otros botones otorgados por la brigada con medida de menos de un cuarto (¼) de pulgada sobre la solapa del bolsillo izquierdo.
- 12- Pantalón verde olivo ("summer green") (los oficiales usan una cinta color negra en la costura del pantalón)
- 13- Correa militar color negra con hebilla y punta dorada
- 14- Medias color negro
- 15- Zapatos "low quarter" color negros

UNIFORME CLASE A PARA DAMAS

- 1- Camisa color verde claro con hombreras para damas
- 2- Lazo color negro
- 3- C.M.A. de metal a ambos lados de las puntas del cuello de la camisa
- 4- Hombreras color vino. (Un vivo dorado en la hombrera de los oficiales).
- 5- Gallardete sencillo del color del batallón al lado derecho de la camisa
- 6- Globo de Batallón a dos pulgadas (2") de la costura al lado derecho de la camisa
- 7- Gallardete doble color vino de punta bronce al lado izquierdo de la camisa
- 8- Escudo a media pulgada (½) de la costura al lado izquierdo de la camisa
- 9- Apellido "name tag" en placa plástica centralizado en el lado derecho de la camisa. De fondo negro y letras blancas.
- 10- Citación del Huracán Hugo sobre la costura del bolsillo derecho de la camisa.
- 11- Condecoraciones
 - a. Los "ribbons" sobre la costura superior del bolsillo izquierdo
 - b. El "señority" sobre los "ribbons" centralizado a media (½) pulgada.
 - c. Otros botones otorgados por la brigada con medida de menos de un cuarto (¼) de pulgada sobre la solapa del bolsillo
- 12- Falda color verde olivo ("summer green")
(los oficiales usan una cinta color negra en la costura del pantalón)
- 13- Medias "nylon" color piel
- 14- Zapatos cerrados sin ningún diseño de color negros de taco bajo o planos

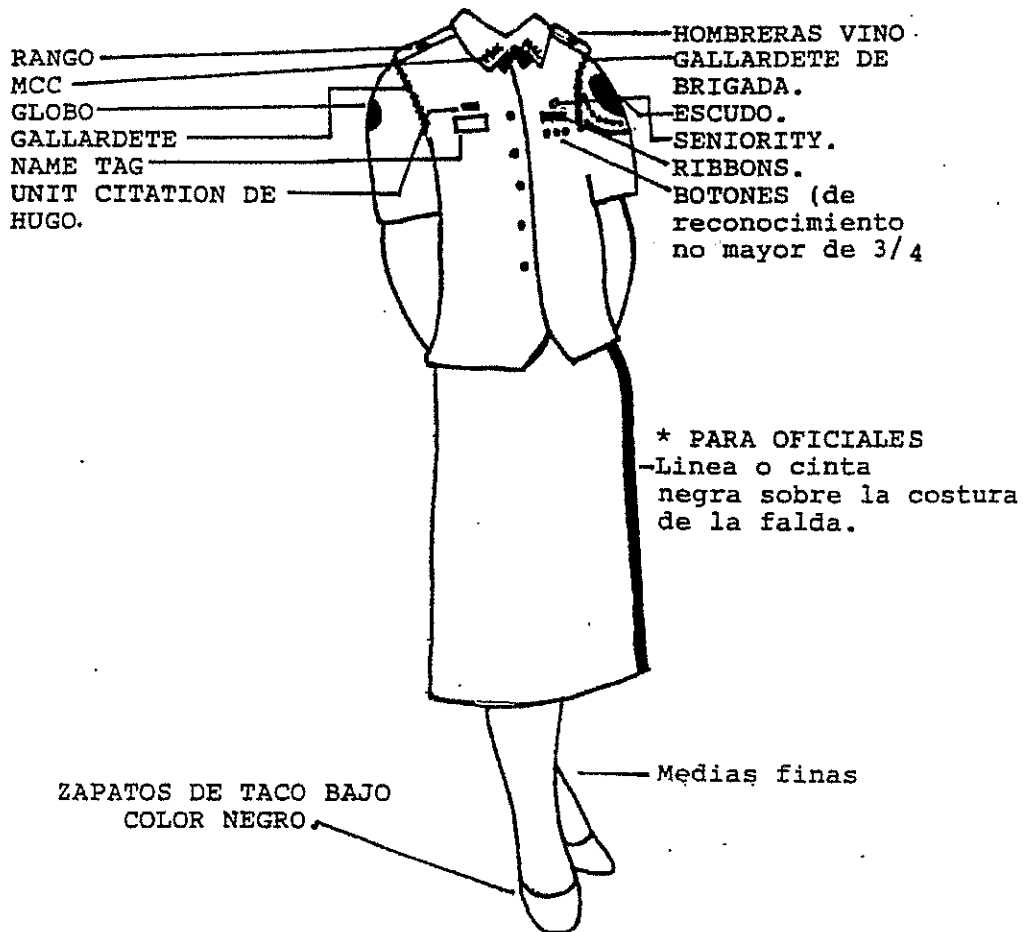
UNIFORME CLASE B PARA DAMAS Y CABALLEROS

- 1- Gorra en camuflaje (sky blue) con apellido centralizado en la parte posterior
- 2- Camiseta color azul con el emblema de los MCC'S. (De sargento E-5 en adelante se usara camiseta color negra con insignia MCC).
- 3- Chaqueta en camuflaje (sky blue)
 - a. Rangos a ambas parte del cuello de la camisa (solapa)
 - b. Escudo al lado izquierdo de la chaqueta centralizado a ½ pulgada de la costura del hombro
 - c. Insignia del batallón al que pertenece al lado derecho de la chaqueta centralizado a 2" de la costura del hombro
 - d. Iglesia Adventista en tela color negro con letras doradas sobre la costura del bolsillo izquierdo
 - e. Apellido en tela color negra y de letras doradas sobre la costura del bolsillo derecho
 - f. Distintivo del adiestramiento NCO a ½ pulgada sobre el apellido
- 4- Pantalón en camuflaje (sky blue)
- 5- Correa militar color negra con hebilla y punta en el mismo color
- 6- Medias Negras tipo escolar
- 7- Botas militares color negras

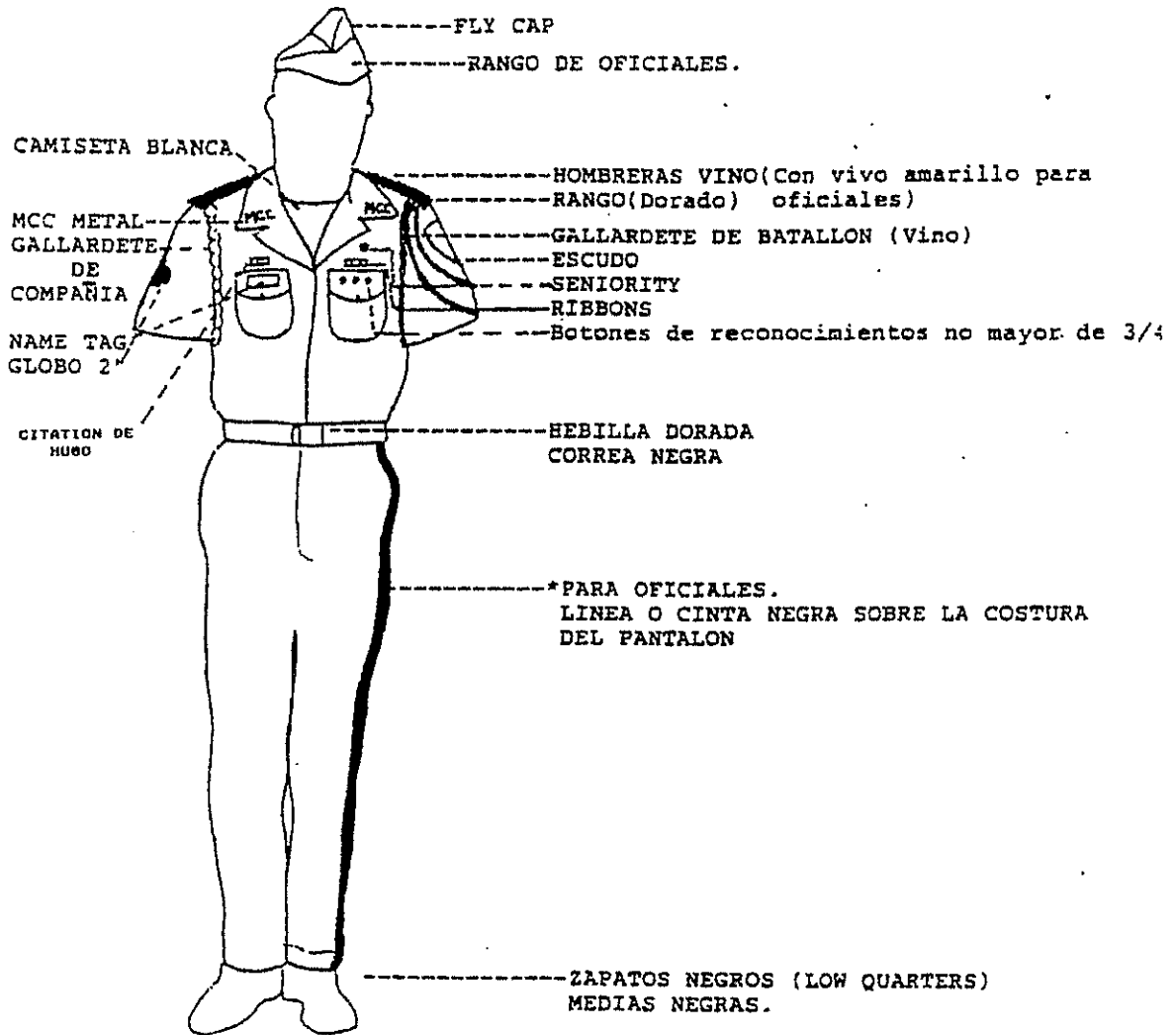
UNIFORME CLASE C PARA DAMAS Y CABALLEROS

- 1- Gorra en camuflaje skyblue (es opcional de acuerdo a la actividad a realizarse)
- 2- Camiseta color azul o negra según el rango con el emblema MCC
- 3- Pantalón y/o falda en tela Mahon color azul
- 4- Zapatos deportivos "tenis".

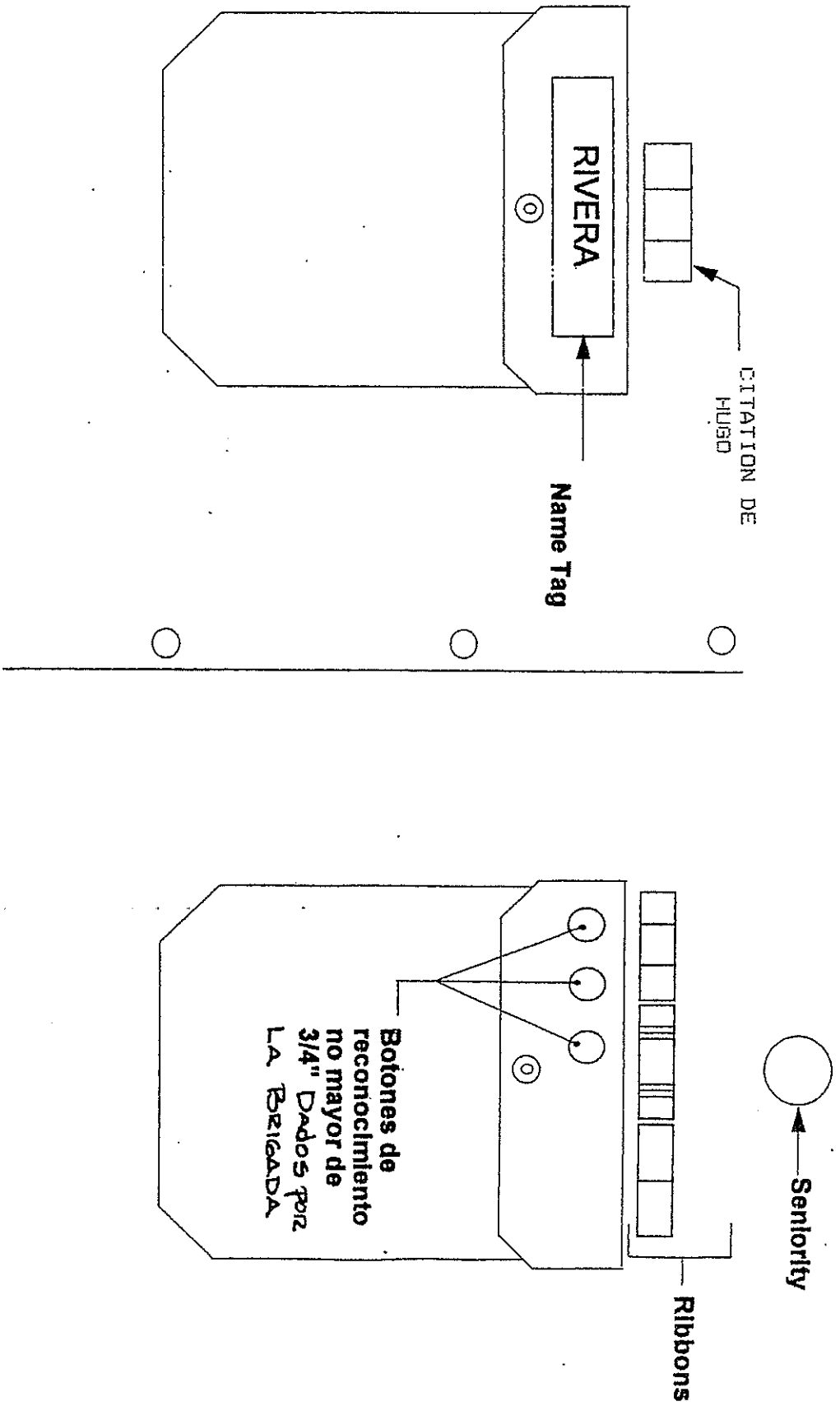
UNIFORMA CLASE A Damas



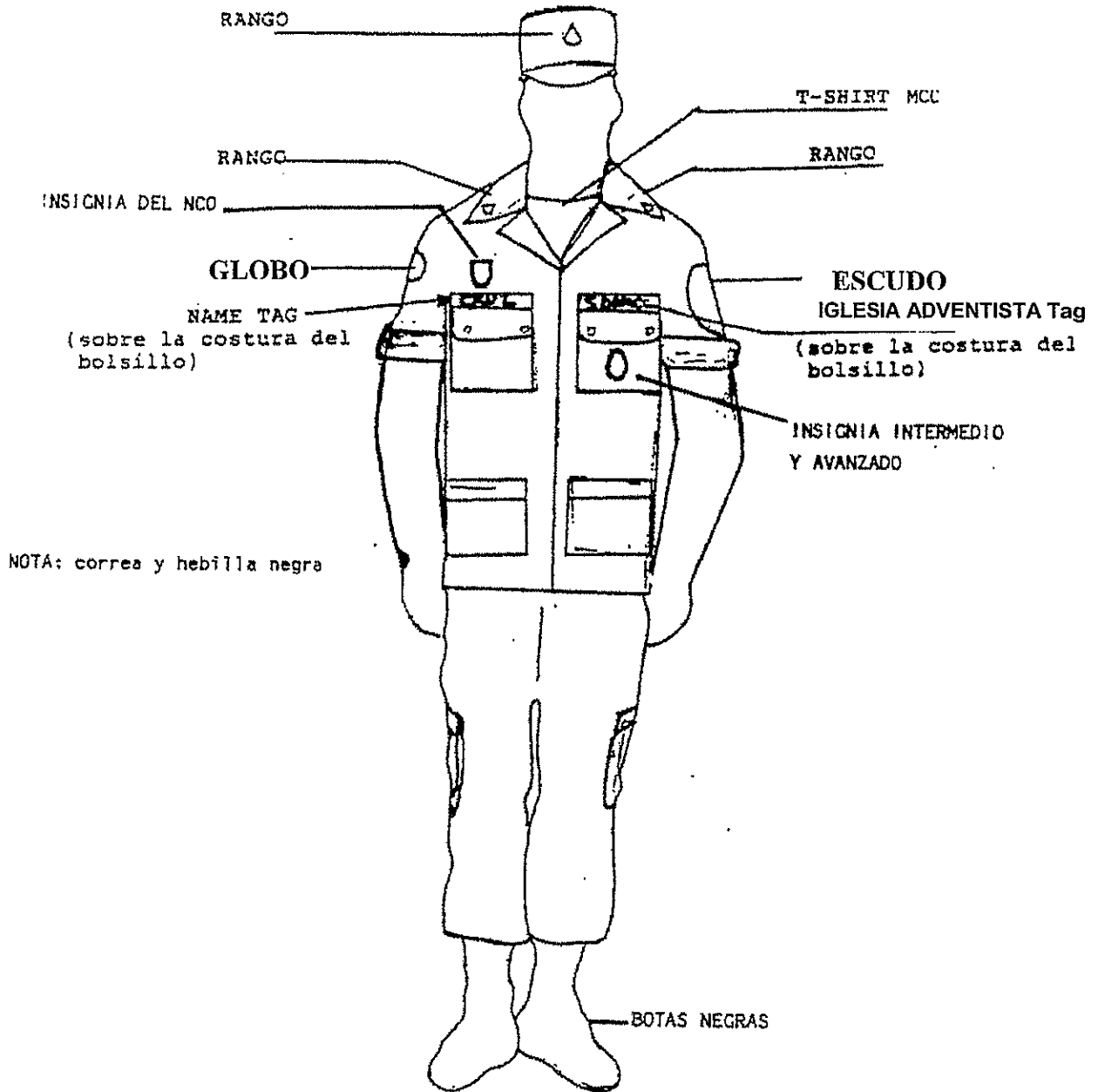
UNIFORME CLASE A
Caballeros

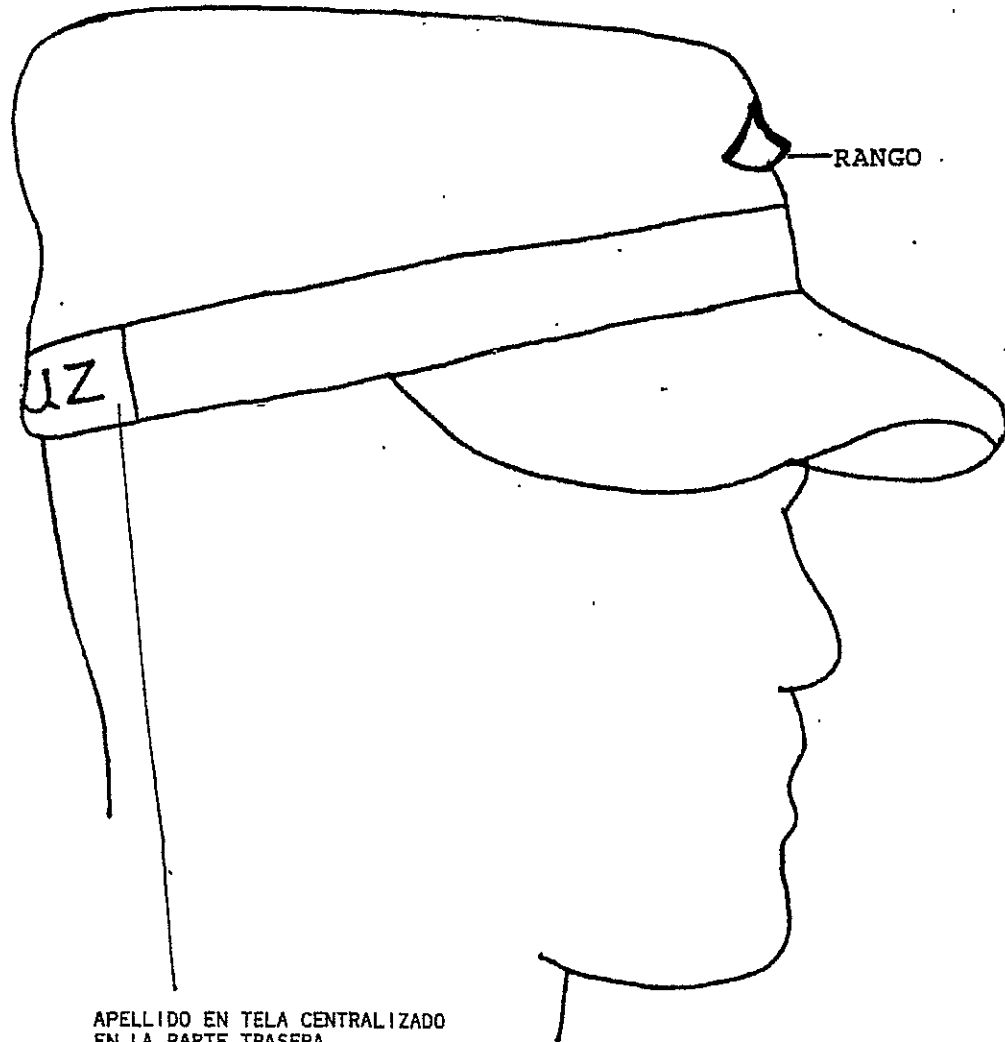


Area de Bolsillos en Uniforme Clase A



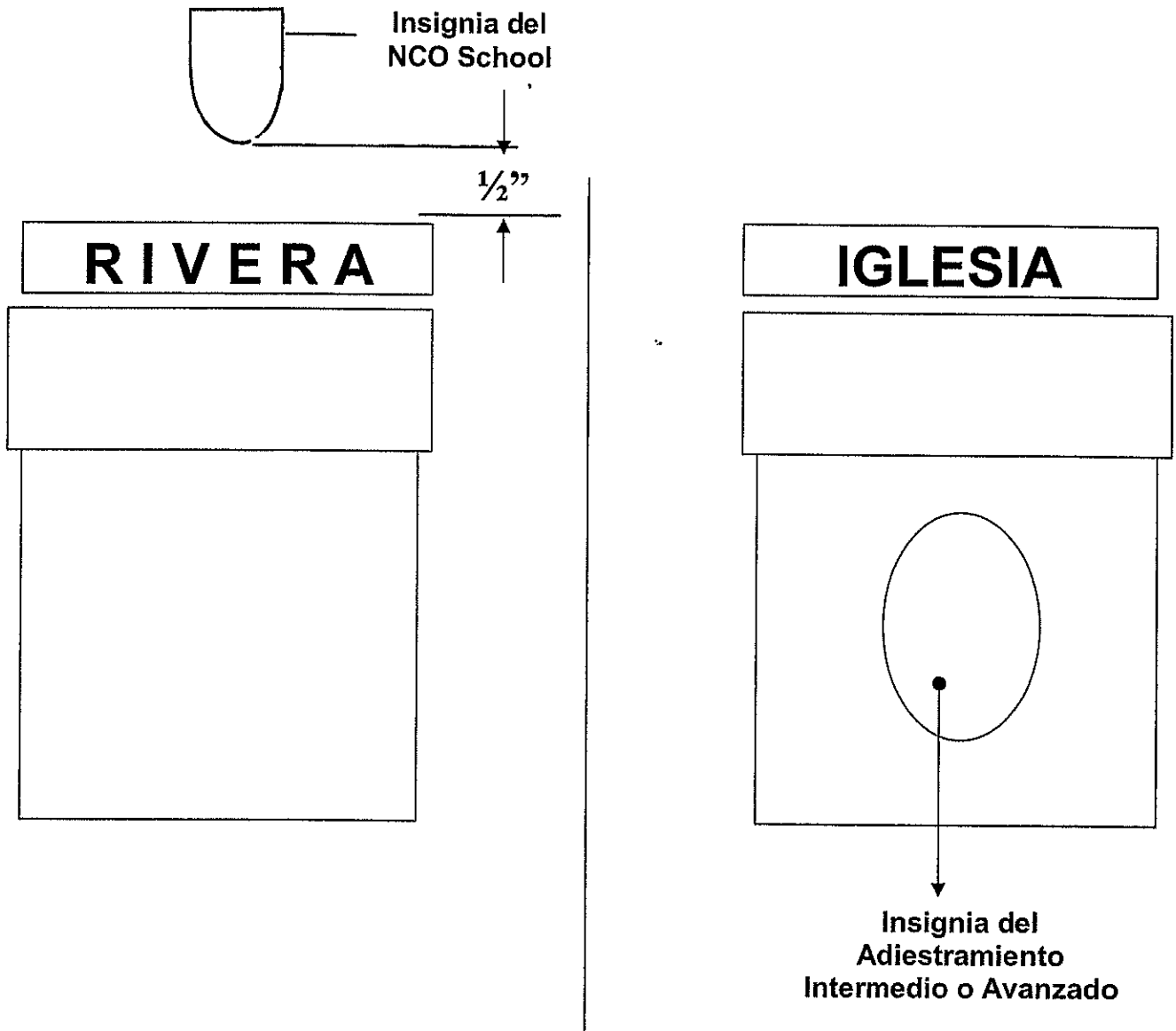
UNIFORME CLASE B
(Damas y Caballeros)





APELLIDO EN TELA CENTRALIZADO
EN LA PARTE TRASERA.

Área de Bolsillos en Uniforme Clase B



**CUERPO DE CADETES MEDICOS ADVENTISTAS
UNION PUERTORRIQUEÑA
Sistema de Méritos (Ribbons)**



Logro



Operativo en Desastre



Buena Conducta



Entrenamiento Básico



Medalla al Valor



Entrenamiento Intermedio



Servicio Comunitario



Entrenamiento Avanzado



Cinco Años de Servicio



Escuela de la Comunidad



Diez Años de Servicio



**Escuela de Instructores
(ICT School)**



Quince Años de Servicio



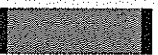
Escuela de Capellanía



Veinte Años de Servicio



**Escuela de Guardia de
Honor**



Comparte Tu Fe (CTF)



**Escuela de Sargentos
(NCO School)**



**Primeros Auxilios &
RCP**



Escuela de Oficiales



Medallón de Plata / Oro



**Instructor de Primeros
Auxilios y RCP**

SISTEMA DE MERITOS

En los Cadetes Médicos Adventistas, creemos en el reconocimiento de los meritos de nuestros miembros. Meritos son actitudes positivas que hacen que los objetivos y la filosofía de nuestro programa se logren, primero para honra y gloria de Dios y luego para el deleite y desarrollo de los caracteres y el liderazgo.

Los meritos se obtienen por años de servicios, labor sobresaliente, buena conducta, el desarrollo de facultades que ayudan al cadete a ser un mejor ciudadano y un buen servidor, trabajo de excelencia a favor de la iglesia, cada aspecto que haga influencia y muestra de obra de su fe y amor a Dios.

También se reconocen meritos en la organización, otorgando rangos y funciones que vayan a tono con el potencial y la capacidad de trabajo del cadete.

Hemos creado un sistema de meritos que nos permite hacerle justicia al cadete en todo momento mientras se desarrolla en nuestras filas. Utilizamos los llamados “ribbons” o cinta con una variedad de colores y propósitos de modo que el Cadete Medico que los obtenga se sienta feliz y pueda lucirlos en su uniforme.

A continuación señalamos los nombres y los requisitos para obtención de los mismos.

GENERAL

MEDALLA AL VALOR- reconocimiento por extraordinaria labor, heroísmo, más allá del deber, en operativos que envuelvan a los MCC. Llenar solicitud y documentar la información con fecha, lugar y testigos.

SERVICIO COMUNITARIO- Reconocimiento por completar las horas de servicio comunitario estipuladas por la Brigada

BUENA CONDUCTA- Reconocimiento por tener una conducta sobresaliente, buena asistencia por un año o más. Siempre obedecer las órdenes e instrucciones de sus superiores y tiene sus uniformes, seguro y cuota al día. Participa y apoya las actividades del batallón y de la brigada. Recomendado por el director de su cuerpo al staff del batallón. El director será responsable de obtener la firma del Pastor/Anciano, Padre/Madre y maestro de salón hogar (las que apliquen) en la hoja de recomendación del ribbon. Debe llevarse un registro de cada año porque este incentivo se puede otorgar todas las veces que sea necesario. Al entregarse por segunda vez se colocara una estrella (device) sobre el “ribbons”

OPERATIVO EN DESASTRE- Participar en tres operativos de desastre en que los Cadetes Médicos Adventistas sean debidamente solicitados por las agencias pertinentes en coordinación con el departamento de Jóvenes de la Asociación o Misión.

LOGROS- Reconocimiento por alcanzar de forma sobresaliente las metas u objetivos de actividades especiales de los Cadetes Médicos Adventistas. Se utilizará un “device” de número para la repetición del mismo.

INSTRUCTOR PRIMEROS AUXILIOS & RCP- Estar debidamente certificado por la Cruz Roja Americana y/o la Asociación del Corazón como instructor de primeros auxilios.

MEDALLÓN DE PLATA/ORO- Reconocimiento por cumplir con todos los requisitos del Medallón de plata/oro. Para el Medallón de oro se utilizará un “device” dorado sobre el ribbon del Medallón de plata.

PRIMEROS AUXILIOS & RCP- Aprobar el curso de Primeros Auxilios & RCP ofrecido por un instructor debidamente certificado por el Departamento de Jóvenes del campo y/o Cruz Roja Americana y/o Asociación del Corazón, el mismo debe ser renovado cada tres años. Para mantener este ribbon en uso, el cadete deberá mantener al día el adiestramiento, de no ser así, se le removerá el ribbon del uniforme.

ESCUELAS

ENTRENAMIENTO BASICO- Reconocimiento por cumplir con todos los requisitos del Adiestramiento Básico. El staff del entrenamiento llena los formularios y entrega dicho reconocimiento en la graduación del mismo

ENTRENAMIENTO INTERMEDIO- Reconocimiento por cumplir con todos los requisitos del Adiestramiento Intermedio. El staff del entrenamiento llena los formularios y entrega dicho reconocimiento en la graduación de esta escuela.

ENTRENAMIENTO AVANZADO 1, 2 & 3- Reconocimiento por cumplir con todos los requisitos del Adiestramiento Avanzado. Se añadirá una estrella plateada por completar cada nivel adicional del adiestramiento. El staff del entrenamiento llena los formularios y entrega dicho reconocimiento en la graduación del mismo.

ESCUELA DE SERVICIO A LA COMUNIDAD- Esta escuela se compone de 3 niveles. Este reconocimiento es dado por cumplir con todos los requisitos de este entrenamiento. Se le otorga en el 1er nivel; al entregarse por 2da vez se colocara una estrella (device) sobre el “ribbon”, y as sucesivamente hasta completar todos los niveles. El staff del entrenamiento llena los formularios y entrega dicho reconocimiento en la graduación de esta escuela.

NCO SCHOOL- Reconocimiento por cumplir con todos los requisitos de la escuela de sargentos. El staff del entrenamiento llena los formularios y entrega dicho reconocimiento en la graduación de esta escuela.

ESCUELA DE OFICIALES- Reconocimiento por cumplir con todos los requisitos de la escuela de oficiales. El staff del entrenamiento llena los formularios y entrega dicho reconocimiento en la graduación del mismo.

ESCUELA DE CAPELLANIA- Reconocimiento por cumplir con todos los requisitos de la escuela de capellanía. Toda persona que toma esta escuela, sale de ella preparada para dar consuelo y confortar a las personas en los momentos más difíciles de sus vidas. El staff del entrenamiento llena los formularios y entrega dicho reconocimiento en la graduación de esta escuela.

HONOR GUARD SCHOOL- Reconocimiento por cumplir con todos los requisitos de la escuela de la guardia de honor, la cual te prepara como cadete para dar honor y respeto a los colores que nos identifican como nación. El staff del entrenamiento llena los formularios y entrega dicho reconocimiento en la graduación del mismo.

ESCUELA DE INSTRUCTORES (ICT)- Reconocimiento por cumplir con todos los requisitos de la escuela de instructores. El staff del entrenamiento llena los formularios y entrega dicho reconocimiento en la graduación del mismo.

COMPARTE TU FE (CTF)- Reconocimiento por cumplir con todos los requisitos de la escuela de comparte tu fe. El staff del entrenamiento llena los formularios y entrega dicho reconocimiento en la graduación del mismo

RIBBONS DE SERVICIO

5 AÑOS DE SERVICIO- Reconocimiento por pertenecer de forma activa a los Cadetes Médicos Adventistas por 5 años. Bajo ningún concepto se tomará en cuenta el tiempo de inactividad. Se solicita por medio del comandante de batallón.

10 AÑOS DE SERVICIO- Reconocimiento por pertenecer de forma activa a los Cadetes Médicos Adventistas por 10 años. Bajo ningún concepto se tomará en cuenta el tiempo de inactividad. Se solicita por medio del comandante de batallón.

15 AÑOS DE SERVICIO- Reconocimiento por pertenecer de forma activa a los Cadetes Médicos Adventistas por 15 años. Bajo ningún concepto se tomará en cuenta el tiempo de inactividad. Se solicita por medio del comandante de batallón. Debe tener los adiestramientos respectivos a sus años de servicio. Los años no tienen que ser consecutivos, pero los años de inactividad deben acompañarse con los formularios de licencias.

20 AÑOS DE SERVICIO- Reconocimiento por pertenecer de forma activa a los Cadetes Médicos Adventistas por 20 años. Bajo ningún concepto se tomará en cuenta el tiempo de inactividad. Se solicita por medio del comandante de batallón. Debe tener los adiestramientos respectivos a sus años de servicio. Los años no tienen que ser consecutivos, pero los años de inactividad deben acompañarse con los formularios de licencias. Sobre este ribbon se añadirá una estrella por cada cinco años adicionales de servicio sobre 20 años. (ej. 25, 30, 35 años)

BOTONES DE RECONOCIMIENTO

5 AÑOS DE SERVICIO COMO DIRECTOR- Este botón es otorgado por ser de manera consecutiva director de un cuerpo por la cantidad de 5 años o más. El director solicita este a través de su comandante de federación.

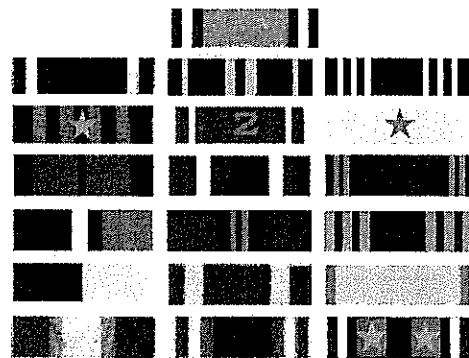
BOTON DE BAUTISMO- Este es otorgado a aquellos que siendo cadetes (no adventistas) reconocieron al Señor como su único Salvador personal y fueron bautizados a través de dicha organización. El cadete brinda la información a su director y este a la federación. Este es otorgado por el staff del batallón y/o el staff de brigada.

PROFESIONALES DE LA SALUD- Este botón se le da a aquellos cadetes que en su diario vivir trabajan como profesionales de la salud (doctores, enfermeras, paramédicos, etc.). El cadete brinda la información a su director y este a la federación. Este es otorgado por el staff del batallón y/o el staff de brigada.

DEVICE- Es el reconocimiento que se le otorga a un cadete por cumplir dos o más veces los requisitos de algún ribbons o adiestramiento. (Ej. Esc. Servicio a la comunidad, ribbons de logros o buena conducta)

ORDEN DE RIBBONS EN EL UNIFORME

	BUENA CONDUCTA	
MEDALLA AL VALOR	OPERATIVO EN DESASTRE	SERVICIO COMUNITARIO
AÑOS DE SERVICIO	LOGROS	MEDALLON DE PLATA/ORO
ESCUELA DE OFICIALES	ESCUELA DE INSTRUCTORES	INSTRUCTOR PA. & RCP
ESC. SERVICIO A LA COMUNIDAD	ESCUELA DE SARGENTOS	ESCUELA CAPELLANIA
PA. & RCP	ESC. GUARDIA DE HONOR	CTF
BASICO	INTERMEDI	AVANZADO



CORTESIA Y DISCIPLINA

La cortesía y disciplina son principios fundamentales en la vida cristiana encontrados en toda la Biblia y aplican a nuestra organización por varias razones. Estas son las siguientes:

- a. Organiza y une a individuos para hacer tareas y responsabilidades dignas de un cristiano.
- b. Crea un espíritu de amor y respeto hacia el prójimo.
- c. Disciplina la mente para enfrentar experiencias rudas de la vida.
- d. Forja líderes que sostengan los principios básicos y fundamentales del cristianismo.

DEFINICIONES:

1. LEALTAD- Es la base y principio generador de toda disciplina. Lealtad a Dios, a nuestro país, a nuestra organización y a nuestros propios principios. La lealtad nos hace tener el verdadero sentido de responsabilidad, obediencia y cortesía que cada cadete debe tener.
2. OBEDIENCIA- Este requisito es muy importante, ya que es comparado con un termómetro que mide el grado de espiritualidad, disciplina, liderazgo y lealtad que tenga un individuo. El cadete que desee progresar en su vida, y ser un verdadero líder, debe aprender a obedecer.
3. DISCIPLINA- Tener disciplina es tener una profunda lealtad, respeto y obediencia a los principios de una organización o individuos, por los cuales se rige. El cadete debe hacer respetar los principios como si fuera parte de sí.
4. CORTESIA- La cortesía es una de las formas en que se revela el amor y respeto. El cadete ha asimilado gran parte de los principios de cortesía cristiana establecidos por Jesús en su Palabra.
5. EL SALUDO- No hay otra forma que denote tanto respeto y cortesía como el saludo. Desafortunadamente, para algunos es un símbolo de inferioridad. El saludo es una expresión de lealtad, amistad y respeto entre los cadetes. El saludo es otra forma de decir "Hola". La manera de saludar es importante porque denota el grado de disciplina y cortesía existente en el cadete.
 - a. Las siguientes personas son llamadas a ser saludadas:
 1. Oficiales comisionados
 2. Warrant Officers
 3. Oficiales no comisionados estipulados por la comandancia.

6. **DONDE SALUDAR-**
 - a. **Bajo techo-** Se llama bajo techo a los salones encerrados por paredes como oficinas, templos, etc. Mantener la gorra guardada en estos lugares. Al llamado para reportarse a un superior se ejecuta el saludo
 - b. **Fuera de techo-** Se llama fuera de techo a los lugares que están a la intemperie y salones usados para entrenamiento físico como gimnasios, cancha bajo techo, etc. En estos lugares se debe saludar todo el tiempo.
7. **CUANDO SALUDAR-** Se saluda frente a los emblemas nacionales, superiores, cuando son llamados a reportarse. Siempre se saluda desde la posición de atención. Cuando se esta corriendo y viene un oficial se debe disminuir la velocidad, saludar mientras pasa la persona saludada y luego seguir corriendo.
8. **CUANDO NO SALUDAR-** Cuando este haciendo una tarea junto a un oficial. Cuando participa en juegos. En lugares congestionados de personas. Al ir en un vehículo. Cuando sea imprudente el saludo. Al estar bajo techo, excepto al reportarse o cuando sirva como guardia. En caso de duda ¡Salude!

REPORTANDOSE A UN OFICIAL

1. Fuera de techo- Cuando este reportándose a un oficial, deténgase a tres pasos de distancia frente al oficial y salude. Mientras mantiene el saludo diga su rango y apellido y el rango a apellido de la persona a quien se esta reportando. Ejemplo: “El cabo Ramos reportándose al teniente Cruz”. Una vez conteste el saludo (el mayor en rango ejecuta el saludo primero e inmediatamente el menor en rango), da luego un paso adelante y permanece en atención hasta que le ordenen otra cosa. Terminada la conversación da un paso atrás y saluda. Una vez contestado el saludo, ejecuta un “about face” y se retira.
2. En oficina- Toque la puerta antes de entrar. Quítese la gorra antes de entrar. Entre y manténgase en atención. No se recueste de la pared, ni de la mesa. No se siente si no se lo indica el oficial. Responda a las preguntas con “Si Señor ó No Señor”. No asuma una actitud informal ni de confianza. Recuerde que cuando se presente diga su rango y apellido y al propósito al que vino. Cuando se valla a retirar, debe colocarse en atención, dar un paso hacia atrás y saludar. Una vez reciba contestación al saludo, ejecute un “about face” y se retira. Acuérdesese de cerrar la puerta.
3. Al llegar un oficial- Cuando se acerca un oficial a un grupo, el primero que lo vea llama atención y luego el de mayor rango saluda al oficial.
4. Cortesía a un oficial- Recuerde, no discuta ordenes, ni hable mas de lo que se le pregunto o permitió hablar. No asuma actitudes informales o de confianza con un oficial.
5. Cortesía en un salón de clases- Cuando entra a un salón de clases, permanezca de pie hasta que el instructor ordene sentarse. Si quiere preguntar, levante la mano hasta que se le ordene expresarse. Cuando llegue la oportunidad, póngase de pie y hable desde la posición de atención.

RANGOS

Cuando Dios llamó a los hijos de Israel de Egipto y los escogió como su pueblo peculiar, les proporciono un impresionante sistema de organización para gobernar su conducta, así en los asuntos civiles como en los religiosos. “El gobierno de Israel –nos dice la mensajera del Señor-, se caracterizaba por la organización mas cabal, tan admirable por su esmero como por su sencillez.

“El orden tan señaladamente puesto de manifiesto en la perfección y disposición de todas las obras creadas por Dios se veía también en la economía hebrea. Dios era el centro de la autoridad y del gobierno, el soberano de Israel. Moisés se destacaba como el caudillo visible que Dios había designado para administrar las leyes en su nombre. Posteriormente, se escogió de entre los ancianos de la tribu un consejo de sesenta (60) hombres para que asistieran a Moisés en la administración de los asuntos generales de la nación. Enseguida venían los sacerdotes, quienes consultaban al Señor en el Santuario. Había jefes, o príncipes que gobernaban sobre las tribus. Bajo estos había jefes de millares, de centenas, de cincuenta y de diez (Deut. 1:15) y por ultimo, funcionarios que se podían emplear en tareas especiales. (Patriarcas y Profetas, p. 391)

Sin organización, ninguna institución o movimiento puede prosperar. Una nación sin gobierno organizado no tardaría en hundirse en el caos. Una empresa comercial sin organización fracasaría. Así ocurriría con los Cadetes Médicos Adventistas. Sin organización se desintegraría y perecería.

Los rangos cumplen con las expectativas dadas a Israel hace muchos años. Actualmente tenemos personas que dirigen cada batallón. También personas que dirigen las federaciones. Los pelotones y escuadras son dirigidos por otros. Hay personas en particular que cumplen con funciones específicas como otros cumplen con funciones generales. Todos responden a la brigada y esta a su vez responde a las organizaciones superiores. Las personas son animadas a ocupar posiciones de liderazgo de acuerdo a los dones y talentos que Dios ha desarrollado en ellos. En adición cada persona tiene que cumplir con unos requisitos básicos para el continuo desarrollo de su liderazgo.

Las insignias actuales que utilizamos para identificar los diferentes rangos son también usadas por otras organizaciones. Esto nos facilita el poderlas conseguir mas fácilmente en el comercio. Cada rango cumple una función dentro de las formaciones. Dichas formaciones permiten organizar a toda una masa de persona en una forma rápida y organizada. De esa forma las instrucciones llegan al total de personas al mismo tiempo y con exactitud.

RANGOS

NCO

E-1 Private no reconocido



E-2 Private reconocido



E-3 Private First Class



E-4 Corporal



E-5 Sergeant



E-6 Staff Sergeant



E-7 Sergeant First Class

SENIOR NCO



E-8 Master Sergeant



E-9 First Sergeant



E-10 Sergeant Major



E-11 Command Sergeant Major

WARRANT OFFICERS



W-1 Warrant Officer



W-2 Chief Warrant Officer



W-3 Chief Warrant Officer



W-4 Chief Warrant Officer



W-5 Chief Warrant Officer

OFICIALES



O-1 Segundo Teniente
Dorado – Clase A
Verde – Clase B



O-2 Primer Teniente
Plata – Clase A
Negro – Clase B



O-3 Capitán
Plata – Clase A
Negro – Clase B



O-4 Mayor
Dorado – Clase A
Verde – Clase B



O-5 Teniente Coronel
Plata – Clase A
Negro – Clase B



O-6 Coronel
Plata – Clase A
Negro – Clase B



O-7 General
Plata – Clase A
Negro – Clase B

Programa de Capacitación y Promoción

Propósitos:

1. Proveer un mecanismo de capacitación y al mismo tiempo de promoción dentro de los Cadetes Médicos.
2. Unificar los requisitos para los ascensos de rango dentro de los Cadetes Médicos.
3. Incentivar y motivar a los jóvenes de nuestra iglesia a permanecer dentro de los Cadetes Médicos.
4. Preparar y capacitar al cadete tanto física, mental y espiritual.
5. Mantener la excelencia en los servicios prestados por nuestra organización.
6. Proveer un programa de especialización y al mismo tiempo permitir que el participante se matricule en adiestramientos según su disponibilidad.

Principios

1. Todos los Cadetes Médicos que deseen ser promovidos de rango deberán participar de los adiestramientos establecidos por el Departamento de Ministerio Juvenil en el área de Cadetes Médicos.
2. No se estará promoviendo a ninguna persona que no este al día con el programa de Capacitación y Promoción y demás requisitos.
3. Toda persona portará solamente el rango correspondiente al nivel de requisitos cumplidos y otorgado en una reunión de brigada.
4. Bajo este programa se estará otorgando un rango por cada uno de los adiestramientos aprobados y requisitos cumplidos en el cuerpo local.
5. Todos los directores de cuerpos portarán el rango que corresponde a su capacitación y requisitos cumplidos.
6. La cantidad de adiestramientos que debe tener un participante en el programa de capacitación será uno menos que la clasificación en la cual se encuentre dentro de la escala de los E-x. Un ejemplo de esto lo es la persona que ostente el rango de E-5. Este deberá tener por lo menos cuatro (4) adiestramientos. Esto es $E(5-1) = 4$.
7. Todo cadete médico que participe en el programa deberá ser miembro activo en un cuerpo reconocido por la APE ó desempeñarse en una función establecida dentro de la organización.
8. Cadetes activos antes de Julio 2007 que porten rangos otorgados por la brigada y no estén al nivel correspondiente a su rango de acuerdo al programa de capacitación y promoción, deberán ponerse al día en el programa de capacitación y promoción antes de ser promovidos.

9. Aquellas funciones donde se haya establecido un tiempo de prueba antes de la ratificación del rango estarán sujetas a las evaluaciones correspondientes.
10. Será requisito para todos los cadetes tomar el Adiestramientos Básico, la Escuela Servicio a la Comunidad 1^{er} nivel y el Adiestramiento Intermedio ya que estos son adiestramientos medulares.
11. Una vez tomado los adiestramientos requeridos (medulares), el participante podrá seleccionar el adiestramiento a tomar de acuerdo a su interés y disponibilidad.
12. Toda persona interesada en tomar el adiestramiento de sargento deberá por lo menos tener tres (3) adiestramientos y portar el rango de cabo (E-4).
13. Todo participante que desee tomar el adiestramiento de sargento y posteriormente portar el rango de sargento deberá ser miembro activo bautizado de la Iglesia Adventista del Séptimo Día.
14. Será requisito tomar el adiestramiento de sargento conocido como “NCO” para poder portar el rango de sargento.
15. Será requisito que los oficiales de la brigada participen del programa de Capacitación y Promoción y que se mantengan tomando adiestramientos y cumpliendo con los requisitos.
16. El participante del programa podrá tomar solo un curso por semestre con un máximo de dos por año siempre y cuando la brigada provea para esto.
17. Toda persona que este inactivo por un periodo en exceso de tres (3) años deberá participar de oyente en los cursos que haya tomado a menos que al momento de retirarse haya mediado un pedido de licencia y que el mismo haya sido debidamente aprobado por la brigada.
18. El periodo de gracia aplica a toda persona que haya estado activa desde el 1 de agosto de 2004 hasta el 1 de agosto 2007. Estas personas tendrán que proveer copia de sus certificados.
19. Toda persona que haya tomado un adiestramiento y que al momento de tomar el siguiente no tenga a la mano su certificado deberá llenar la forma correspondiente para solicitar el reconocimiento del mismo. De no realizar este procedimiento no se le convalidara dicho adiestramiento.
20. Todo participante será responsable de verificar con el oficial administrativo que su registro este al día.
21. Fecha límite para entregar evidencia de adiestramientos para propósito de inicio del programa será el 5 de enero del 2008. Esto proveerá la información necesaria para la actualización de la base de datos. (Entregar hoja de convalidación de adiestramientos junto con evidencia)

22. Todo rango será otorgado por la oficialidad y ante la brigada, solamente.
23. No existirán ni se asignarán funciones que no estén debidamente aprobadas dentro de la estructura organizacional.
24. Aquellas personas nombradas para desempeñar funciones dentro de la organización deberán demostrar que están cumpliendo con el programa de capacitación y promoción. De no cumplir con el mismo por dos semestres consecutivos se les removerá de su función a menos que no se haya ofrecido un adiestramiento el cual no posean. A solicitud del Coordinador de Adiestramientos (por escrito) solicitando los servicios de la persona, se le podrá otorgar una dispensa por el semestre en cuestión
25. La brigada se reserva el derecho de evaluar cualquier caso que así lo amerite.

Efectividad

Este programa de Capacitación y Promoción entro en vigor el 1 de Julio de 2007 en consentimiento del Departamento de Ministerio Juvenil y será implementado en los Cadetes Médicos Adventista del Séptimo Día del Este de Puerto Rico.

REQUISITOS BASICOS PARA CADA RANGO

E-1 Private (sin portar rango)

1. Ingresar a los Cadetes Médicos Adventistas Tener dieciséis años.
2. Conocer los objetivos de los Cadetes Médicos Adventistas.
3. Conocer y firmar el código de conducta
4. Memorizar el credo.
5. Tener dieciséis años cumplidos.
6. Llenar la solicitud de ingreso.
7. Pagar el seguro.

E-2 Private (Portando el rango)

1. Tener dieciséis años.
2. Completar Adiestramiento Básico o Escuela Servicio a la Comunidad 1^{er} Nivel
3. Entregar informe de dos páginas de cada una de las siguientes secciones del libro Mensaje para los Jóvenes (Sección I, VI y VIII).
4. Completar la especialidad de Natación I.
5. Completar la especialidad de Ejercicios Y Marchas.
6. Completar la especialidad de Brújula.
7. Aprobar Examen Creencias de los Adventistas del 7mo. Día (Capítulos 1 al 5)
8. Recomendación del rango.

E-3 Private Primera Clase

1. Activo en un cuerpo mínimo un año.
2. Tener por lo menos diecisiete años cumplidos.
3. Haber completado dos adiestramientos. El Adiestramiento Básico debe ser uno de ellos.
4. Completar especialidad en Primeros Auxilios.
5. Completar el primer nivel de la Escuela Servicio a la Comunidad.
6. Leer y entregar mínimo dos páginas de cada una de las primeras cuatro secciones del libro La Educación.
7. Haber sido E-2 mínimo seis meses.
8. Aprobar Examen Creencias de los Adventistas del 7mo. Día (Capítulos 6 al 10)
9. Recomendación del rango.

E-4 Cabo

1. Activo en un cuerpo mínimo un año y medio (1 ½) años
2. Tener por lo menos diecisiete (17) años de edad
3. Tomar curso Liderazgo J.A. (Mínimo diez horas ofrecido por el Departamento JA.
4. Completar adiestramiento Intermedio ó tres adiestramientos en total.
5. Leer el libro sobre liderazgo e informar lo aprendido en un informe de cinco páginas.
6. Leer las últimas cuatro secciones del libro La Educación y entregar un informe de dos páginas como mínimo por sección.
7. Completar especialidad de Arte de Acampar.
8. Completar especialidad de Paseo a Pie.
9. Completar especialidad de Nudos.
10. Haber sido E-3 mínimo seis meses.
11. Aprobar Examen Creencias de los Adventistas del 7mo. Día (Capítulos 11 al 15)

12. Completar el "NCO".
13. Recomendación del rango.

E-5 Sargento

1. Activo en el cuerpo mínimo dos años.
2. Tener diecisiete (17) años.
3. Miembro bautizado de la Iglesia Adventista.
4. Participar en Sociedades de Jóvenes en la iglesia a la que pertenece.
5. Completar curso Historia Denominacional.
6. Aprobar Examen Creencias de los Adventistas del 7mo. Día (Capítulos 16 al 19)
7. Haber completado cuatro adiestramientos dos de los cuales tienen que ser; básico e Intermedio
8. Completar el adiestramiento de Sargentos conocido como "NCO"
9. Haber sido E-4 mínimo seis meses
10. Recomendación de rango.

E-6 Staff Sergeant

1. Activo en el cuerpo dos años y medios (2 ½)
2. Miembro bautizado de la Iglesia Adventista. .
3. Tener mínimo dieciocho (18) años.
4. Leer el libro Mente, Carácter y Personalidad y entregar informe de cinco páginas.
5. Haber sido E-5 mínimo seis meses
6. Haber participado y aprobado cinco adiestramientos ofrecidos por la brigada.
7. Aprobar Examen Creencias de los Adventistas del 7mo. Día (Capítulos 20 al 24)
8. Completar los requisitos para Guía Mayor.
9. Recomendación de rango.

E-7 Sargento Primera Clase

1. Activo en un cuerpo mínimo tres (3) años
2. Miembro bautizado de la Iglesia Adventista.
3. Tener mínimo dieciocho (18) años.
4. Haber participado y aprobado seis adiestramientos ofrecidos por la brigada.
5. Haber sido E-6 mínimo seis meses
6. Aprobar Examen Creencias de los Adventistas del 7mo. Día (Capítulos 25 al 28)
7. Recomendación de rango.

E-8 Master Sergeant

1. Activo en la organización por tres años y medio (3 ½).
2. Tener mínimo diecinueve (19) años..
3. Miembro bautizado de la Iglesia Adventista.
4. Leer el libro Mente, Carácter y personalidad, tomo II y entregar informe de cinco páginas.
5. Haber participado y aprobado siete adiestramientos ofrecidos por la brigada.
6. Tener certificado de liderazgo J.A. vigente
7. Haber sido E-7 mínimo seis meses.
8. Recomendación de rango.

E-9 Primer Sargento

1. Tener mínimo diecinueve (19) años.
2. Miembro bautizado de la Iglesia Adventista.
3. Tener certificado de liderazgo vigente.
4. Leer el libro "Servicio Cristiano" y entregar informe de cinco páginas.
5. Haber participado y aprobado ocho (8) adiestramientos ofrecidos por la brigada.
6. Haber sido E-9 mínimo seis meses.
7. Recomendación de rango.

E-10 Sargento Mayor

1. Tener por lo menos veinte (20) años.
2. Miembro bautizado de la Iglesia Adventista.
3. Certificado de liderazgo vigente.
4. Leer libro sobre liderazgo que no haya leído y entregar informe de cinco páginas.
5. Cumplir con responsabilidades asignadas por el brigada.
6. Haber sido E-9 mínimo seis meses.
7. Recomendación de rango.

E-11 Sargento Comandante Mayor

1. Tener por lo menos veinte (20) años
2. Miembro bautizado de la Iglesia Adventista.
3. Leer el manual "Ministerio Juvenil" y entregar informe de cinco páginas.
4. Ocupar la plaza de Sargento de Brigada.
5. Certificado de Liderazgo JA vigente.
6. Haber sido E-10 mínimo seis meses.
7. Cumplir con responsabilidades asignadas por el brigada.
8. Recomendación del rango.

W-1,2,3,4 & 5 "Warrant Officer"

1. Cumplir con los requisitos de lectura de los rangos anteriores.
2. Cumplir con todos los entrenamientos y cursos existentes.
3. Certificados y formularios vigentes.
4. Completar escuela para Capellanes.
5. Recomendación de rango.

Oficiales 0-1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7 (Teniente, Capitán, Mayor, Teniente Coronel, Coronel y General)

1. Completar escuela para Oficiales.
2. Cumplir con todos los entrenamientos, cursos existentes y especialidades requeridas.

OBSERVACIONES:

1. Solo el Departamento de Ministerio Juvenil tiene la autoridad de enmendar o convalidar algún requisito según lo crea conveniente.
2. Es difícil ostentar un rango pero no imposible. Perder el rango es más fácil. Razones para inactivar un rango son las siguientes.
 - a. Inactivarse sin usar los procedimientos establecidos
 - b. Cometer faltas al código de conducta
 - c. Cometer faltas al manual de iglesia
 - d. Inactividad por más de seis (6) meses
 - e. No ejercer su rango correctamente
 - f. No cumplir con los requisitos del rango
 - g. Cuando el staff de Brigada lo crea conveniente
4. Al regresar de una inactividad de más de seis meses, debe llenar la solicitud de reingreso y el staff de Brigada estudiará el caso y hará las recomendaciones necesarias.
5. Toda promoción de rango debe pasar primeramente por el staff de Batallón y luego por el staff de Brigada para su aprobación final.
6. Toda promoción será oficializada en una actividad a nivel de Brigada.

FORMACIONES

Las formaciones son también parte especial de nuestro cuerpo de Cadetes Médicos. Tienen varias finalidades primordiales:

1. Organizar a la masa de Cadetes para impartir instrucciones.
2. Recibir impresiones.
3. Participar de una ceremonia.
4. Crear sentido de unidad
5. Ordenar para una más eficiente ejecución

Existen varios esquemas de formaciones. La formación básica es la ESCUADRA- Compuesta de seis cadetes. El cadete que funciona como líder en esa formación se llama “squad leader”.

La formación que agrupa a varios escuadras juntas es la de PELOTON- compuesta de 24 cadetes idealmente. Los líderes de este grupo se llaman el “Platoon leader” y el “Platoon Sergeant”, siendo el primero el de mas alto rango y/o “senority”. Además, el que porta el banderín (los colores de la unidad) “Guidon Bearer”; componen un pelotón de un total de 27 cadetes.

Cuando uno o más pelotones (más de un cuerpo) se reúnan, utilizaran la formación de FEDERACION- comandada por el Comandante y por los sargentos de esa unidad. La cantidad de pelotones dependerá de los cadetes que compongan esa federación.

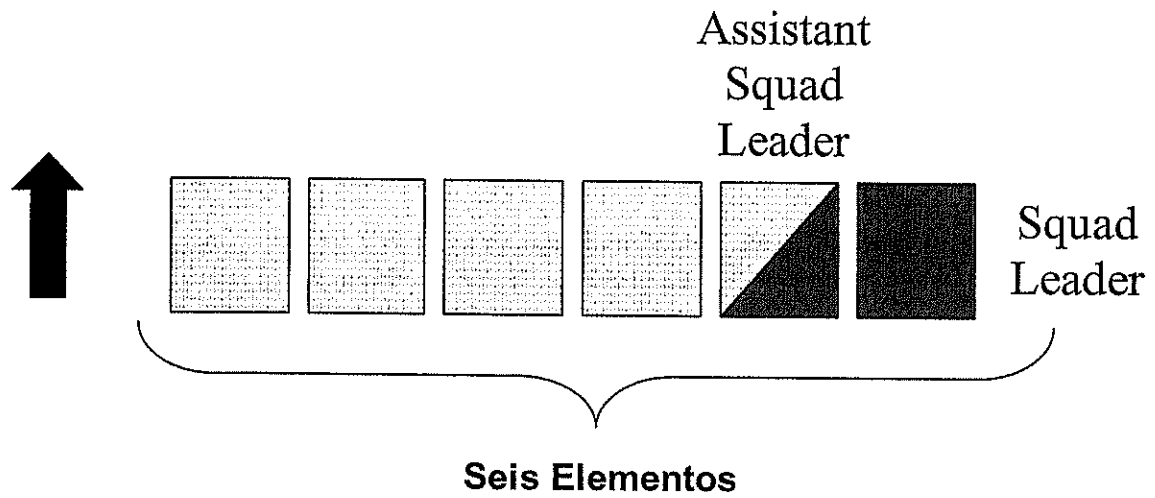
La próxima formación que le sigue en orden e importancia es la de COMPAÑÍA- compuesta por las federaciones que la forman. En este tipo de formación, cada federación forma su unidad en masa con su comandante y/o sargento al frente. Esta formación es comandada por el comandante de compañía.

En ocasiones especiales las federaciones y compañías, que están agrupadas por territorios estratégicamente hablando, se reúnen, es cuando se utiliza la formación de BATALLON- para que una actividad o reunión se componga de una reunión de batallón, deberá haber representación de todas las federaciones y por ende de las compañías que componen esta unidad.

Cuando la alta comandancia de los Cadetes Médicos Adventistas de cada uno de los cuatro (4) campos convoque a todas las federaciones, compañías y batallones, la actividad y/o formación será reconocida como una de BRIGADA.

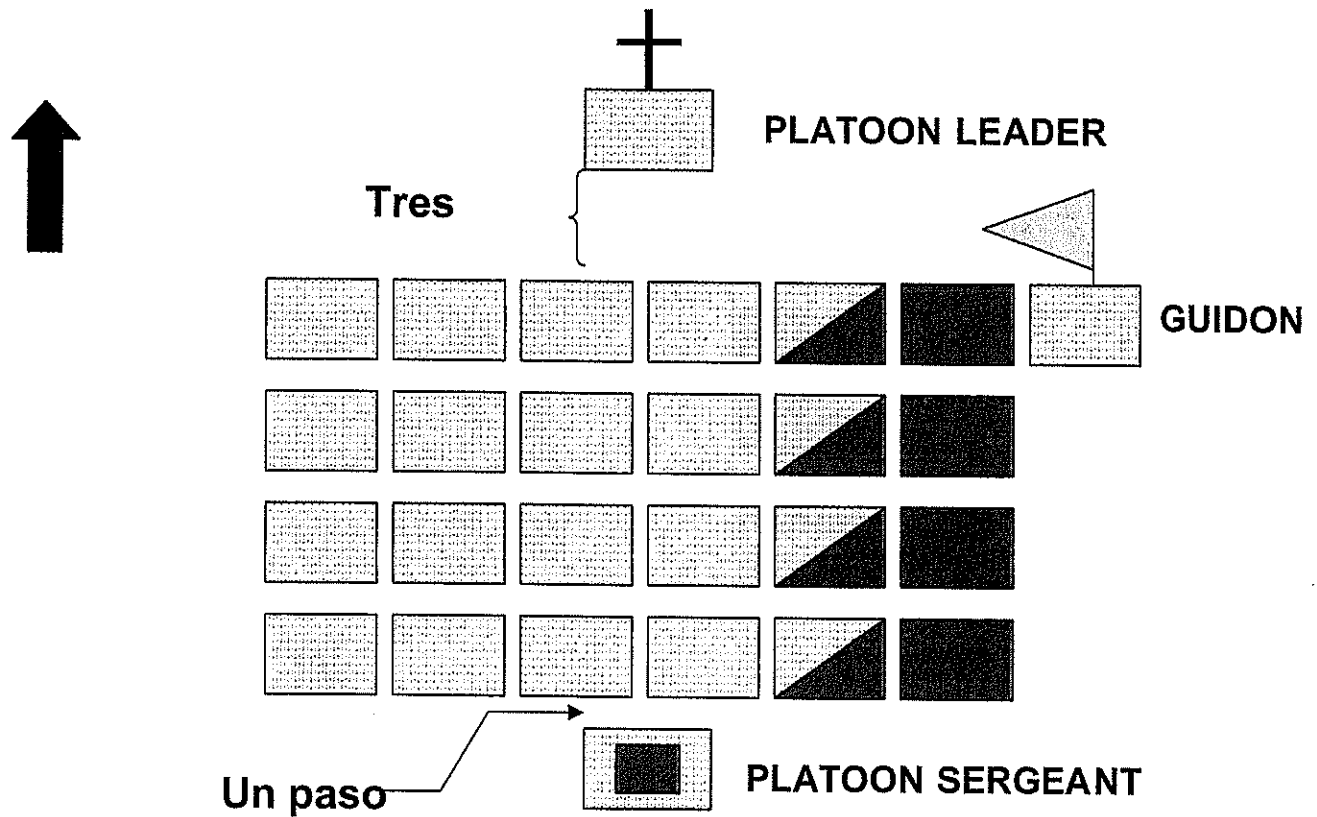
Todas estas formaciones se muestran a continuación.

FORMACION DE ESCUADRA



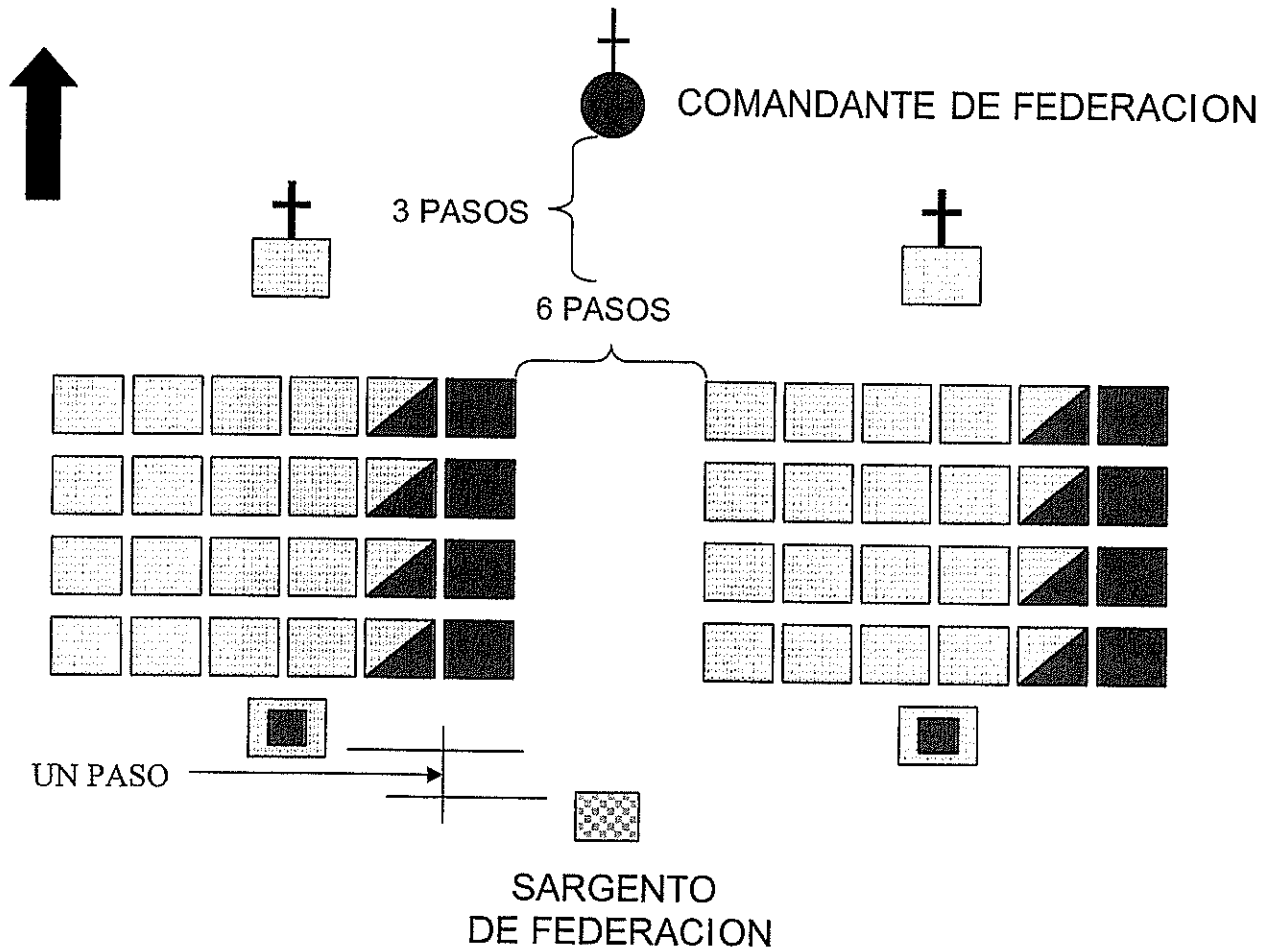
La unidad básica es la escuadra.

FORMACION DE PELOTON



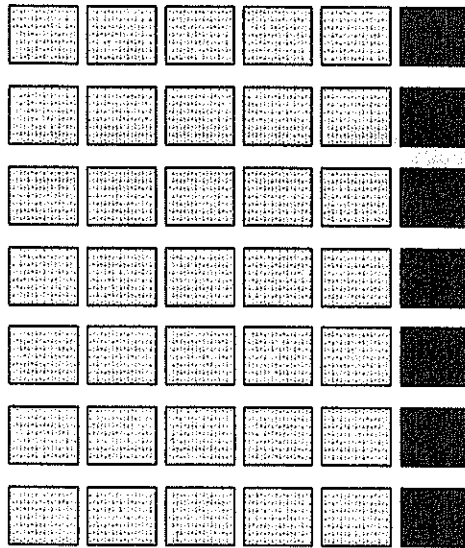
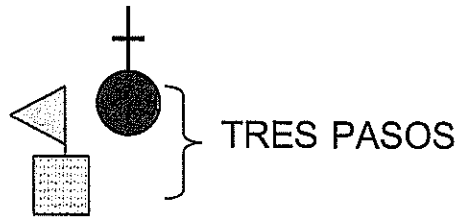
EL PELOTON SE COMPONDRA DE VEINTICUATRO ELEMENTOS, UN PLATOON LEADER, UN PLATOON SERGEANT Y UN GUIDON, PARA UN **TOTAL DE 27 ELEMENTOS**

FORMACION DE FEDERACION



LA CANTIDAD DE PELOTONES DEPENDERA DE LA CANTIDAD DE CADETES PRESENTES EN LA FORMACION DE FEDERACION.

FORMACION EN MASA
(Filas)

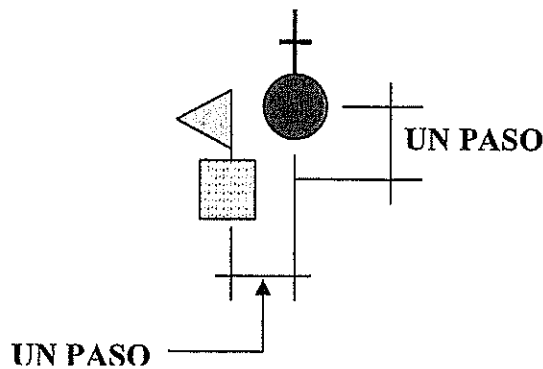


← UN PASO

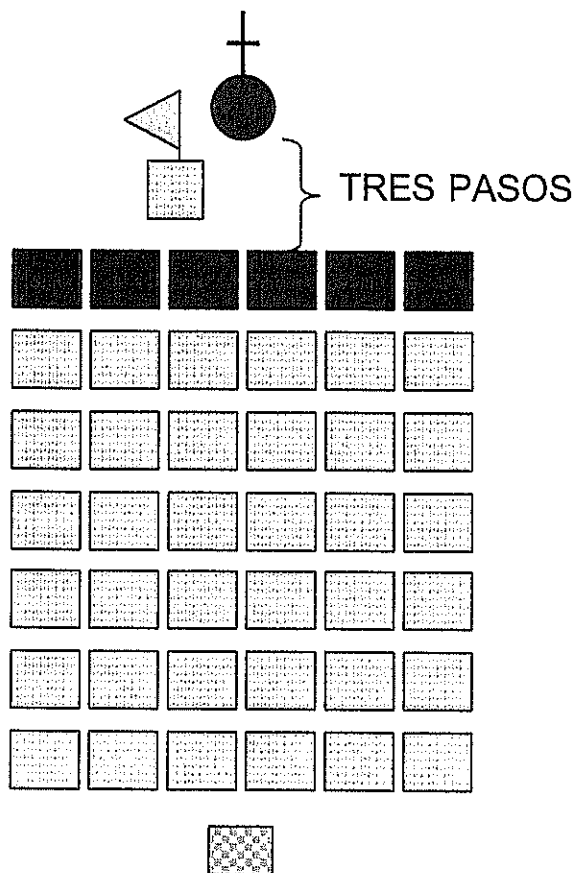
La cantidad de escuadras en una formación en masa dependerá de la cantidad de elementos que compongan esta formación.

En la formación en masa en filas, los “Squad Leaders” se ubican a la derecha de las escuadras. Los rangos se distribuyen de mayor a menor. La persona de mayor rango se ubicará como “Squad Leader” de la primera escuadra y así sucesivamente en orden de rango hasta la última escuadra. Los rangos serán distribuidos en una formación en masa en filas del frente hacia atrás, de derecha a izquierda.

En la formación en masa, el Banderín de la unidad se ubicará a un paso al frente y un paso a la derecha del líder de la formación.



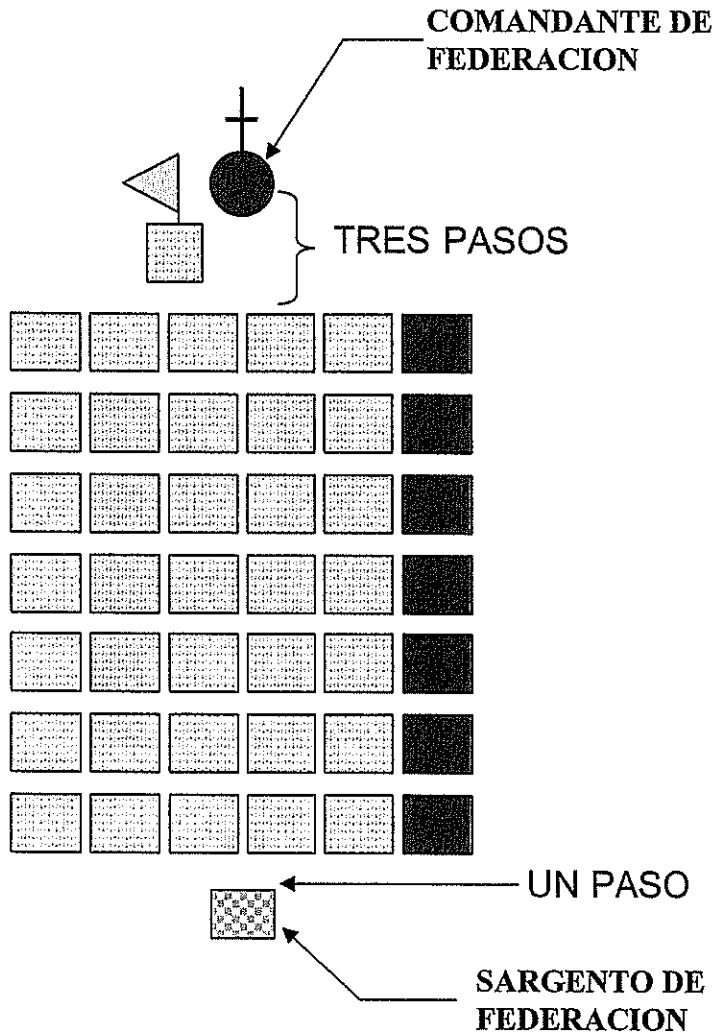
FORMACION EN MASA (Columnas)



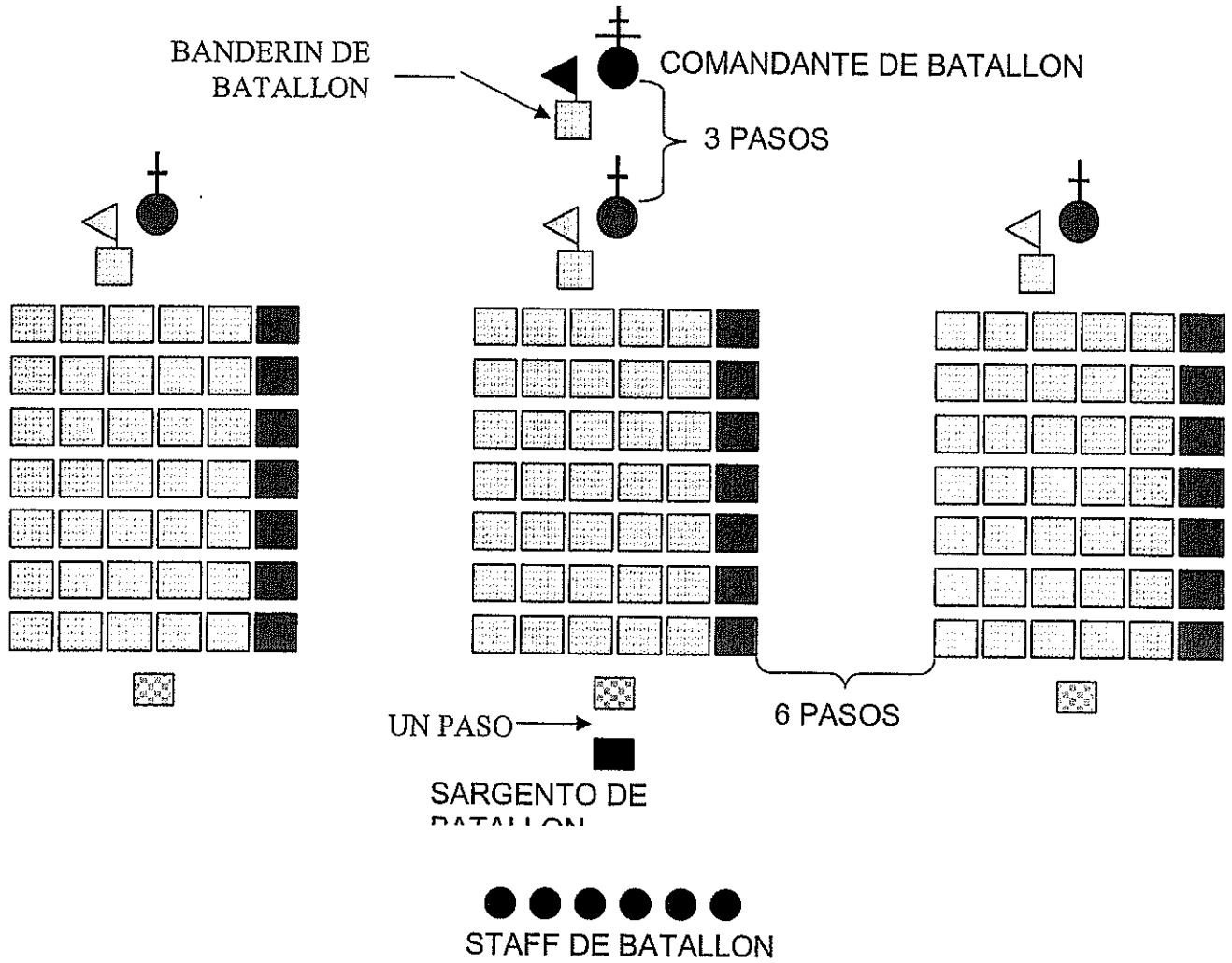
La cantidad de escuadras en una formación en masa dependerá de la cantidad de elementos que compongan esta formación.

En la formación en masa en columnas, los “Squad Leaders” se ubican al frente de las escuadras. Los rangos se distribuyen de mayor a menor. La persona de mayor rango se ubicará como “Squad Leader” de la escuadra de la derecha y así sucesivamente en orden de rango hasta la última escuadra a la izquierda. Los rangos serán distribuidos en una formación en masa en columnas de derecha a izquierda, del frente hacia atrás.

FORMACION DE FEDERACION EN MASA

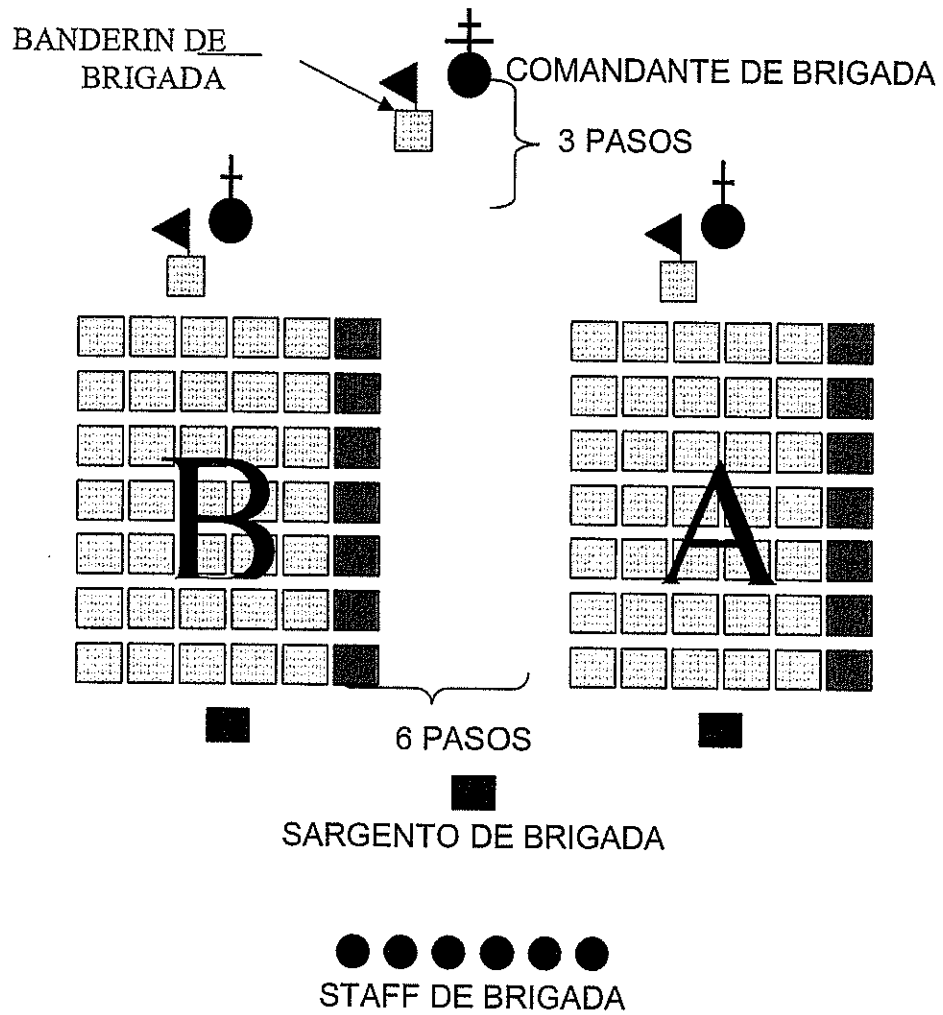


**FORMACION DE BATALLON
CON FEDERACIONES EN MASA**



La cantidad de pelotones en masa dependerá de la cantidad de Federaciones que exista en cada Batallón.

FORMACION DE BRIGADA



MARCHAS

Nada inspira mas el espíritu del cadete que ver y ser parte de un grupo, moviéndose con ritmo y cadencia. A continuación vamos a mostrar los mandos básicos usados en los Cadetes Médicos Adventistas para sus diferentes actividades.

PROPOSITO DE LAS MARCHAS

1. Habilitar a los comandantes en los movimientos de sus unidades de un lugar a otro, de una manera ordenada y que provea formaciones simples para acciones rápidas.
2. Ayudar en el adiestramiento disciplinario instituyendo al hábito de precisión y respuesta a las órdenes del líder.
3. Proveer unidad, espíritu de cohesión, ensanchar la moral de la tropa a través de ceremonias y espectáculos al público.

MANDOS

Un mando de marcha es una orden oral de un comandante o un líder. La precisión de la ejecución de un movimiento es afectado por la manera en que el mando es dado. Las siguientes reglas para dar mandos aplican al líder cuando las unidades son separadas de una formación más grande.

1. Cuando el Alto, el comandante mira hacia sus tropas cuando da los mandos. E mandos que ponen la unidad en movimiento, el se mueve simultáneamente con la unidad para mantener una posición correcta con la formación.
2. Cuando marcha al frente de la formación, el se vira, marchando hacia atrás y da los mandos.
3. Cuando marcha en flanco, el vira su cabeza hacia la dirección de las tropas y da los mandos. (excepción eyes-right / ready front)

Cuando los elementos de la marcha son parte de una unidad más grande, las reglas de los mandos suplementarios se aplican. El comandante da AS YOU WERE para revocar un mando preparatorio que el ha dado. El mando AS YOU WERE tiene que ser dado antes del mando de ejecución. El líder no puede cancelar el mando de ejecución con AS YOU WERE. Si el mando no es revocado, la unidad ejecutara el mando de la mejor forma posible.

MANDOS DE DOS PARTES

Muchos mandos tienen dos partes, conocidos como el mando preparatorio y el mando de ejecución. Ninguno de los dos es un mando por si solo, pero se determinan como tal para simplificar instrucciones.

1. El mando preparatorio determina el movimiento a ejecutar y mentalmente prepara al individuo para la ejecución del mando. (en el mando FORWARD MARCH, el mando preparatorio es FORWARD).
2. El mando de ejecución dice cuando el movimiento se llevará a cabo. (en el mando FORWARD MARCH, el mando de ejecución es MARCH).

Para cambiar la dirección de la unidad en marcha, el mando preparatorio y el de ejecución para dar movimiento son dados en los pies de la dirección que se quiere cambiar: RIGHT FLANK, MARCH es dado cuando el pie izquierdo este tocando el piso. El intervalo entre el mando preparatorio y el mando de ejecución es normalmente de unos pies o conteo de uno.

MANDOS COMBINADOS

En algunos mandos, el mando preparatorio y el mando de ejecución están combinados; por ejemplo: FALL IN, AT EASE, Y REST. Estos mandos son dados sin inflexión y en un tono de voz uniforme y el volumen comparado al mando de ejecución.

MANDOS SUPLEMENTARIOS

Son órdenes orales dadas por un líder subordinado que refuerza y complementa la orden del comandante, lo cual asegura entendimiento. Se extiende al más bajo líder subordinado que ejercite control sobre los elementos afectados por el mando como un elemento dentro de la misma formación.

Un mando suplementario puede ser un mando preparatorio, o un mando de dos partes. Son normalmente dados entre el mando preparatorio y el mando de ejecución. No obstante, cuando un mando requiere un elemento de una unidad que ejecute un movimiento diferente a otros elementos dentro de la formación o el mismo movimiento en un tiempo diferente, líderes subordinados dan su mando suplementario en el momento prescrito por el procedimiento que cubre ese movimiento en particular. El líder subordinado da todos los mandos suplementarios sobre su hombro derecho, excepto cuando los elementos están a su izquierda.

Mandos suplementarios no son dados por líderes suplementarios para mandos combinados (FALL IN, REST, AT EASE), o para mandos de formación en masa. Aunque se pueden dar cuando se va a hacer la formación en masa o cuando se forma una columna de una masa.

Excepto por los mandos que están en formación en masa, los líderes de pelotón dan los mandos suplementarios siguiendo todos los mandos preparatorios dados por el comandante. Cuando el mando del comandante es COMPANY, el líder de pelotón adquiere la posición de atención y da el mando, PLATOON. El comandante de compañía permite tiempo para que todos los mandos suplementarios sean dados antes de dar el mando de ejecución.

MANDOS DIRECTIVOS

Para propósitos de marcha, directivos son órdenes orales dadas por un comandante que dirige o lleva a un líder subordinado a tomar acción. El comandante da directivos en vez de mandos cuando es más apropiado para los elementos subordinados a ejecutar un movimiento o desempeñar un trabajo como un elemento independiente de la misma formación. Los directivos son dados en oraciones; como por ejemplo: PLATOON SERGEANT TAKE CHARGE.

TERMINOS Y DEFINICIONES

1. MARCHAS- Consiste de cierto movimiento por el cual una unidad de individuos es movilizada en una manera ordenada y uniforme de una formación a otra o de un lugar a otro.
2. CEREMONIAS- Son formaciones y movimientos en donde un numero de tropas ejecutan movimientos al unísono y con precisión igual a marchas; sin embargos valor primario es rendir honores, preservar tradición y estimular el espíritu de la organización.
3. ELEMENTO- Es un individuo, escuadra, pelotón, compañía o unidad más grande, formando como parte de una unidad mayor a la anterior.
4. INTERVALO- Es el espacio lateral entre elementos.
 - a. Normal- Es el espacio lateral entre dos cadetes, medido de derecha a izquierda por el cadete en la derecha levantando su hombro y mano izquierda, dedos y pulgar extendidos y unidos con la punta del dedo del medio tocando el hombro derecho del cadete a su izquierda.
 - b. Cerrado- Es el espacio lateral entre cadetes, medido de derecha a izquierda por el cadete en la derecha, ubicando la palma de la mano izquierda en su cintura junto a su correa, dedos y pulgar juntos mirando hacia abajo con el codo en línea de su cuerpo y tocando el brazo del cadete a su izquierda.
 - c. Doble- Es el espacio lateral entre cadetes medido de derecha a izquierda al levantar ambas manos y hombros con los dedos extendidos (palma de la mano hacia abajo) y unidos para que la punta de los dedos esté tocando a los cadetes del lado izquierdo y lado derecho.
5. DISTANCIA- Es el espacio entre elementos cuando los elementos están uno detrás del otro.
 - a. Distancia entre individuos que varia con el tamaño de la formación
 - b. Distancia entre individuos es la longitud de un brazo hacia el frente mas seis (6) pulgadas. Aproximadamente treinta y seis (36) pulgadas medido del pecho de un cadete hasta la espalda del cadete del frente de el.

6. FORMACION- Es una orden o arreglo de elementos de una unidad en una manera específica.
 - a. Línea- Es una formación donde los elementos están de lado a lado. En una línea de pelotón, los miembros de cada escuadra están frente con las escuadras, una detrás de otra.
 - c. Columna- Es una formación en donde los elementos están uno detrás de otro con las escuadras una frente de la otra.
7. ALINEAMIENTO- El arreglo de algunos elementos en la misma línea.
8. CUBRIR- Es el alinearse usted mismo directamente detrás del cadete al frente, mientras mantiene una distancia correcta.
6. CABEZA- Es el elemento dirigente de una columna.
7. FLANCO- es el lado izquierdo o derecho de cualquier formación así sentido por un elemento dentro de una formación.
8. FRENTE- Es el espacio de lado a lado de una formación, incluyendo el elemento del lado derecho a izquierda.
9. PROFUNDIDAD- Es el espacio desde el frente hacia atrás de una formación incluyendo la parte del frente o de atrás del elemento.
10. BASE- Es el elemento por el cual es planeado o regulado un movimiento.
11. POSTA- Es el lugar para un oficial o un oficial no comisionado ubicarse en una formación.
12. GUIA- Es la persona responsable de mantener la dirección y grado de la marcha.
13. CADENCIA- Es el ritmo uniforme en donde un movimiento es ejecutado o el número de pasos o cuentas por un minuto donde el movimiento es ejecutado.
 - a. "quick time": es la cadencia de 120 pasos por minuto.
 - b. "double time": es la cadencia de 180 pasos por minuto.
14. PASO- Es la distancia prescrita, medida de talón a talón del cadete en marcha.

MOVIMIENTOS ESTACIONARIOS

Todos los movimientos son iniciados desde la posición de ATTENTION, aunque algunos descansos pueden ser mandados entre si.

1. FALL IN- Es el mandato para entrar en formación. El cadete ocupa su lugar y se mantiene en atención.
2. ATTENTION- Los talones de los pies juntos y las puntas separadas a un ángulo de 45 grados. Cuerpo derecho, pecho levantado y hombros lo mas cuadrado posible. La cabeza mirando hacia el frente. Los brazos derechos con las palmas de las manos mirando hacia el cuerpo, las manos formando un puño entre abierto con los pulgares tocando la costura del pantalón. No se habla excepto cuando se le pregunte. El cadete en esta posición no se mueve. Debe estar derecho pero relajado.
3. Posiciones de descanso estacionario:
 - a. PARADE REST- Es un descanso de parada. No es una posición rigurosa como la de atención. El pie izquierdo se mueve a la izquierda a 12 pulgadas, y se equilibra el peso del cuerpo en ambos pies. Se colocan las manos atrás de la espalda a nivel de la cintura. Las manos unidas teniendo los pulgares ligados y la mano derecha sobre la izquierda. Se mantienen la cabeza derecha mirando hacia el frente. No se habla y no se mueve.
 - b. AT EASE- Es similar al mando anterior, pero puede mover la cabeza hacia el oficial o instructor que este al frente.
 - c. AT REST- En esta posición puede moverse o hablar, pero no salirse de formación. El pie derecho siempre debe estar en su posición.
4. FALL OUT- Mando para romper formación.
5. Giros en posición estacionaria:
 - a. RIGHT / LEFT, FACE- Giro de 90 grados a la izquierda o hacia la derecha según sea dado el mando. Si es a la derecha, se levanta la punta del pie derecho y el talón del pie izquierdo y se gira. A la izquierda es viceversa. Al completar el giro, coloque el pie que haya quedado atrás junto al otro. Mantenga la posición de ATTENTION.
 - b. HALF, RIGHT / LEFT- se gira al lugar ordenado a solo 45 grados.
 - c. ABOUT FACE- Mueva la punta del pie derecho detrás del izquierdo a unas 5 pulgadas. Gire sobre el talón izquierdo por el lado derecho a 180 grados. Mantenga siempre la posición de ATTENTION.

6. El Saludo:

- a. HAND SALUTE- Levante la mano derecha. La mano estará abierta pero los dedos se mantendrán juntos. El dedo índice debe tocar la ceja derecha si no se usa gorra con visera. Al usarse con visera, debe tocar el borde del lado derecho. El brazo queda horizontal mientras el antebrazo hace un ángulo de 45 grados. Mirándose de frente no debe verse la palma de la mano ni el dedo pulgar. Se puede ejecutar mientras se esta marchando.
- b. READY, TWO- Es el mando para bajar la mano y asumir la posición de atención.
- c. EYES RIGHT / LEFT- Desde la posición de atención se voltea la cabeza para el lado ordenado a 45 grados.

MOVIMIENTOS EN MARCHA

1. Pasos y Marchas:

- a. FOWARD, MARCH- Se empieza moviendo el pie izquierdo a una distancia de 30 pulgadas y a un ritmo de 120 pasos por minuto. Los brazos deben balancearse naturalmente sin doblar el codo, aproximadamente a 9 pulgadas al frente y 6 pulgadas atrás.
- b. HALF STEP, MARCH- Se empieza moviendo el pie izquierdo a una distancia de 15 pulgadas. Mientras se balancean los brazos en forma natural, también se va marcando la cadencia con el pie izquierdo. No arrastrar el pie derecho en el proceso.
- c. BACKWARD, MARCH- Es lo inverso al mando anterior. Es una marcha hacia atrás.
- d. DOUBLE TIME, MARCH- Se empieza con el pie izquierdo a una distancia de 36 pulgadas y a un ritmo de 180 paso por minuto.
- e. HALT- Mando para detener la marcha. El mando preparatorio será de acuerdo al elemento que esta siendo dirigido; ejemplo: Squad Halt, Platoon Halt.
- f. MARK TIME, MARCH- Es para marchas en la misma posición a un ritmo de 120 pasos por minuto. Mientras se esta marcando con el pie izquierdo, el derecho solo se levanta su talón a 2 pulgadas.

2. Descanso sobre la marcha hacia el frente:

- a. AT EASE, MARCH- no se requiere la cadencia pero si el silencio y la distancia entre el grupo.
- b. ROUTE STEP, MARCH- no se requiere silencio ni cadencia, la cadencia se debe mantener entre el grupo.

3. Despedir Formaciones:
 - a. FALL OUT- Romper formación. Con este mando todavía hay posibilidad de otra formación.
 - b. DISSMISSED- Romper formación. Mando para concluir reunión. Luego de este mando no habrá otra formación hasta la próxima reunión.

4. Para la alinear la escuadra:
 - a. DRESS RIGHT, DRESS- Todos miran al lado derecho a la vez que levantan el brazo izquierdo al nivel del hombro del cadete que esta a la izquierda. Todos se alinearan con el SQUAD LEADER mientras que este, queda mirando hacia el frente con su brazo izquierdo levantado.
 - b. AT CLOSE INTERVAL, DRESS RIGHT, DRESS- Igual al anterior, excepto que la distancia se toma con el codo. Esto se hace colocando la palma de la mano en la cintura.
 - c. READY FRONT- Este es el mando para dejar de tomar distancia y quedar en ATTENTION y ya alineados.
 - d. COVER- Mando para cubrir y mantener posición y distancia correcta de la formación.

5. Cambios de dirección en marcha:
 - a. RIGHT / LEFT FLANK, MARCH- Se hace un giro de 90 grados al lado ordenado y se continua la marcha. Todos los elementos hacen el movimiento a la vez.
 - b. COLUMN RIGHT/ LEFT, MARCH- El cadete base gira al lado ordenado marcando el paso. Las escuadras hacen un giro en forma de abanico a 90 grados. La unidad ejecuta un viraje manteniendo un mismo frente. Los elementos del frente serán de guía para los de atrás.
 - c. HALF RIGHT/ LEFT, MARCH- Toda la unidad cambia de dirección a la vez dando un giro de 45 grados según lo ordenado
 - d. TO THE REAR, MARCH- Es un giro de 180 grados ejecutado con el pie izquierdo al frente y volteando por la derecha. Al completar el giro se vuelve a salir con el pie izquierdo. Este mando es ejecutado por todos los elementos a la vez.

6. PARA INSPECCION:

- a. OPEN RANK, MARCH- Este mando se ejecuta de la siguiente Manera:
 - Primera escuadra- dos pasos al frente
 - Segunda escuadra- un paso al frente
 - Tercera escuadra- no se mueve; esta grita STAND BY
 - Cuarta escuadra- un paso hacia atrás
- b. CLOSE RANK, MARCH- En este caso la primera escuadra no se mueve y las demás se mueven hacia le frente y se cuadran con la primera.

CEREMONIAS

Las actividades y convocatorias que se desarrollan e los Cadetes Médicos Adventistas envuelven por lo general una o más ceremonias. Se define CEREMONIA Como aquellos eventos o acontecimientos que envuelven reconocimientos oficiales. Honor a una visita especial dentro de nuestra organización eclesiástica o un oficial dignatario, presentar condecoraciones y meritos, reconocimientos a una unidad o logros individuales, graduaciones, en ocasión de un retiro de un alto oficial de los MCC'S, pase de revista del cuerpo, en paradas, en los saludos y respetos a los emblemas nacionales y colores institucionales, funerales, actividades especiales de la iglesia y otros son algunas de las ceremonias en las que los Cadetes participamos. El (los) procedimiento (s) que se ejecutan en cada ocasión, están determinados por el tipo de ceremonia.

La Ceremonia que más cadetes envuelve es el pase de lista o "Passing Review" que se ejecuta por un batallón o una unidad mayor. La misma consiste en:

1. Formación de las unidades
2. Inspección
3. Respeto a emblemas nacionales
4. Presentación y los honores
5. pase de lista marchando
6. Conclusión
7. Despedida

NOTA: La inspección se puede omitir en premiaciones y condecoraciones, o en reconocimientos individuales.

La ceremonia que más practicamos y utilizamos en los Cadetes Médicos es la de Saludo a los Emblemas Nacionales, "Colors Ceremony". La misma es ejecutada por todos los cadetes presentes en ceremonia y es dirigida por un grupo asignado para tales efectos llamados Guardia de Colores o "Color Guard".

En el adiestramiento básico enfatizamos en estas dos ceremonias, en otros mas avanzados, se estudian otra ceremonia y sus formatos.

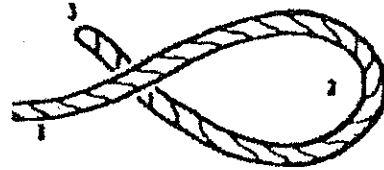
Disfrutemos de las ceremonias en las que participamos los cadetes aquí en la tierra, porque muy pronto participaremos de la ceremonia mas gloriosa en la que ser humano jamás haya participado, en la de recibir de parte de Jesucristo la Corona de Vida Eterna, amén.

NUDOS

PARTES DE LA SOGA

La sogá se compone de tres partes:

- Parte fija (1)- es el trozo largo o principal de la cuerda con el cual no se puede trabajar por estar fijado o por ser demasiado largo.
- El seno (2) - es el lazo formado cuando la cuerda se repliega sobre sí misma.
- El chicote (3)- es el extremo de la cuerda con el cual se hace el nudo.



COMO CUIDAR DE LA SOGA

Debido a su estructura, las cuerdas constituyen un producto resistente y no necesitan especial atención. Es importante mantenerlas secas para evitar la formación de mohos y limpiar meticulosamente todo depósito de grasa o brea. El único peligro es el calor que puede producir daños irreparables. Especialmente en el caso de las fibras sintéticas con una temperatura de fusión bala. Por ello las cuerdas deben mantenerse alejadas del calor directo y no deben utilizarse en poleas de poco diámetro (Inferior a cinco o seis veces el diámetro de la cuerda utilizada). El calor generado por la fricción puede producir daños similares al fuego. Otro aspecto a considerar es el deshilachamiento de los extremos, debido a lo escurridizo de las fibras. Si los extremos no quedan adecuadamente rematados, se deshilarán con facilidad inutilizando metro tras metro de cuerda.

Las cuerdas utilizadas en la navegación a vela deben lavarse al final de la temporada con un detergente normal para prendas delicadas. El secado es muy importante y debe hacerse hincapié en que la cuerda quede perfectamente seca. Las manchas de brea o aceites, pueden limpiarse con una cuidadosa aplicación de gasolina o tricloroetileno.

- La existencia de un nudo de unión entre dos cuerdas disminuye la resistencia del conjunto hasta alrededor de la mitad de la de la cuerda más débil.
- Una cuerda del doble de diámetro que otra tiene cuatro veces más resistencia.
- No utilice jamás dos cuerdas de diferente material juntas, ya que sólo actuará la más rígida al ser sometida a tensión.
- No es siempre cierto que la mejor cuerda sea la más resistente, ya que hay que tener presente también su elasticidad, y si la cuerda ha de soportar cargas de choque, las poliamidas de poliéster son las mejores.
- No utilice cuerdas flotantes para fondear en los puertos, ya que las hélices de las motoras pueden cortarlas.
- Emplee cuerdas flotantes sólo para trabajos de rescate, boyas luminosas, etc.
- Repare los extremos deshilachados inmediatamente; además de su aspecto antiestético, consumen gran cantidad de cuerda.
- Seque siempre las cuerdas antes de recogerlas: si las enjuaga con agua dulce se eliminan los depósitos de sal que absorben humedad.
- No compre cuerdas que sean demasiado rígidas y no se fíe de ningún comerciante que le diga que se suavizarán con el tiempo. Del mismo modo, no confíe en las cuerdas retorcidas que sean excesivamente flexibles, ya que pueden darle una desagradable sorpresa la primera vez que las utilice.

TIPOS DE CUERDAS

1. **Manila**- Es una cuerda costosa fabricada de hojas de plátano (banano, guineo). Es una cuerda de muy buen aspecto, resistente y muy suave, y usada mucho en los yates, donde su aspecto de elegancia es muy necesario.
2. **El sisal** (pita-maguey-henequén)- Esta cuerda está hecha de una planta oriunda de México. De sus hojas sale una hilaza excelente de la cual se fabrica la cuerda
3. **Nylon**- Estas fibras tienen unas excelentes características para la fabricación de cuerdas, ya que combinan la resistencia con la elasticidad, lo que les permite absorber cargas de choque mejor que ningún otro material. No se pudren ni flotan.
4. **Polipropileno**- Esta fibra es de empleo muy difundido en la navegación comercial, ya que combina un bajo costo con unas excelentes cualidades mecánicas y una gran resistencia ante 105 agentes atmosféricos, la luz y 106 hidrocarburos, siempre presentes en los puertos comerciales. Esta es la única fibra que flota bien. por lo que es la más adecuada para las cuerdas de arrastre del esquí náutico, cuerdas de salvamento y para amarrar grandes barcos. Normalmente no se utiliza en la navegación deportiva, posiblemente por ser de un precio inferior a los otros tipos.

NUDOS Y SUS USOS

1- MEDIO NUDO - MEDIO COTE

Este se utiliza en multitud de situaciones: como base de otros nudos, para sujetar objetos cuando la tensión es la misma en ambos extremos, como nudo de tope y a intervalos regulares en los cabos de salvamento. Una aplicación muy obvia de este nudo es la que se realiza en el extremo del hilo de coser. Cuando está mojado es imposible de deshacer.

2- NUDO EN OCHO - NUDO DE SABOYA

Se conoce con el nombre de Saboya, debido a que aparece en el escudo de armas de la Casa de Saboya. Es el nudo de tope más utilizado por los marineros.

3- NUDO EN OCHO MORDIDO

Es igual que el nudo en ocho, sólo que el chicote mordido facilita cuando se quiere deshacer el nudo.

4- NUDO DE STEVENDORE

Este nudo se diferencia del nudo en ocho en que tiene una vuelta adicional. Mismos usos de los demás nudos de tope. Tiene los mismos usos de los demás nudos de tope.

5- NUDO DE GUIA. REMATE DE MARINERO

También recibe el nombre de nudo franciscano porque ellos lo utilizan como peso en la cuerda que utilizan como cinturón. Su uso más importante es el de nudo de tope en las cuerdas finas. Es popular entre los marineros porque es muy fuerte y no desgasta las fibras de la cuerda.

6- NUDO LLANO MULTIPLE - BOMBERO DE EMERGENCIA

Es utilizado por los marineros como nudo de peso o de tope, pero es muy difícil de deshacer, especialmente si está mojado. También lo usan los bomberos en rescates de emergencia, al igual que los marineros.

7- BALLESTRINQUE - NUDO DE CLAVIJA -NUDO DEL BARQUERO

Los marineros lo utilizan con cuerdas de calibre pequeño o medio para atracar. Los acampantes lo usan para sujetar los palos de las tiendas. También lo usan los alpinistas.

8- BALLESTRINQUE EN ANILLO

El ballestrinque se realiza sobre un anillo casi exclusivamente en cuerdas de escalada, ya que se puede regular la longitud de la cuerda entre el alpinista y el pitón.

9- NUDO DE FUGITIVO - BANDOLERO - AGRICULTOR

Supuestamente, este nudo fue utilizado por los bandoleros para amarrar sus caballos. Tirando del chicote el nudo queda deshecho. Es fácil de hacer y de deshacer, no obstante, la tensión sobre el firme no deshace el nudo, que resulta útil en situaciones muy diversas, como el descenso de objetos y los amarres provisionales.

10- VUELTA DE BRAZA

Este es un nudo muy importante. Se puede hacer con facilidad y se aguanta firmemente. Al enroscar la parte del chicote sobre sí misma, se debe tener la precaución de hacerla en la misma dirección en que está torcida la cuerda. Se utiliza para amarrar troncos pesados que serán arrastrados.

11- DOBLE MEDIO COTE

Los medios son nudos provisionales cuyo propósito no es soportar grandes tensiones. Se utilizan para completar y reforzar otros nudos, para colgar atar y enganchar objetos, etc. El medio cote es uno de los nudos mas conocidos y se utiliza en todo tipo de situaciones es utilizado por las amas de casa, los carniceros, los constructores etc. La diferencia entre el medio cote y la vuelta sencilla, es que el primero se ata en torno a su propio firme, mientras que el segundo se realiza en torno a un objeto

12- DOBLE MEDIO COTE MORDIDO

Este nudo es una variación del medio cate. Es más fácil de deshacer, en especial cuando la cuerda está sometida a tensión, ya que al tirar del chicote el nudo se deshace.

13- COTE DE PESCADOR

Llamado también, dote de ancla, éste es uno de los cotes más seguros y más utilizado. Los marineros lo utilizan para atracar en el desembarcadero y para atar el ancla. Es difícil de hacer en cuerdas de calibre grueso.

14- BOCA DE LOBO

Este es el mejor nudo de gancho para cuerdas de Mena o calibre medio, ya que la tensión es la misma en ambos extremos.

15- DOBLE LAZO

Es el lazo que universalmente se conoce como el nudo para amarrar los zapatos. Se usa para amarrar cintas o los paquetes de regalo. También se usa para amarrar cintas o paquetes de regalo.

16- CABEZA DE ALONDRA

Este nudo suele hacerse sobre un poste o un anillo y a menudo se utiliza para amarrar temporalmente animales. No es un nudo seguro, a menos que la tensión sea igual en ambos extremos.

17- NUDO DE SACO

Este nudo se utiliza para amarrar el extremo superior o boca del saco. Es un nudo simple y seguro, pero si se aprieta demasiado resulta difícil de deshacer.

18- VUELTA DE TUBO

Este nudo se usa casi exclusivamente para levantar tubos verticalmente. Normalmente se le da un cote adicional en la parte superior del tubo para mantenerlo en posición vertical.

19- VUELTA DE GANCHO

Corno lo indica el nombre, este nudo se utiliza para sujetar una cuerda de un gancho, generalmente con cuerda de calibre grueso. Resulta útil cuando el nudo debe hacerse y deshacerse con rapidez.

20- TENSOR

Un nudo sumamente importante para el acampante. Se realiza sobre una cuerda que esta bien estirada. Cuando se usa en las sogas que sujetan una "carpa, ésta se puede tensar se puede tensar o soltar con sólo bajar o subir el amarre sobre la parte fija.

21- AS DE GUIA

Este nudo es el mejor conocido entre los marineros y el más importante en navegación. Tiene multitud de ventajas, ya que no se escurre ni se afloja; no es difícil de deshacer cuando está bajo tensión. Este nudo se utiliza normalmente para fijar una cuerda a un objeto, o para formar una lazada fija al extremo de un cabo. En alpinismo recibe el nombre de bulin, y se utiliza como medida de precaución durante el ascenso: se ajusta a la cintura por medio de unos tirantes dobles. El rancharo lo usa para amarrar a los animales del cuello ya que no se corre.

22- AS DE GUIA MORDIDO

Una variación del as de guía en el cual se le forma un lazo con el chicote que al apretar queda mordido, facilitando así el soltarlo.

23- ARNES DE HOMBRE

Este nudo se usa para hacer una gaza que no deba deslizarse a la mitad de una cuerda de remolque, de manera que una persona que remolque pueda colocar su hombro a través de la gaza y agregar su peso. También resulta útil para hacer peldaños y agarraderas en una cuerda para trepar.

24- AS DE GUIA POR SENO

Este se compone de dos lazadas finas del mismo diámetro que van solapadas. Una vez abiertas, pueden utilizarse independientemente. Se usa mucho en rescates marítimos. Si la persona que va a ser rescatada está consciente, introduce una pierna por cada una de las lazadas y se sujeta del firme. Si está inconsciente, se le introducen las dos piernas a través de una lazada y la otra se coloca bajo las axilas. Además de emplearse para trabajos de salvamento, el as de guía por seno se utiliza como método muy seguro de recuperación de objetos.

25- MARGARITA

Es un nudo muy utilizado por los marineros. Es el mejor nudo para acortar considerablemente una cuerda larga. No produce desgaste; y ejerce una buena acción de bloqueo. No altera la forma de la cuerda. El número de medios cates realizados sobre la cuerda, determina tanto el agarre del nudo como el grado de acortamiento de la cuerda.

26- DOBLE MEDIO NUDO CON GAZA

Este nudo es importante si se desea eliminar una sección desgastada de cuerda, dejando la parte desgastada en el punto muerto del nudo.

27- EMPAQUETADOR

Usando este nudo, es la mejor manera de comenzar amarrar cualquier paquete. El nudo es fácil de hacer. Consta de hacer un nudo en ocho alrededor de la parte fija, tal como lo muestra el dibujo. El extremo debe salir paralelo a la parte fija.

28- CORREDIZO

Este es un nudo simple que raramente es utilizado en el mar, aunque a menudo lo emplean los cazadores o los campistas para poner cebos para aves y caza menor. También se utiliza para someter a tensión cables de aparejo.

29- AS DE GUIA CORREDIZO

Este nudo se utiliza fundamentalmente para colgar objetos con cuerdas de diferente Mena. El peso del objeto determina la tensión necesaria para que el nudo agarre. Fue utilizado por los cazadores pero tiene además otros usos, ya que es fuerte y seguro, no debilita la cuerda, corre con facilidad y se deshace sin problemas. Los marineros los usan para pescar objetos flotantes caídos al agua.

30- LLANO

Este nudo se usa para uniones provisionales entre cuerdas idénticas que no vayan a estar sometidas a tensión.

31- LLANO CON VUELTA MORDIDA

Es una variación del llano, el seno que se forma con el extremo del chicote hace más fácil deshacerlo.

32- CALABROTE

Consiste en dos lazadas sencillas que se entrecruzan. Este nudo es una forma muy segura de unir dos cuerdas de la misma Mena, pero diferente tipo. Es más estable que el nudo llano, ya que no se desliza pero no suele utilizarse en el mar, ya que resulta muy difícil deshacerse si se ve sometido a una gran tensión, o si está húmedo. Se emplea en cuerdas de Mena gruesa y también par unir dos cuerdas gruesas.

33- PESCADOR

Se efectúa sobre cuerdas de mella pequeña, y es algo voluminoso, pero fuerte y, por consiguiente, muy utilizado por los pescadores de caña. Sirve para unir dos cuerdas y es tan resistente como la propia cuerda a las tensiones grandes.

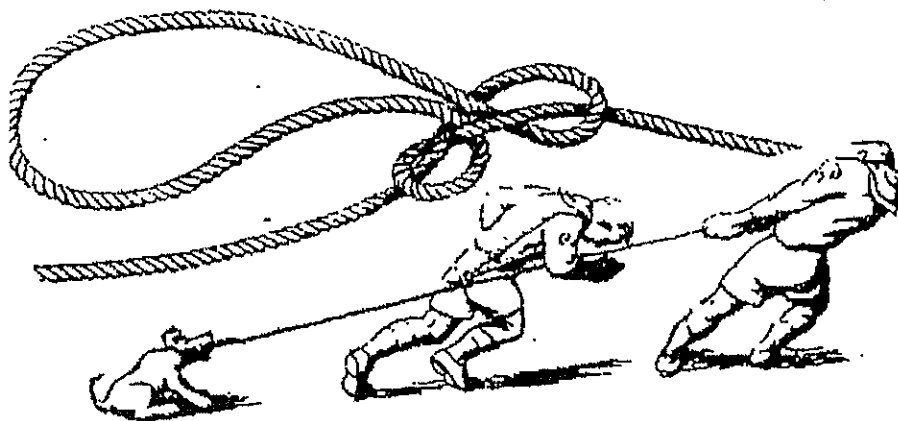
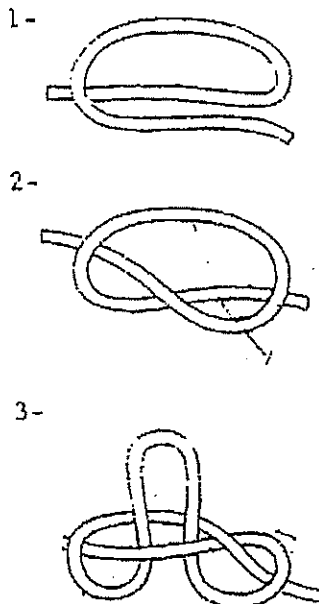
COMO HACER LOS NUDOS

ARNES DE HOMBRE

Para hacer una gaza que no deba deslizarse a la mitad de una cuerda de remolque, de manera que una persona que remolque pueda colocar su hombro a través de la gaza y agregar su peso.

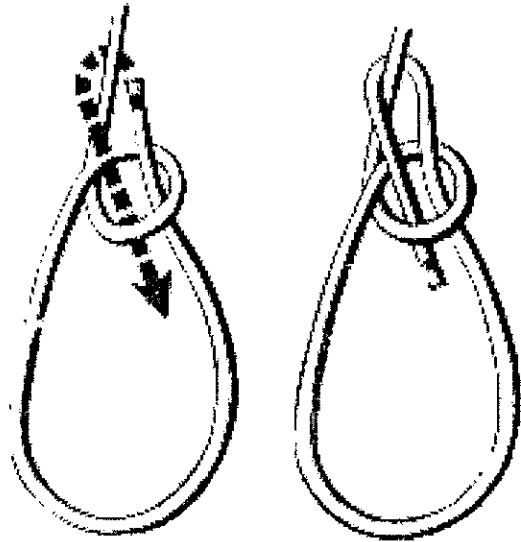
Este nudo puede hacerse colocando la cuerda en el piso; también puede ser hecho sosteniendo las presillas en la mano. Las figuras se explican por si mismas.

Este nudo resulta útil también para hacer peldaños y agarraderas en una cuerda para trepar.



AS DE GUIA

Este nudo es el mejor conocido entre los marineros y el más importante en navegación. Tiene multitud de ventajas, ya que no se escurre ni se afloja; no es difícil de deshacer cuando la cuerda está bajo tensión. Este nudo se utiliza normalmente para fijar una cuerda a un objeto, o para formar una lazada fija al extremo de un cabo. Se emplea en el mar para los aparejos móviles y para izar, unir y trabajos de salvamento. En alpinismo recibe el nombre de nudo de Bulin. y se utiliza como medida de precaución durante el ascenso; se ajusta a la cintura por medio de unos tirantes doble..

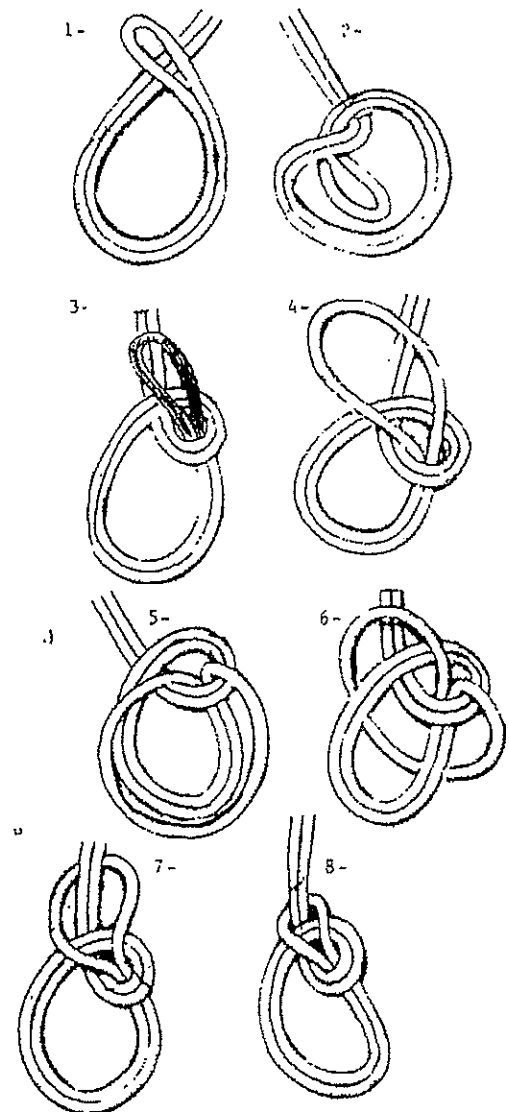


AS DE GUIA POR SENO

El as de guía por seno se compone de dos lazadas fijas del mismo diámetro que van solapadas. Una vez abiertas pueden utilizarse independientemente. Es un nudo muy antiguo, pero sigue siendo empleado. Especialmente en rescates marítimos. Si la persona que va a ser rescatada está consciente, introduce una pierna por cada una de las lazadas y se sujeta firme. Si esta inconsciente se le introducen las dos piernas a través de una lazada y la otra se coloca bajo las axilas. Además de emplearse para trabajos de salvamento, el as de guía por seno se utiliza como método muy seguro de recuperación de objetos.

Método

Forme un seno con 21 chicote y solape el firme para formar un lazo (1) y pase el seno a través de éste, replegando el seno sobre el extremo del lazo para evitar que se agrande (4,5). Siga plegándolo hacia atrás en torno al lazo hasta que llegue de nuevo al firme (6, 7). Durante esta operación tenga cuidado de no confundir el lazo con el seno que hay que tensar. El nudo se cierra tirando de los firmes y la gaza al mismo tiempo (8).

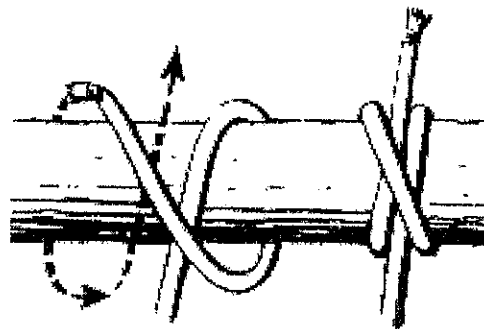
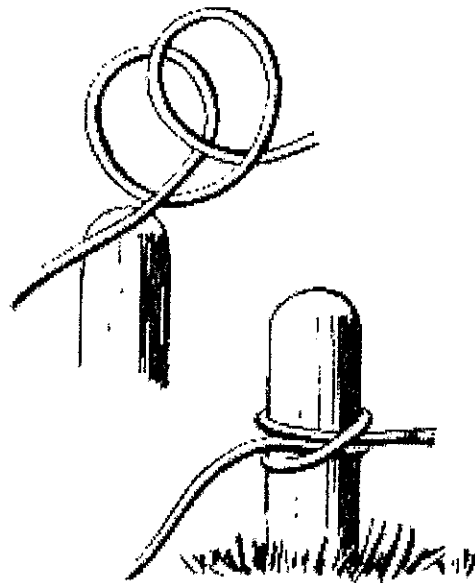


BALLESTRINQUE

Este nudo utilizado en camping bajo el nombre de nudo de clavija, y en escalada con el de nudo del barquero. Es un nudo muy sencillo, fácil de realizar y empleado en una variedad de situaciones. Los marineros lo utilizan con cuerdas de calibre pequeño y medio para atracar; se emplea también en alpinismo y en camping para sujetar los palos de las tiendas.

Método

Haga un lazo grande con el firme en la parte interior. Sujete el lazo firmemente con la mano izquierda y déjelo caer sobre el poste. Tome el firme con la mano derecha y gire la muñeca hacia arriba, en dirección contraria a las agujas del reloj, para formar un segundo lazo. El firme deberá quedar debajo. Sujete este segundo lazo con el pulgar y el índice y déjelo caer sobre el poste. Tire de los dos extremos para tensar el nudo. Debe comprobarse con frecuencia que el nudo esté firme y que no se escurra.



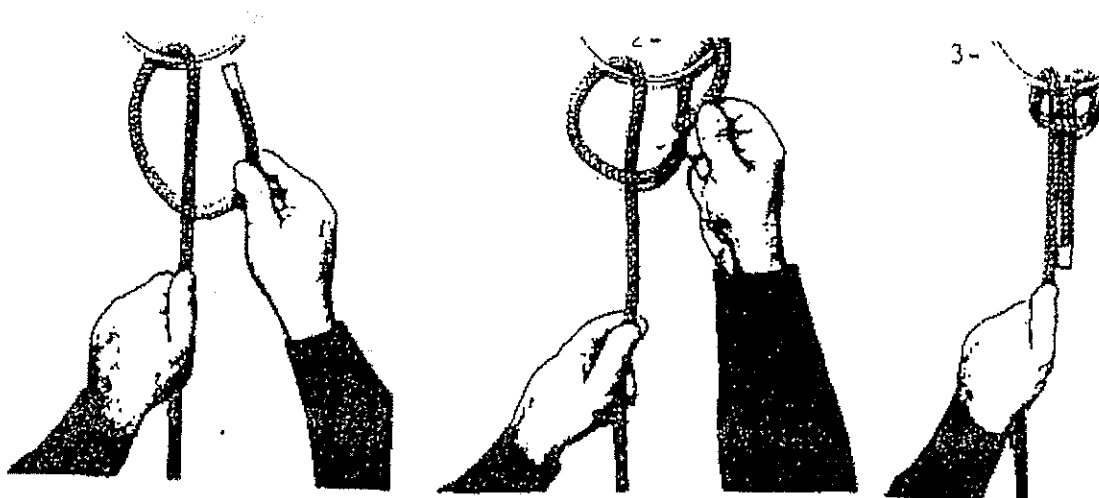
1.1.1.1.

CABEZA DE ALONDRA

Este nudo suele hacerse sobre un poste o un anillo y a menudo se utiliza para amarrar temporalmente animales. No es un nudo seguro, a menos que la tensión sea igual en ambos extremos, por lo que en el mar su utilización es limitada.

Método

Inserte el chicote en un anillo desde arriba (1). Páselo por delante del firme y vuelva a insertarlo a través del anillo desde abajo (2). Finalmente pase el chicote a través del seno paralelamente al firme (3). Tire de este para apretar el nudo.

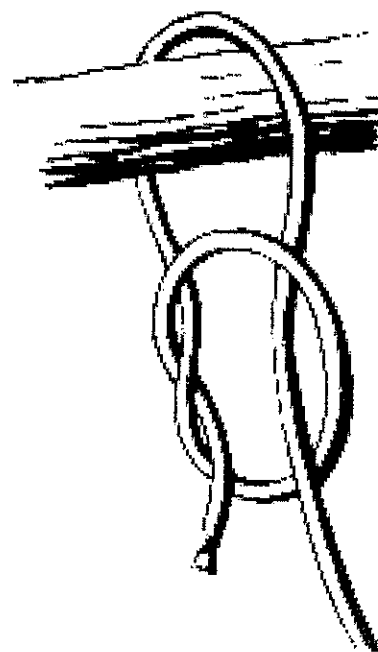


CORREDIZO

Este es un nudo simple que raramente es utilizado en el mar, aunque a menudo lo emplean los cazadores o los campistas para poner cebos para aves y caza menor. También se utiliza para someter a tensión cables de aparejo. Se hace con cuerdas de Mena pequeña como el cordel o la crin de caballo.

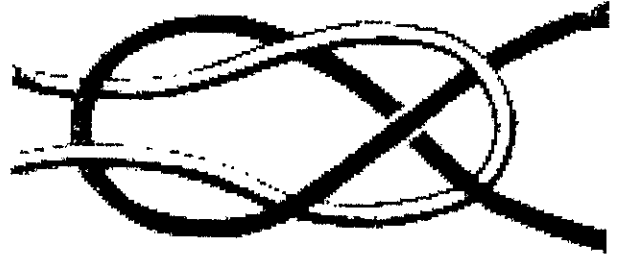
Método

Haga un lazo en el extremo de una cuerda. Seguidamente dé una vuelta al chicote en torno al firme para formar una lazada (1). Haga un medio nudo con el chicote (2) y apriete el nudo tirando de éste (3).



CALABROTE

Consiste en dos lazadas sencillas que se entrecruzan. Este nudo es una forma muy segura de unir dos cuerdas de la misma Mena, pero diferente tipo. Es más estable que el nudo llano, ya que no se desliza, pero no suele utilizarse en el mar, ya que resulta muy difícil de deshacer si se ve sometido a una gran tensión, o si está húmedo. Se emplea en cuerdas de Mena gruesa y también en alpinismo para unir dos cuerdas gruesas.



Método

Coja el chicote de una de las cuerdas y forme un lazo sobre el firme, sujetándolo con la mano izquierda. Forme un segundo lazo con la otra cuerda, pasándolo por debajo del ojo del lazo anterior, por encima del firme y por detrás del chicote de la primera cuerda. Inserte el chicote en la segunda cuerda a través del lazo de la primera: después páselo por detrás de su propio firme y sáquelo del lazo por la parte inferior. Tire de los dos firmes a la vez para apretar el nudo.



NUDO CUADRADO

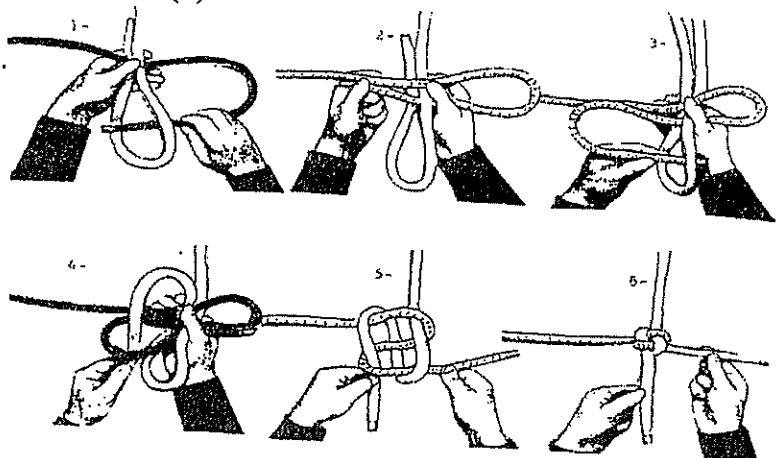
El nudo cuadrado, llamado a veces el nudo japonés, es un nudo decorativo y se utiliza como base de otros de su mismo tipo. Normalmente se ejecuta sobre cordel o cuerdas muy delgadas y resulta muy atractivo cuando se realiza en serie.

Método

Pliegue el chicote de una de las cuerdas para formar un seno y sujételo con la mano izquierda. Coja el chicote de la otra cuerda con la mano derecha, páselo sobre la primera cuerda e introdúzcalo desde abajo en la lazada formada con la primera cuerda (1). Se formarán así dos senos perpendiculares interconectados (2).

Forme otro seno con el chicote del lazo de la derecha e insértelo en el lazo inferior (3).

El extremo del seno inferior original se introduce ahora en el lazo recién formado a la izquierda (4). Empieza a aparecer ya el nudo (5). Compruebe que ha efectuado las maniobras adecuadas y después tire de los chicotes y los firmes para apretar el nudo (6). Si desea realizar una serie de estos nudos, deje unos chicotes muy largos y repita la operación ya indicada.

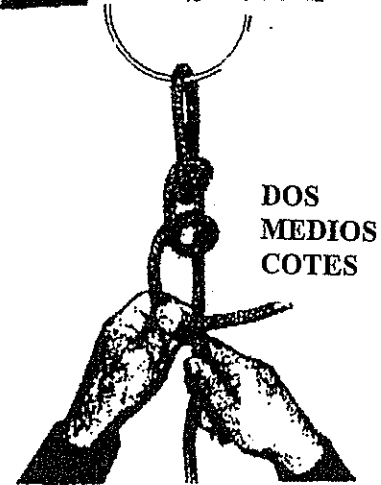
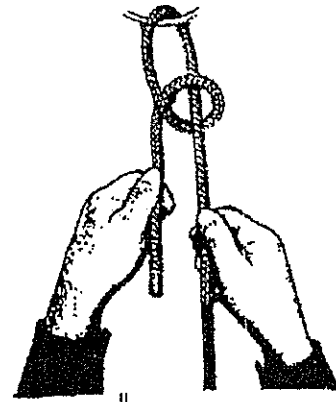


COTES

Los medios cotes son nudos provisionales cuyo propósito no es soportar grandes tensiones. Se utilizan para completar y reforzar otros nudos, para colgar, atar y enganchar objetos, etc. El medio cote es uno de los nudos más conocidos y se utiliza en todo tipo de situaciones: es utilizado por las amas de casa, los carniceros, los constructores y los carpinteros. En navegación los medios cotes se utilizan para completar el cote de pescador en las empuñaduras de perilla y de rizo y en todos los amarres provisionales. La diferencia entre el medio cote y la vuelta sencilla es que el primero se ata en torno a su propio firme, mientras que el segundo se realiza en torno a un objeto.

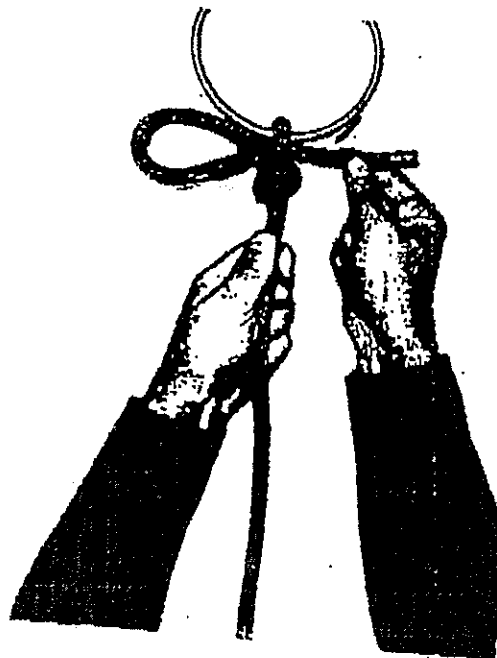
Método

Se pasa el chicote por el anillo desde debajo y después por detrás del firme. Seguidamente se introduce el chicote a través del lazo. Queda así completo el primer medio cote. Repita la misma operación hasta formar el número deseado de medios cotes, recordando que hay que apretarlos de uno en uno.



MEDIO COTE MORDIDO

Este es una variación del medio cote. Es más fácil de deshacer, en especial cuando la cuerda está sometida a tensión, ya que al tirar del chicote el nudo se deshace. Los marineros utilizan este nudo para las empuñaduras.

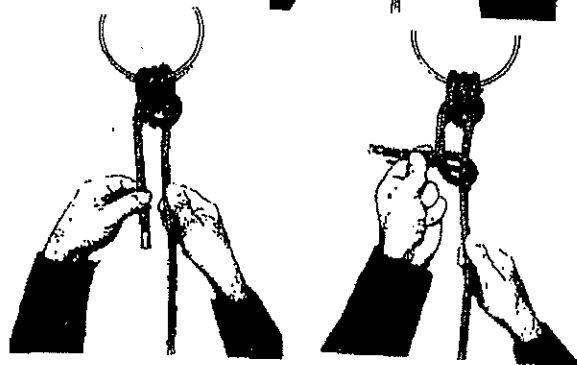
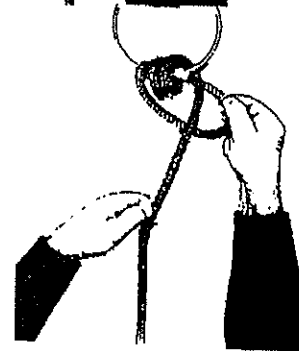
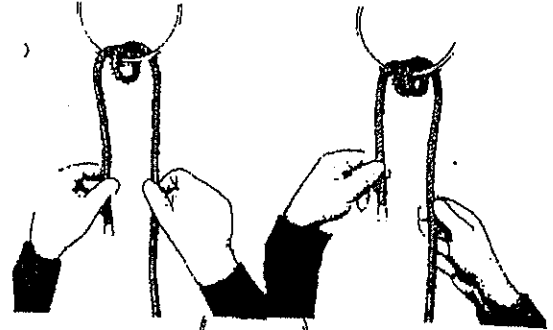


COTE DE PESCADOR

Llamado también cote de ancia. Este es uno de los cotes más seguros y más utilizados. Los marineros lo utilizan para atracar en el desembarcadero y para atar el ancla, uso del que obtiene uno de sus nombres. El cote de pescador se realiza normalmente con cuerdas de Mena pequeña y media, ya que es muy difícil de hacer en cuerdas de calibre grueso.

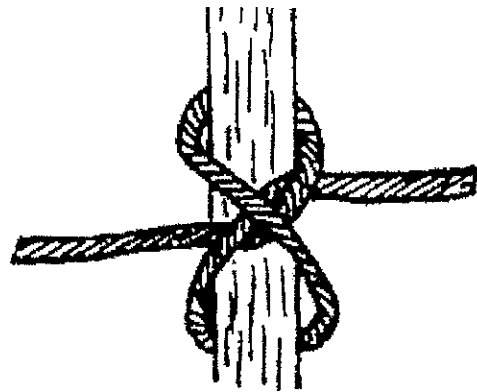
Método

Se pasa el extremo a través del anillo dos o tres veces de abajo hacia arriba sin retorcer la cuerda. Seguidamente se pasa por detrás del firme y se inserta a través de las vueltas del anillo. Queda así hecho el nudo, pero normalmente se efectúan uno o dos medios cotes en torno al firme para mayor seguridad. Apriételes individualmente para un mejor agarre. Si el anillo es muy delgado en comparación con la cuerda, lo mejor es dar tres o cuatro vueltas.



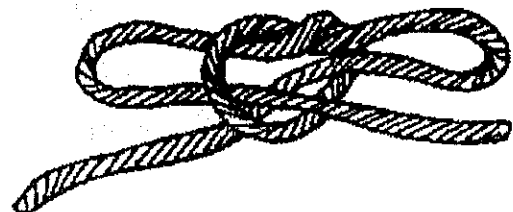
NUDO CONSTRICTOR

Tiene la misma función del ballestrinque. Pero es un poco más seguro que éste.



DOBLE LAZO

Es el lazo que universalmente se conoce como el nudo para amarrar los zapatos. También se usa para amarrar cintas a los paquetes de regalo.



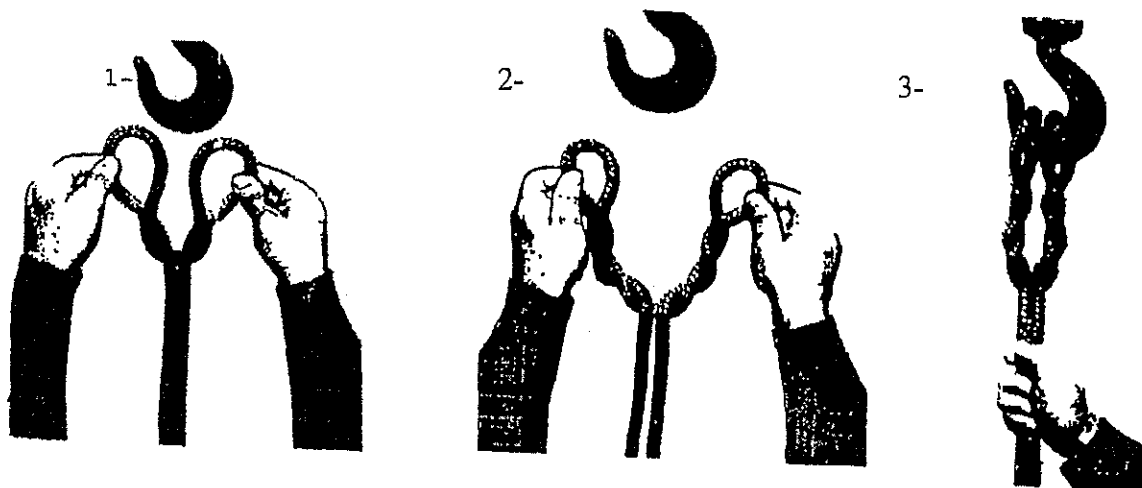
GARRA DE GATO

BOCA DE LOBO

Este es el mejor nudo de gancho para cuerdas de Mena o calibre medio, ya que la tensión es la misma en ambos extremos.

Método

Forme dos lazos y gírelos tres o cuatro veces en el sentido de las agujas del reloj bajo la misma tensión (1. 2). Enganche los dos lazos (3). El nudo se aprieta tirando de los firmes.



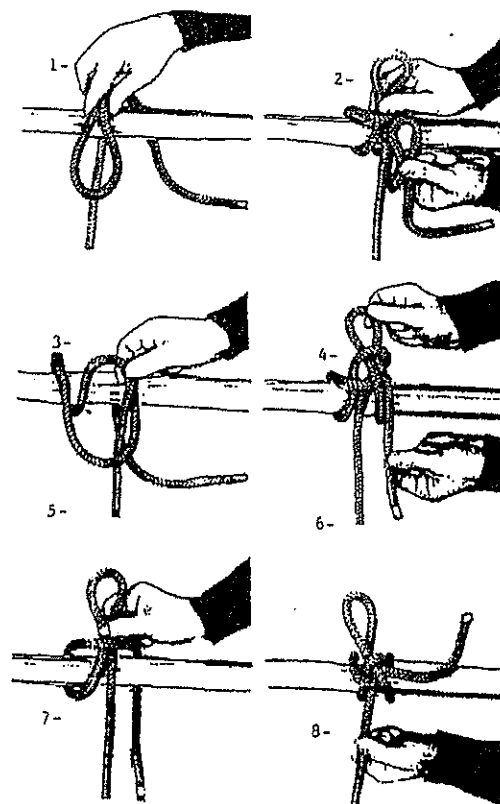
NUDO DE FUGITIVO

NUDO DE BANDOLERO O DE AGRICULTOR

Supuestamente este nudo fue utilizado por los bandoleros para amarrar sus caballos. Tirando del chicote el nudo queda deshecho. Es muy fácil, tanto de hacer como de deshacer. No obstante, la tensión sobre el firme no deshace el nudo, que resulta útil en situaciones muy diversas, como el descenso de objetos y los amarres provisionales.

Método

Forme un seno doblando el chicote largo y plieguelo sobre la barra (1). Tire del firme a través de ese lazo formando un segundo seno y ténselo (2, 3). Sujetando firmemente éste con la mano derecha forme un lazo más (esta vez en el chicote) con la mano izquierda (4) y páselo a través del lazo anterior (5). Tire del firme para apretar el nudo (6). Para deshacerlo no hay mas que tirar el chicote.

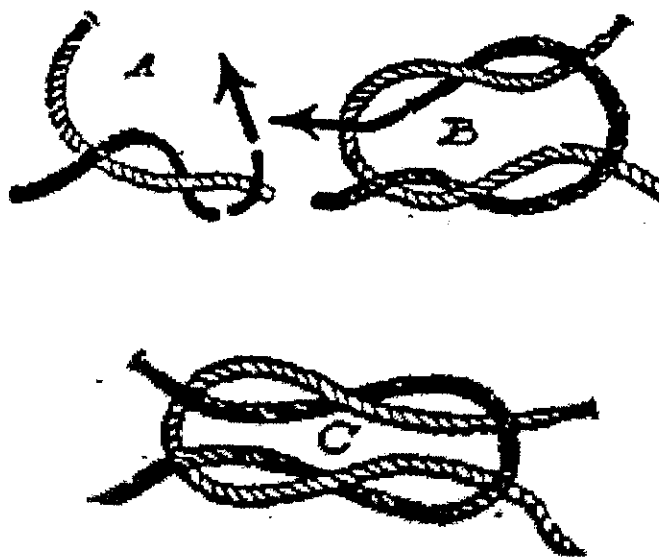


NUDO LLANO

Este es el método clásico de hacer el nudo llano, que es uno de los nudos que todo buen marinero debe conocer, aunque debe usarse solamente para uniones provisionales entre cuerdas idénticas que no vayan a estar sometidas a tensión. Consiste fundamentalmente en dos medios nudos en los que los firmes de cada cuerda quedan del mismo lado que sus respectivos chicotes. Normalmente se realiza en cuerdas de Mena pequeña y media y es muy fácil de recordar debido a su sencillez.

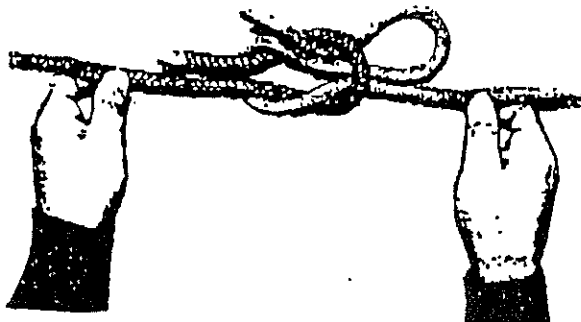
Método

Da una vuelta en torno a la cuerda de la derecha con la cuerda de la izquierda. Seguidamente pase el chicote de la derecha por el de la izquierda para formar un lazo. El chicote de debajo se dobla hacia adelante y se anuda sobre el otro chicote, de modo que ambos salgan por la misma parte del nudo de sus respectivos firmes. Tire de ellos lateralmente para apretar el nudo.



NUDO LLANA CON VUELTA MORDIDA

Para hacer este nudo deje uno de los chicotes mas largo que el otro. Pliegue éste formando el seno e insértelo en la vuelta. Al apretar el nudo este sujeta el seno.

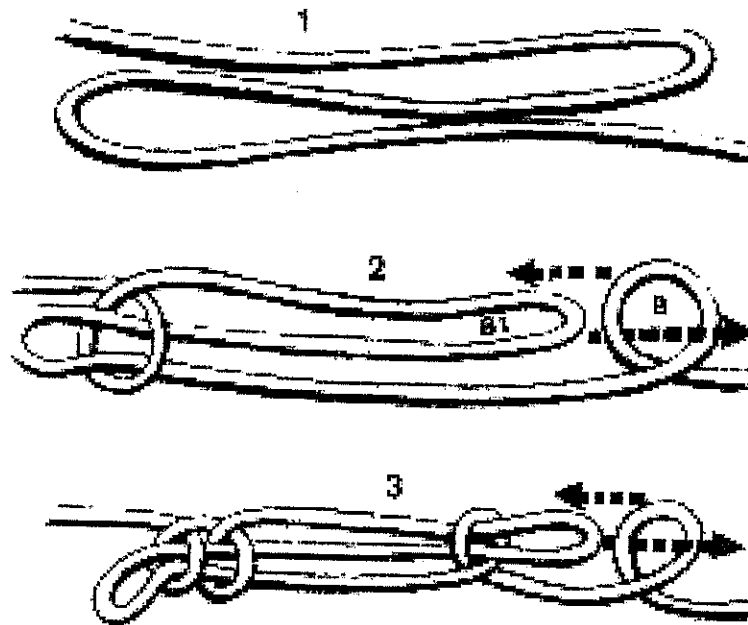


MARGARITA

La margarita pertenece al grupo de nudos marinos y, al igual que todos los demás nudos utilizados por los marineros, tiene ciertos rasgos característicos que no produce desgastes, se deshace fácilmente después de ser utilizado y ejerce una buena acción de bloqueo. Se emplea particularmente para el arrastre de embarcaciones y en los aparejos móviles. No altera la forma de la cuerda, aunque haya sido utilizado durante largo tiempo y la cuerda no se desgasta mientras que sus partes estén sometidas a la misma tensión. La margarita es el mejor nudo para acortar considerablemente una cuerda larga. El número de medios cotes realizados sobre la cuerda (un mínimo de tres y un máximo de cinco) determina tanto el agarre del nudo como el grado de acortamiento de la cuerda.

Método

Realice el primer medio cote retorciendo la cuerda en el sentido de las agujas del reloj con la mano izquierda. El segundo y tercer medios cotes se forman solapándose ligeramente con el primero y con el mismo diámetro. El firme de la derecha debe quedar por debajo. El medio cote central se estira pasándolo a través de los dos laterales: al apretar estos dos lazos laterales, el nudo adopta su forma. Compruebe la posición exacta de los medios cotes y después apriete el nudo asegurándose de que las lazadas de los extremos son del mismo tamaño.

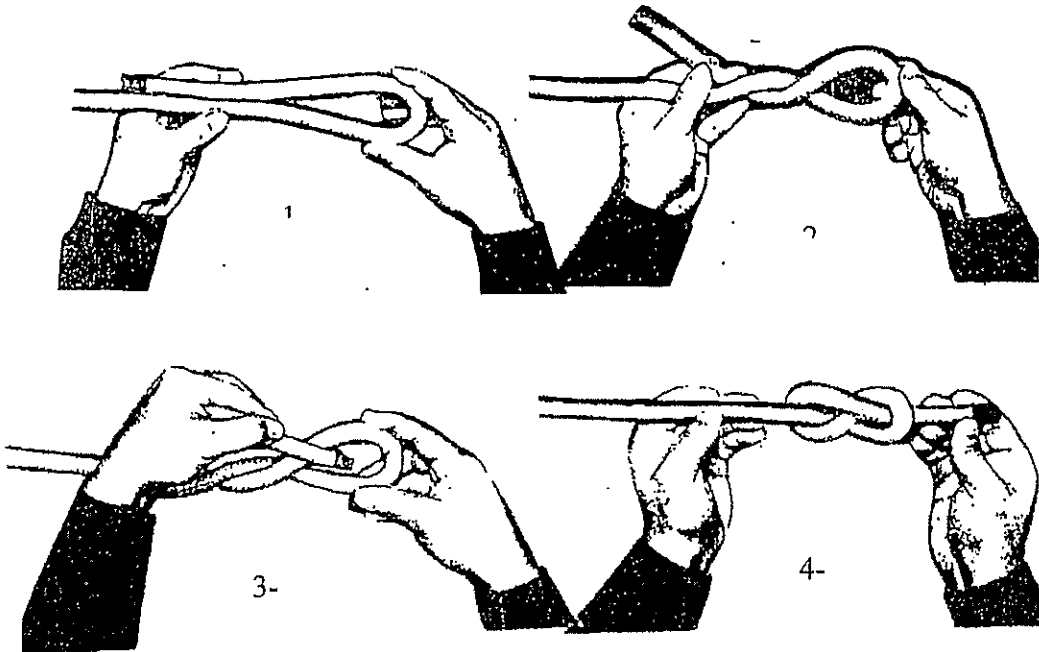


NUDO EN OCHO

Este nudo se conoce en Italia como el nudo de Saboya, debido a que aparece en el escudo de armas de la Casa de Saboya. En heráldica recibe el nombre de nudo del amor, ya que simboliza la fidelidad en el amor y la amistad eterna. Recibe también el nombre de nudo en ocho debido a su forma característica. Se efectúa en el extremo de un cabo y el lazo superior rodea el firme mientras que el inferior rodea el chicote.

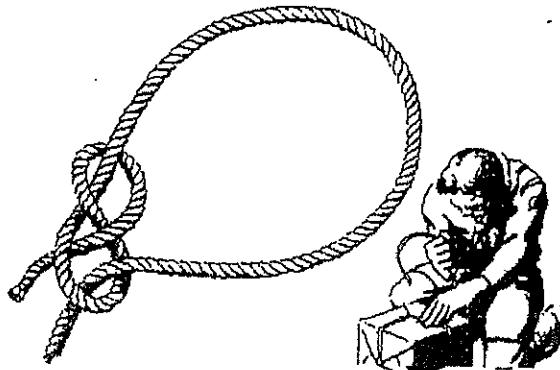
Método

Forme un seno cerca del extremo de una cuerda sin retorcerlo en ninguna dirección (1). Sujetando firmemente la cuerda con la mano izquierda, tome el extremo del seno con la mano derecha y dele dos medias vueltas girando la muñeca (1, 2). Seguidamente pase el chicote a través del seno para producir un nudo en forma de ocho (3,4). El nudo se aprieta tirando simultáneamente de los dos extremos.



NUDO DE EMPAQUETADOR

El nudo de empaquetador es la mejor manera de comenzar a amarrar cualquier paquete.. El nudo es fácil de hacer. Consta de hacer un nudo en ocho alrededor de la parte fija, tal como lo muestra el dibujo. El extremo debe salir paralelo a la parte fija.

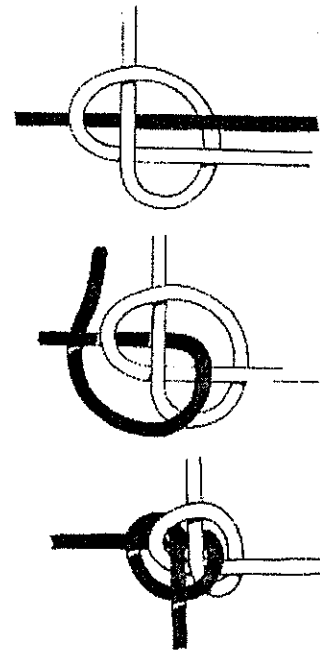


NUDO DE HUNTER

Este nudo toma su nombre de su inventor, que lo descubrió en 1978. Tiene una presa excelente y es muy estable, siendo además muy fácil de deshacer. Sus usos son similares a los del nudo de tejedor, pero es más voluminoso.

Método

Forme un medio nudo sin apretarlo y póngalo vertical. Coja el chicote de la segunda cuerda y páselo a través del ojo para formar un lazo. Pase el chicote de la segunda cuerda por detrás de su firme e insértelo en el lazo superior del medio nudo, pasándolo después a través de su propio lazo. Tire de los dos firmes para dejar el nudo perfectamente apretado.



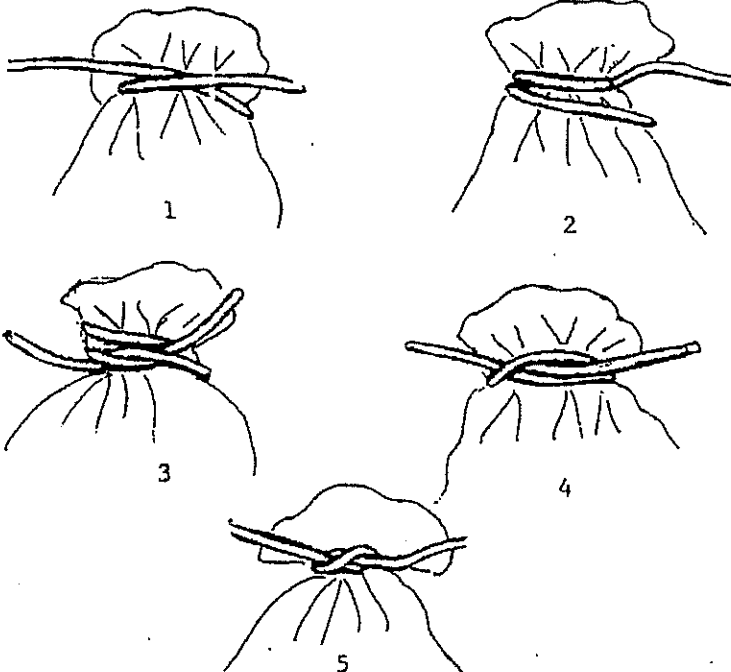
NUDO DE MOLINERO

NUDO DE SACO

Este es un nudo simple y seguro, pero si se aprieta demasiado resulta difícil de deshacer. Dé dos vueltas con la cuerda haciendo un medio nudo en el segundo (1, 2 y 3). Introduzca el chicote de la izquierda por debajo de la primera vuelta y apriete (4, 5).

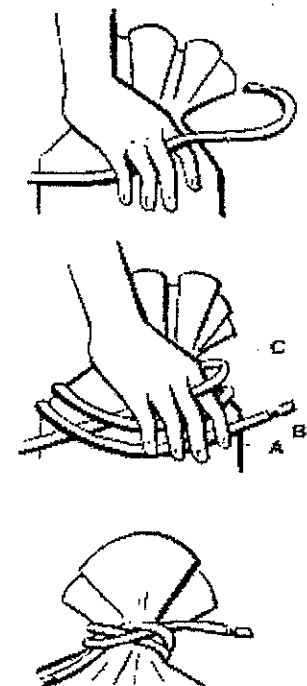
METODO

1



METODO

2



NUDO DE STEVENDORE

Este nudo se diferencia del nudo en ocho en que tiene una vuelta adicional. Tiene los mismos usos de los demás nudos de tope.



NUDO DE PESCADOR

Este nudo fue inventado durante el siglo pasado y a veces recibe el nombre de nudo inglés. Se efectúa sobre cordel, sedal o cuerdas de Mena pequeña, y es algo voluminoso, pero fuerte y, por consiguiente, muy utilizado por los pescadores de caña. Es un nudo muy sencillo compuesto de dos medios nudos que se bloquean el uno contra el otro. Los marineros no lo utilizan habitualmente al no ser apropiado para cuerdas de Mena gruesa o media y porque de hecho, el nudo es tan resistente como la propia cuerda a las tensiones grandes.

Método

Disponga paralelamente los chicotes y haga un medio nudo en uno de ellos sobre la otra cuerda. Repita esta operación con el otro chicote. Tire de los dos firmes para que los dos medios nudos se junten. Una vez hecho el nudo, uno de los chicotes debe quedar por encima y el otro por debajo.

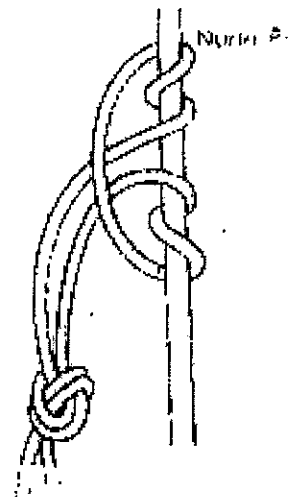


NUDO PRUSIK

Los nudos más típicos del mundo del alpinismo son los autobloqueantes. Se hacen pasando una driza (5 mm de diámetro y unos 60 de longitud) sobre la cuerda principal, de manera que se bloqueen al tirar hacia abajo. Los autobloqueantes, por lo tanto, sirven para bloquear una cuerda en tensión y así modificar el anclaje llevándolo más arriba, durante las operaciones de salvamento, o bien para subir por la cuerda desplazando poco a poco hacia arriba las gomas de la driza que agarramos para elevarnos. El sistema más clásico y antiguo es el nudo Prusik, que se efectúa con la driza ya cerrada en anillo, rodeando un par de veces la cuerda. Gracias a este nudo, por ejemplo, se puede remontar una grieta de hielo por la cuerda asegurada desde arriba, disponiendo únicamente de dos anillos de driza de 5 mm. (cuando no se dispone de *jumars*, conviene llevarlos siempre encima), o incluso con los cordones de las botas.

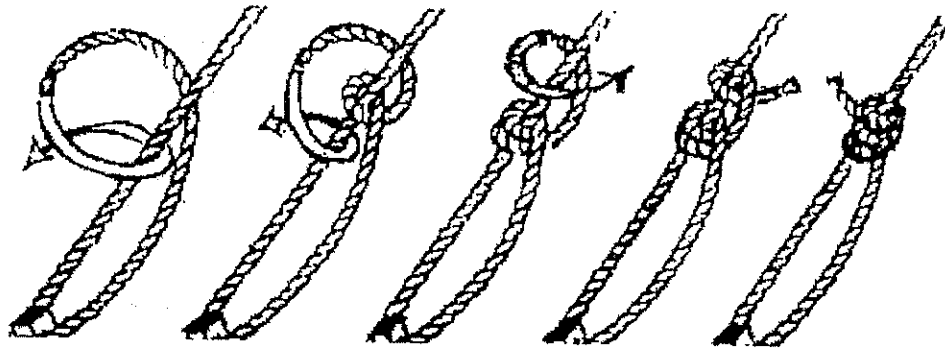
Método

Se realiza con un anillo de cordino de 4 o 5 mm. al que se dan dos vueltas alrededor de la cuerda. Al igual que los demás autobloqueantes, el Prusik puede correrse hacia delante, pero se bloquea si se tensa en el sentido opuesto.



NUDO TENSOR

El nudo tensor se puede amarrar a una soga que está bien estirada. Cuando se usa en las sogas que sujetan una carpa, ésta se puede tensar o soltar con sólo bajar o subir el amarre sobre la parte fija. Los dibujos explican de por sí los pasos a seguir en su hechura.



TORNIQUETE NUDO DE CIRUJANO

Al hacer suturas en las heridas los cirujanos utilizan nudos diversos como el nudo llano, el nudo al derecho y el nudo de sutura, que han llegado a llamarse nudo de cirujano. Fue descubierto hace alrededor de un siglo y parece ser el más adecuado para este fin. El nudo de cirujano tiene un magnífico agarre y es más plano y menos voluminoso que los demás nudos, que tendían a producir cicatrices visibles y deformantes. El nudo de cirujano es una variación del nudo llano que se obtiene aumentando el número de vueltas realizadas en las dos partes del nudo. Resulta aún menos voluminoso y sigue siendo seguro, si en la parte superior del nudo se da una única vuelta.

Método

Cruce los chicotes y dé con uno de ellos dos vueltas en torno al otro. Oriente ambos chicotes hacia arriba y vuelva a cruzarlos, pasando el derecho sobre el izquierdo. Repita el paso anterior para producir dos vueltas en la parte superior. Apriete el nudo tirando de los dos extremos. Si las vueltas están bien hechas, el nudo resultará muy compacto.

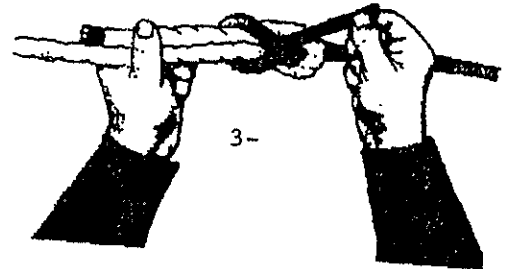
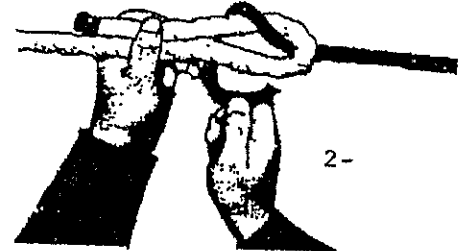
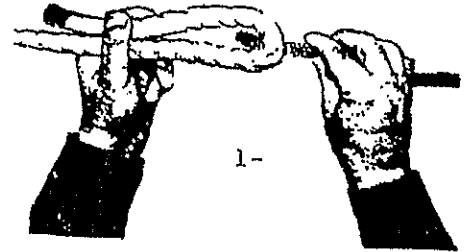


VUELTA DE ESCOTA

Según el uso que se le vaya a dar, este nudo tiene varios nombres: el nudo de escota cuando se utiliza para colocar las escotas a los garruchos de los extremos de las velas de cruz y el nudo de bandera cuando se utiliza para atar los dos extremos de una bandera a la cuerda que se emplea para izarla y arriarla. Este nudo es uno de los pocos nudos eficaces para unir dos cuerdas de diferente Mena y tipo. El nudo de tejedor tiene también la interesante propiedad de que, cuanto mayor sea la tensión a la que se ven sometidas las cuerdas, mejor es su acción de bloqueo. Es rápido de hacer y fácil de deshacer, y es uno de los nudos básicos que todo buen navegante debería conocer.

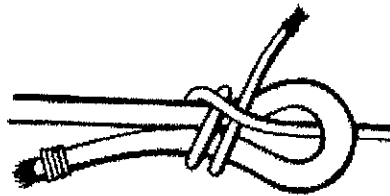
Método

Forme un lazo en la cuerda más gruesa y sujételo firmemente con la mano izquierda, introduciendo la cuerda más ligera en su interior con la mano derecha (1). Dé una vuelta con ésta, por detrás del lazo de la cuerda gruesa (2). Después pase el chicote por debajo del firme de la misma cuerda (3). Tire de los firmes de ambas cuerdas lateralmente para apretar el nudo.



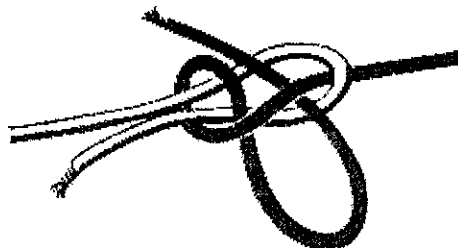
VUELTA DE ESCOTA DOBLE

El nudo doble es más seguro. Se realiza dando dos o más vueltas en torno a la cuerda gruesa con la cuerda ligera.



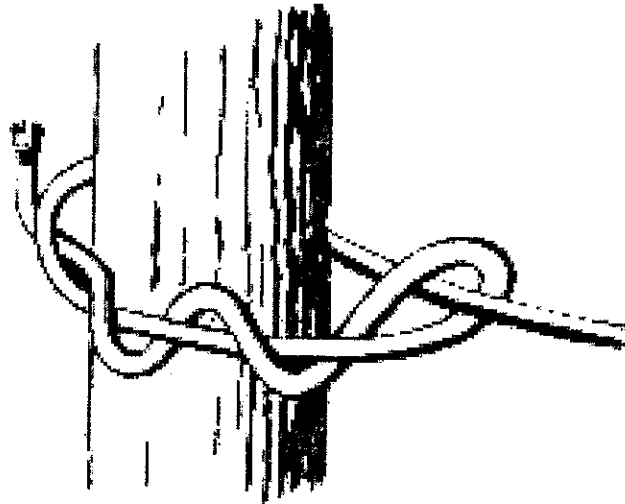
VUELTA DE ESCOTA MORDIDO

Este nudo es más fácil de deshacer cuando la cuerda está sometida a gran tensión. La vuelta mordida se hace insertando un seno entre el lazo de la cuerda gruesa y el firme de la ligera.



VUELTA DE BRAZA

Este es un nudo muy importante. Se puede hacer con facilidad y se aguanta firmemente. Al enroscar la parte del chicote sobre sí misma se debe tener la precaución de hacerlo en la misma dirección en que está torcida la cuerda.

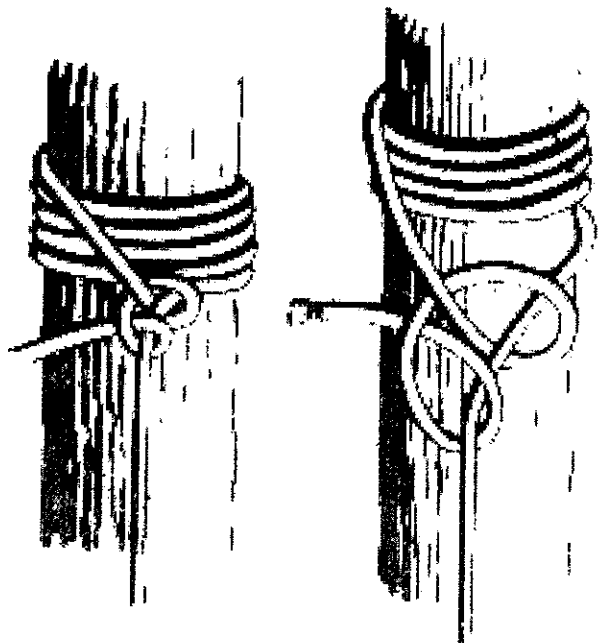


VUELTA DE TUBO

Este nudo se usa casi exclusivamente para levantar tubos verticalmente. Normalmente se le da un cote adicional en la parte superior del tubo para mantenerlo en posición vertical.

Método

Dele 4 o 5 vueltas al tubo. Cruce el chicote sobre las vueltas y amarre dos medios cotes alrededor de la parte fija. Se aprieta bien el nudo antes de someterlo a tensión.



ACONDICIONAMIENTO FISICO

Estos ejercicios deben estimular el deseo de mejorar nuestra condición física. En toda reunión, campamento ó actividad que así lo permita, se debería estimular y practicar los ejercicios físicos. El participante debe estar conciente que debe practicar y mantener un plan personal de ejercicios en su hogar. Al igual de esto debería consultar con su Doctor si entiende que existe alguna condición de salud que pueda impedirle la realización de actividades físicas. Estos ejercicios son los siguientes:

Conditional Drill- 1

1. Shoulder roll
2. Bend-leg body circle
3. Regular crunch
4. Regular push-up
5. Jumping jacks
6. Bend-Touch-Strech
7. Stationary run

Conditional Drill 2

1. Cervical flexible
2. Lung stretch
3. Prone leg lift
4. Inner thigh squeezes
5. Twisting crunch
6. Wide-arm push-up
7. Stationary run

Antes de comenzar a hacer los ejercicios hay que abrir el pelotón, o sea, hay que hacer una formación para ejercicios. Esto se logra con los siguientes mandos:

A. Extent to the left, march!

En este mando los participantes se mueven a la izquierda a la vez que gritan JA.

B. Arms downward, move!

Este mando es para bajar los brazos y colocarse en posición de atención a la vez que gritan JA.

C. Left face!

Viraje de 90 grados a la izquierda, en posición de atención.

D. Extend to your left, march!

Se repite el paso A.

E. Arms downward, move!

Se repite el paso B.

F. Right, face!

Un viraje de 90 grados a la derecha

G. From front to the rear, count off!

Al mencionar este mando cada escuadra va a gritar el número de su escuadra desde el frente hacia atrás. Ejemplo: la primera grita uno. La segunda dos, y así sucesivamente según el numero de escuadras.

H. Even number to the left, Uncover!

Con este mando las escuadras con números pares darán un paso a la izquierda a la vez que gritan JA.

I. Assemble to the right, march!

Este mando es dado luego de finalizar los ejercicios. Con este mando los participantes vuelven a su posición original cuadrándose con el líder de la primera escuadra.

Una vez el pelotón este listo para hacer los ejercicios, se usarán las siguientes ordenes:

- **In all conditional drill, I count the cadence you count the repetition!** - Este mando es para que los participantes cuenten el numero de repeticiones mientras el líder lleva la cadencia.
- **Dé el mando de Permanent walk!** - La posición de este mando es con el antebrazo hacia el frente y las piernas semiabiertas. Al sargento indicar este mando caen en 1a posición y gritan JA.
- **In cadence, move!** - En este mando los participantes comenzarán a mover sus brazos hacia delante y hacia atrás, y al mismo tiempo estarán moviendo sus pies como si estuvieran caminando.
- **Mencionar numero de conditional drill** - Ejemplo: Conditional drill number one. Solamente se mencionará el numero del "conditional drill" al comienzo del mismo.
- **Luego mencione el numero del ejercicio y su nombre** – Ejemplo: Exercise number one, shoulder roll. Cuando usted mencione el nombre del ejercicio, todos los participantes repiten en voz alta el ejercicio mencionado.
- **Starting position, move!** - En este mando tomará la posición del ejercicio.

Luego de terminar la cadencia automáticamente se toma la posición de "permanent walk"

- **At ease** - El siguiente mando es para tomar un descanso cuando sea necesario.
- **At ease, shake it out** - Este mando se da para sacudir el polvo de las manos. Se da desde la posición de "permanent walk" en donde el participante mueve su pie izquierdo hacia la izquierda a la misma vez que se encorva un poco y va sacudiendo las manos de izquierda a derecha gritando JA! Y se coloca en la posición de "permanent walk" nuevamente.

THE NEW Conditional Drill

(Núm. 1)

1 Shoulders Roll (para hombros)

Rotación de los hombros hacia atrás y hacia adelante.



2 Bent-Leg Body Circle (para caderas, espina, parte posterior de las piernas)

Con las manos hacia arriba, piernas separadas mueve tu cuerpo hacia la izquierda, derecha, centro y hacia abajo.



3 Regular Crunch (para abdominales)



4 Regular Push-Ups (para pecho, hombros y manos)



5 Jumping Jacks (para piernas y manos)

Piernas juntas y manos a los lados. Luego piernas separadas y manos juntas arriba (mientras brincas).



6 Bend-Touch-Stretch (para cintura y espalda baja)

Manos en las caderas, piernas separadas. Luego asumir posición en cuclillas y tocar el suelo con las manos. Por último, doblarse hacia atrás y estirarse.



7. Stationary Run (para piernas)



8. Free Style Exercise

En esta etapa final se llevará a cabo una combinación de dos ejercicios practicados anteriormente. Además se incluirá un ejercicio no hecho anteriormente, tomando las debidas precauciones.

Conditional drill #2

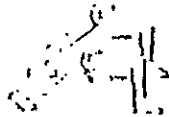
1. Cervical flexible (para cuello)

Primero mueves la cabeza hacia la izquierda, luego al centro y, por último, a la derecha.



2. Lunge stretch (muslos y parte baja de la espalda)

Una pierna doblada y otra derecha. Alternar piernas.



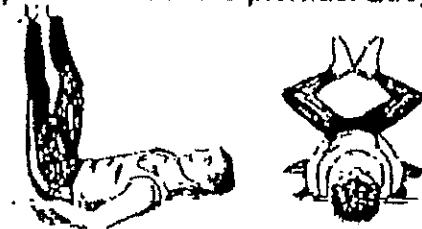
3. Prone legs lift (para glúteos)

Acostado de lado con una mano en el suelo (frente a ti) y la otra derecha debajo de tu cabeza. Una pierna derecha mientras levantas la otra. Alternar piernas.



4. Inner thigh squeezes (piernas)

Con las manos en la parte baja de la espalda levanta las piernas. Luego bájelas flexionándolas hacia el pecho.



5. Twisting crunch (abdominales)

Levante el torso, alternando de izquierda a derecha, con las manos en el cuello.



6. Wide arm push-up (pecho y brazos)

Igual que el push-up regular lo único que con las manos abiertas.



7. Stationary run



NATACION I

REQUISITOS:

1. **Retener la respiración.** Con la cara sumergida totalmente en el agua, retener la respiración a lo más 10 segundos.
2. **Respiración rítmica.** Hacer una inspiración profunda y sumergirse totalmente en el agua, luego expeler el aire debajo del agua por la boca y por la nariz. Este ejercicio debe hacerse diez veces en forma rítmica y continua.
3. **Flotar boca abajo.** Flotar boca abajo en el agua que llegue hasta la cintura y ponerse de pie sin ayuda de ninguna clase.
4. **Deslizarse boca abajo.** Tomar impulso en el agua que llegue hasta la cintura y deslizarse boca abajo sobre el agua una distancia de por lo menos dos cuerpos y volver a ponerse de pie.
5. **Flotar de espalda.** Flotar de espalda en agua que llegue hasta la cintura, mantenerse en esa posición con la cara para arriba por un mínimo de 10 segundos y volver a ponerse de pie.
6. **Deslizarse de espalda.** Con los brazos a los lados, sentarse de espalda y tomar impulso deslizándose a una distancia de por lo menos dos cuerpos de extensión y volver a ponerse de pie de un modo resuelto y con facilidad.
7. **Deslizarse boca abajo con movimiento de los pies.** Demostrar capacidad de tomar impulso estando boca abajo, empezar a mover los pies al estilo crol en forma rítmica y sin apresuramiento y avanzar una distancia de tres cuerpos antes de volver a ponerse de pie.
8. **Deslizarse de espalda con movimiento de los pies.** Demostrar capacidad para ponerse de espalda e impulsarse moviendo los pies hasta avanzar una distancia de tres cuerpos de extensión antes de volver a ponerse de pie con facilidad.
9. **Bracear boca abajo** ó (nadar estilo perrito). Echarse boca abajo con la cara sumergida, los pies moviéndolos suavemente, bracear continuamente demostrando capacidad para estirar y recoger los brazos y avanzar de esa manera.
10. **Bracear de espalda.** Deslizarse de espalda e impulsarse moviendo las manos bajo el agua a manera de aletas.
11. **Combinación de bruceo y movimiento de pie boca abajo.** Con el agua a la altura del cuello, demostrar capacidad para nadar continuamente combinando el movimiento de pie y brazos por una distancia de 20 metros.

12. **Combinación de braceo y movimiento de pie de espalda.** Con el agua a la altura del cuello, nadar una distancia mínima de 10 metros en forma cómoda y fácil, combinando el movimiento de los pies y de las manos a manera de aletas.
13. **Cambio de dirección.** Estando donde el agua permita hacer pie, comenzar a nadar boca abajo y en medio de la brazada, doblar abruptamente hacia la derecha. Repetir el mismo ejercicio, esta vez a la izquierda. Por último, demostrar capacidad para dar una vuelta completa.
14. **Darse vuelta.** Comenzar a nadar de frente donde el agua llegue al pecho. Partiendo de esa posición, darse vuelta y ponerse de espalda, y permanecer flotando sin moverse o descansar flotando: luego asumir posición original y seguir nadando.
15. **Nivelarse.** Caminar hasta donde el agua llegue al cuello, luego darse vuelta y mirar hacia el punto de partida. Con un mínimo impulso de los pies, nadar hasta donde el agua le llegue a la cintura, antes de ponerse de pie.
16. **Saltar de pie.** Saltar donde el agua llegue a la cintura. Esta prueba debe terminar con un deslizamiento o una combinación de movimientos de brazos y pies nadando boca abajo.
17. **Saltar en aguas profundas.** Saltar, salir a flote y nadar a la orilla.
18. **Zambullida.** Esta prueba debe llevarse a cabo desde un trampolín sólido, colocado a poca altura donde el agua llegue al cuello. Termine saliendo a la superficie y nadando una corta distancia.
19. **Ida y vuelta.** Saltar en agua profunda, salir a flote y nadar 14 metros. Sin detenerse o hacer pie, dar la vuelta y nadar hasta el punto de partida.
20. **Zambullirse.** Desde un trampolín o muelle, salir a flote, nadar 14 metros, dar la vuelta y nadar hacia el punto de partida. A mitad del camino darse vuelta de espalda y descansar sin hacer movimientos por 15 segundos. Volver a la posición de frente y seguir nadando hasta el punto de partida.

Orientación sin Instrumentación



Puntos cardinales

Son 32 puntos o direcciones, de los cuales es básico conocer 16, que se clasifican como cardinales, laterales y colaterales. Los cardinales son cuatro rumbos fijos del horizonte, dispuestos de tal modo que dividen un círculo en cuadrantes. Ellos son Norte, Sur, Este y Oeste. Entre cada punto cardinal hay 90 grados. El Norte es el más importante para orientarse, y todos los demás se basan en él. Como la orientación sería poco precisa solo con 4 puntos, se han colocado otros cuatro entre los cardinales, que son llamados laterales, entre cada punto lateral hay 45 grados. Por ejemplo, entre el Norte y el Este está el Noreste. Los nombres de los puntos laterales se forman de la combinación de los nombres de los puntos cardinales.

Aun así, la orientación continua siendo poco precisa, por ello se utilizan 8 puntos más, denominados colaterales que se encuentran entre los cardinales y los laterales. Entre cada punto colateral hay 22.5 grados. Sus nombres deben formarse con el cardinal más próximo, por ejemplo, entre el Norte y el Noreste se encuentra el Nornoroeste (NNE).

La siguiente tabla es más concisa:

Norte	N	0 - 360°
Nornoroeste	NNE	22.5°
Noreste	NE	45°
Estenoreste	ENE	67.5°
Este	E	90°
Estesureste	ESE	112.5°
Sureste	SE	135°
Sursureste	SSE	157.5°
Sur	S	180°
Sursuroeste	SSO	202.5°
Suroeste	SO	225°

Oestesuroeste OSO 247.05°

Oeste O 270°

Oestenoroeste ONO 292.5°

Noroeste NO 315°

Nomoroeste NNO 337.5°

Orientación sin instrumentos

Métodos:

- a. Método de las estrellas.
- b. Método de la punta de la sombra.
- c. Método del reloj.
- d. Método de la luna.

Orientación por el método de las estrellas

En el hemisferio norte ayuda mucho la Estrella Polar, si se sigue la línea que forman las dos últimas estrellas de la Osa Mayor, se llegará a la Estrella Polar, que se puede decir que señala el Norte.

Orientación por medio del sol

El sol es una gran referencia si lo sabes utilizar. Lo principal consiste en recordar el movimiento aparente del sol a través del cielo, durante el día. Por la mañana, sale en dirección al este y por la tarde se oculta al oeste.

Si sabes interpretar la naturaleza, verás las marcas que deja el sol; por ejemplo en las zonas templadas se puede observar que los árboles tienen más hojas del lado que les pega más el sol, o sea que tienen más hojas hacia el sur.

Cuando estás en un lugar fijo, como en un campamento y quieres determinar con mayor exactitud la dirección N-S, para usarla como referencia o para hacer un reloj solar, puedes usar el método siguiente:

- Clava una vara o bordón fijo, lo más verticalmente posible, asegurándote de lo último.
- Traza un círculo desde la base del bordón hasta el extremo de la sombra, haciendo aquí un marca, procurando que sea por lo menos una hora antes del mediodía. La sombra se irá haciendo más pequeña poco a poco, hasta hacerse

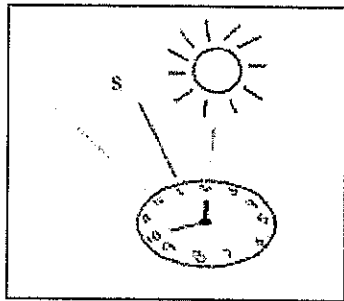
mínima al mediodía; después empieza a crecer poco a poco y llegará a tocar el círculo que trazaste anteriormente. En el punto que toca el círculo, haz otra marca.

- Divide en dos partes la distancia entre las dos marcas y une la base del bordón con esta manera y quedará indicada con mucha aproximación la línea N-S. Si recuerdas que la primera marca siempre se encuentra hacia

El oeste y la segunda hacia el este, te será fácil la determinación del norte y del sur, sin importar si estás al norte o sur del sol.

Orientación por medio del método del reloj

Un reloj normal puede ser útil si se precisa saber cuánto tiempo hemos estado caminando, pero además se puede usar como brújula de emergencia. Podemos localizar el Norte, en un día soleado, si sostenemos el reloj horizontalmente en la mano, de forma que la manecilla de las horas señale el sol; después haciendo caso omiso de la manecilla de los minutos trazamos la bisectriz del ángulo formado por las 12 del reloj y la manecilla de las horas. Esa línea señala el Sur. Sobra decir que este método es impracticable con un reloj digital.



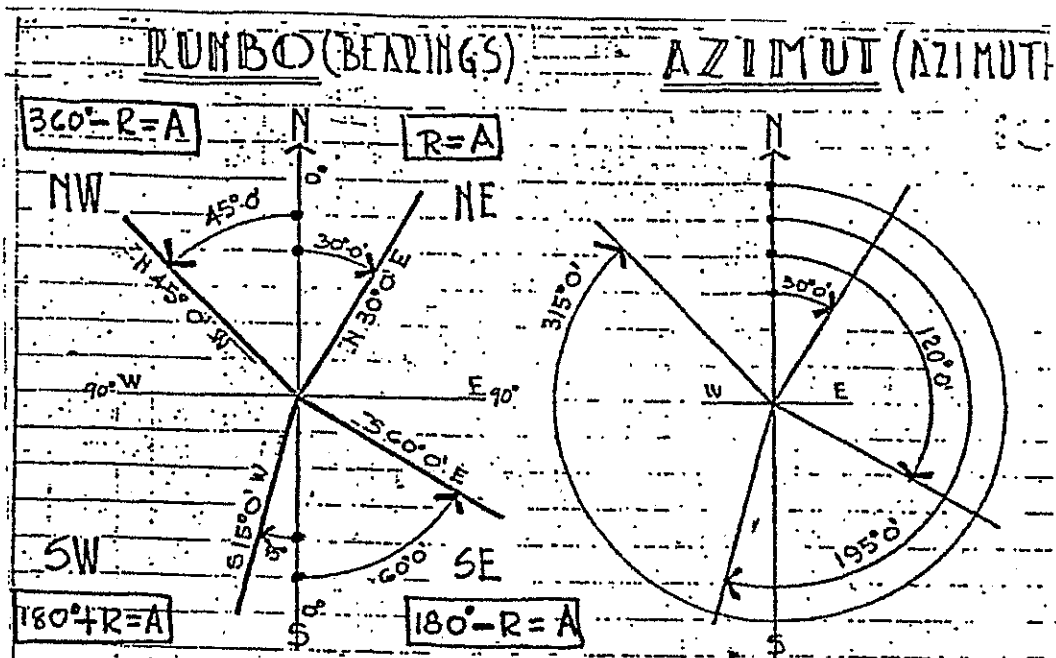
Método de la luna.

Para utilizar este método es importante conocer el comportamiento de la luna y su creciente, en adición a la época del año. Esta práctica será en la noche para que puedas diferenciar con mayor claridad.

BRUJULA

DEFINICIONES

1. **Brújula**- En navegación es un instrumento usado para indicar dirección. Tiene una aguja o flechilla imantada que puesta en condiciones de girar libremente, marca la dirección del meridiano magnético. Nombre que se le da a numerosos instrumentos electromagnéticos cuyo elemento principal es un imán móvil y sirve para determinar direcciones sobre la superficie del globo como el que se usa a bordo para determinar el rumbo de la nave.
2. **Meridiano**- Geográficamente, cualquiera de los círculos máximos que pasan por los polos, o de los semicírculos que van de polo a polo. Magnético. Plano vertical que pasa por los polos de magnetismo de la tierra y por los de la aguja imantada. En un mapa, la línea trazada de Norte a Sur es un meridiano.
3. **Acimut** o "Bearing"- (del árabe, caminos). Es el ángulo o apertura de una línea y el meridiano norte-sur, medido hacia la derecha, partiendo desde el norte o desde el sur, en el hemisferio norte o sur (ver Fig. 1.)
4. **Rumbo**- Es la dirección o la apertura angular de una línea con respecto a un meridiano (verdadero, magnético o presumido) y medido hacia la derecha (Este) o hacia la izquierda (Oeste), desde al Norte o desde el Sur y nunca mayor de (90°) noventa grados. (Ver Fig. 1.)
5. **Rumbo Magnético**- El ángulo formado entre la meridiana magnética y otra línea cualquiera. También se le llama "magnetic bearing" o simplemente rumbo.
6. **Verdadero Rumbo o Acimut**- Cuando el Rumbo es reconocido de similar manera al Meridiano Geográfico, es llamado el verdadero rumbo y estos son a menudo llamados Acimut.



ILUSTRACION DE LA FIGURA I.: RUMBO Y ACIMUT

7. **Acimut de Regreso-** (reverse azimuth) Cuando se desea tomar un punto de referencia o se desea regresar al punto de origen es de gran ayuda tomar un acimut del punto de retorno, cual es mas o menos de 180° grados del punto de referencia a donde nos dirigimos.

Si el acimut del punto hacia donde nos dirigimos es menor de 180° , se le suma 180° del acimut para determinar el acimut de regreso. Ejemplo: si el acimut es 90° , el acimut de regreso debe leer 270° ($90^\circ + 180^\circ = 270^\circ$)

Si el acimut del punto hacia donde nos dirigimos es mayor de 180 grados, se le resta 180 grados al acimut para determinar el acimut de regreso. Ejemplo: si el acimut es 280 grados, el acimut de regreso debe leer 100 grados ($280 - 180 = 100$).

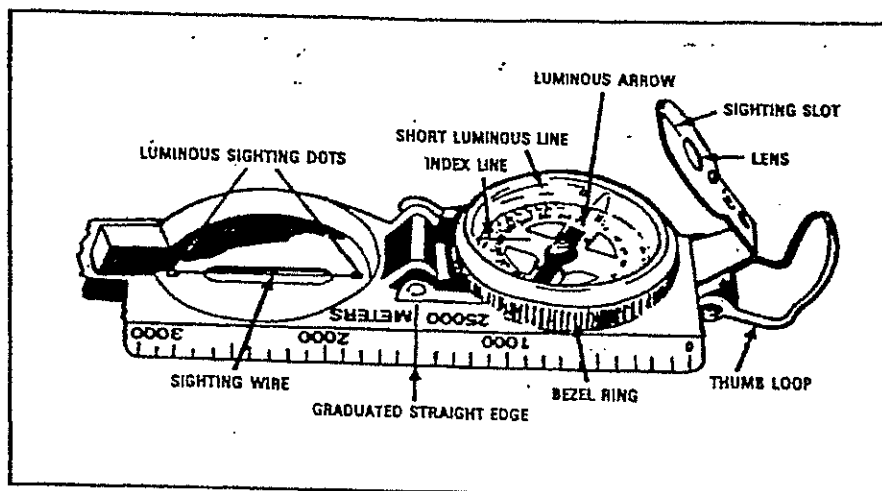
TIPOS DE BRUJULAS

Existen varios tipos de brújulas en el mercado, sin embargo para el uso nuestro solo nos concentraremos en dos modelos, los cuales son los más usados entre los amantes de la naturaleza. Estos son el modelo *Lensática* y la *Polaris*.

Brújula Lensática (Fig. 2.)

La brújula lensática deriva su nombre del lente con aumento utilizado para leer las escalas. Esta brújula consiste en dos secciones unidas por un remache. Por lo general esta construida en metal.

1. Sección superior o cubierta- contiene el alambre de observación ("sighting wire") y el segmento final de la escala utilizada para medir mapas ("graduated straight edge").
2. Sección inferior o base- consiste en una cámara herméticamente sellada llena de un material acuoso. (Nota: hay algunos modelos de brújula que no tienen el líquido). Dentro de la cámara hay una esfera flotante ("floating dial") montada sobre un pivote. La esfera contiene la flecha magnética y luminosa ("luminous Arrow").



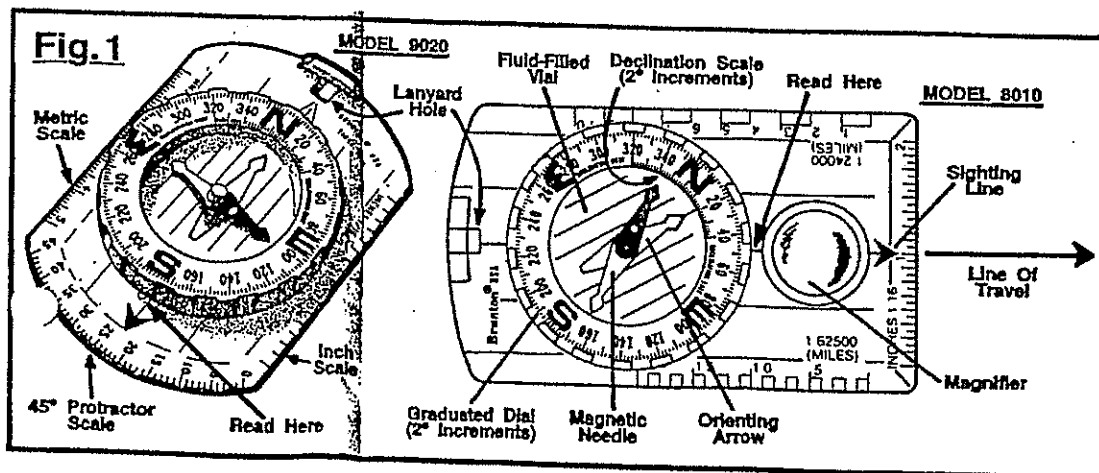
ILUSTACION DE LA FIGURA II.: BRUJULA LENSATICA

La esfera contiene también dos circunferencias las cuales son utilizadas para determinar la dirección (acimut) en grados y/o mils. La más utilizada de ambas es la que está dividida en grados. En la esfera también están contenidos los cuatro puntos cardinales. En esta sección también se halla la línea de referencia o índice ("index line") y la anilla giratoria para determinar una segunda línea de referencia ("bezel ring").

Por último, en la base de la brújula se halla la pieza ocular compuesta por el lente de aumento ("lens"), la ranura de observación ("sighting spot") y la argolla de metal (thumb loop").

Brújula Polaris (Fig. 3.)

Debido a que la esfera gira sobre la base esta brújula puede ser utilizada como transportador y apuntador direccional en el campo usando la flecha indicadora (sighting line") cuenta además, con ajustador de corrección de la declinación del noreste magnético y norte verdadero ("declination scale"). A diferencia de la brújula lensática, esta brújula solo se compone de una sola pieza, en plástico transparente, lo cual permite ser utilizada fácilmente sobre un mapa. La esfera está dividida solamente en grados ("graduated dial"). Y las escalas del borde de la base están medidas en escalas métricas ("metric scale"), de pulgadas ("inca scale") y angular ("protector scale").



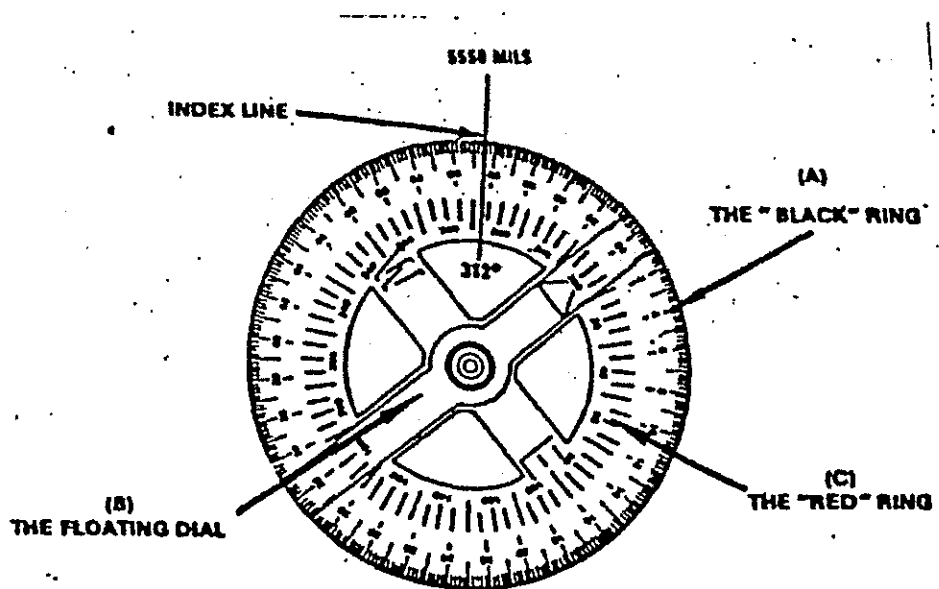
ILUSTACION DE LA FIGURA III.: BRUJULA POLARIS.

COMO USAR LA BRUJULA LENSATICA

A. ¿Cómo se lee?

1. Como se menciona anteriormente la base de la brújula contiene una esfera flotante ("floating dial") en líquido montado sobre un pivote. La esfera está dividida en dos circunferencias las cuales son utilizadas para determinar la dirección (acimut) en grados y/o mils.

2. La circunferencia exterior ("the black ring"), cuyos números aparecen en negro, esta dividida en 6,400 mils siendo que cada marca representa 20 mils. (Fig. 4).
3. La circunferencia interior ("the red ring"), cuyos números aparecen en rojo, esta dividida en 360 grados que cada marca representa 5 grados (Fig. 4)
4. Para determinar la dirección (acimut) en la brújula sea en grados o mils debe de apuntar la cubierta en la dirección deseada.



ILUSTRACION DE LA FIGURA IV. : CIRCUNFERENCIAS EN EL INTERIOR DE LA BRUJULA LENSATCA

5. Para leer los grados o mils utilice la línea de referencia o índice ("index line") que se encuentra dibujada en el cristal protector de la esfera. Por lo general esta línea o marca es de color oscuro. Es importante señalar que mientras se esta realizando la lectura se debe de sostener la brújula firmemente para evitar que la esfera ("floating dial") gire sobre su pivote.

B. ¿Cómo se determina el acimut?

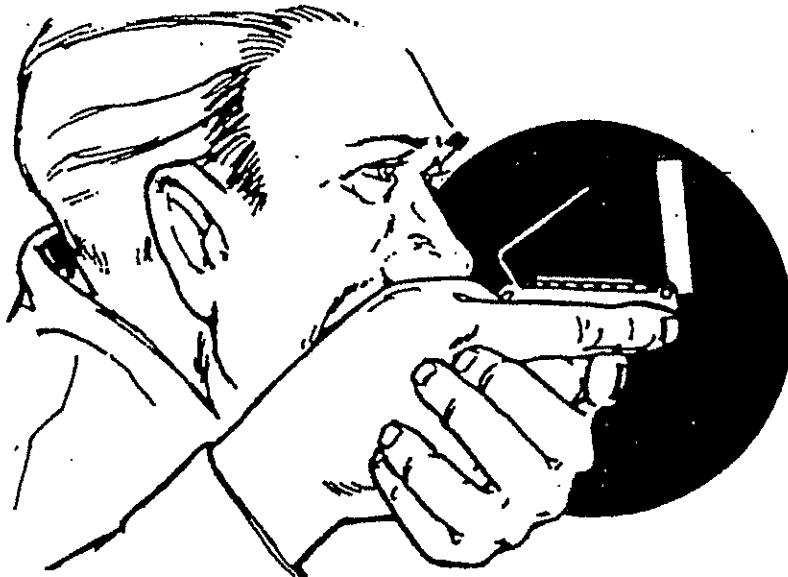
1. Use la brújula para determinar o seguir un acimut. La flecha en la brújula ("luminous arrow") señala hacia el norte magnético. Hay que tener cuidado ya que la flecha también es atraída por masas de metal o fuentes magnéticas, por ejemplo: camiones, automóviles, líneas eléctricas o verjas de metal. Por lo tanto asegúrese de usar la brújula lejos de tales masas para evitar lecturas erróneas.

2. La brújula siempre debe de ser nivelada y sujeta cuando se toma un punto de referencia y una lectura.

3. Existen dos métodos para sujetar y leer la brújula, el método de la *mejilla* y el método *centroide o pivote*.

I. Método de la mejilla ("Compass-to-Cheek Method") (Fig. 5)

- a. Abra la cubierta de la brújula a un ángulo de 90 grados respecto a la base y en una posición horizontal.
- b. Introduzca su pulgar a través de la argolla de metal ("thump loop"), formando una base firme con su tercer y cuarto dedo. Extienda su dedo índice a lo largo de la base de la brújula.
- c. Coloque la mano que sostiene la brújula en la palma de la otra mano.
- d. Lleve ambas manos al nivel del rostro. Presione contra su mejilla el dedo pulgar que atraviesa la argolla.
- e. Observe a través del lente ("lens") la esfera ("floating dial"). Si la esfera esta fuera de foco, mueva la pieza ocular hacia arriba o hacia abajo hasta que consiga el enfoque deseado.
- f. Alinea la ranura de observación ("sighting spot") de la pieza ocular con el alambre en la cubierta ("sighting wire") apuntando hacia el punto de referencia. Observe a través de la lente de la pieza ocular y lea el acimut usando la línea índice o referencia ("index line")



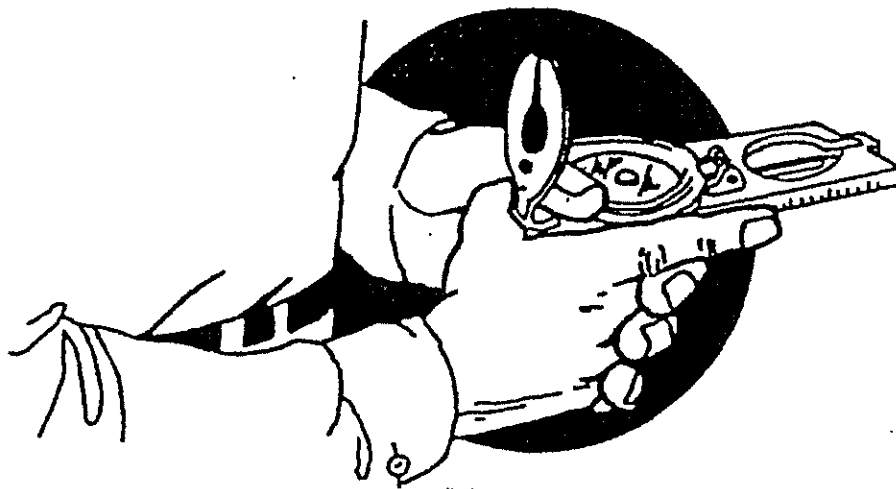
*ILUSTRACION DE LA FIGURA V.: METODO DE LA MEJILLA
("Compass-to-Cheek Method")*

II. Método del pivote ("Centerhold Method") (Fig. 6)

(Este método es utilizado cuando no se requiere de dirección precisa)

1. Abra completamente la brújula de tal manera que la cubierta quede en línea recta respecto a la base. Incline hacia atrás la pieza ocular.

2. Introduzca su pulgar a través de la argolla de metal ("thumb loop"), formando una base firme con su tercer y cuarto dedo. Extienda su dedo índice a lo largo de la base y cubierta de la brújula.
3. Coloque el pulgar de su otra mano entre la pieza ocular y la lente. Extienda su otro dedo índice a lo largo del otro extremo de la base y la cubierta de la brújula. Entrelaza los dedos restantes con los de la otra mano. Oprima sus codos contra los lados de su cuerpo a la altura de su cintura.
4. Para medir el acimut, gire todo su cuerpo hacia el objetivo y apunte la cubierta de la brújula hacia el mismo. Mire hacia la brújula para leer el acimut usando la línea índice o referencia ("index line"). Este método puede utilizarse en las noches.
5. Para evitar caminar en círculos, deténgase ocasionalmente para verificar el acimut. También, puede moverse a través de distintos puntos. Siguiendo esta metodología evitara caminar en círculos.



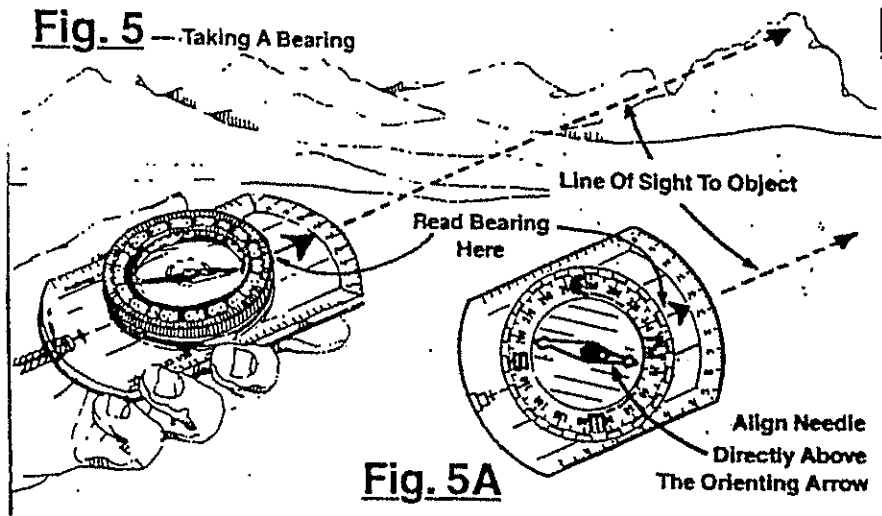
*ILUSTRACION DE LA FIGURA VI. : METODO DEL PIVOTE
("Centerhold Method")*

COMO USAR LA BRUJULA POLARIS

A. ¿Cómo leerla y determinar el acimut? (Fig.7)

1. Leer el acimut en este tipo de brújula es simple aunque no tan preciso como en la brújula Lensática cuando se utiliza el método de la *mejilla* ("compás-to-cheek method") ya que en la brújula polaris se utiliza solo el método *pivote* ("centerhold method") por carecer la misma de un lente ocular, alambre y ranura de observación.

Fig. 5 — Taking A Bearing



ILUSTRACION DE LA FIGURA VII. : DETERMINACION ACIMUT CON BRUJULA POLARIS

Transportación de Heridos

Técnicas Cuerpo a Cuerpo

Las técnicas cuerpo a cuerpo son todas aquellas en las cuales no tenemos otros materiales o accesorios que nos faciliten la transportación del paciente, lo único que tenemos es a nosotros mismos. A continuación les presentaremos varias de las técnicas y como ejecutarlas.

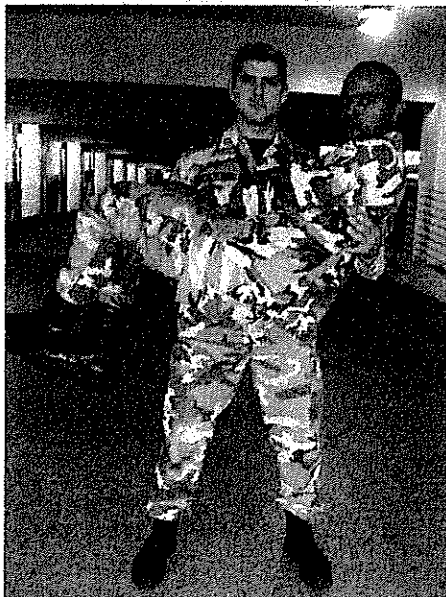
Con un rescatista



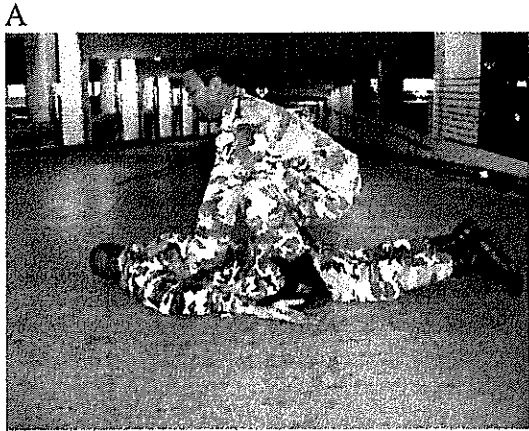
SUPPORT CARRY



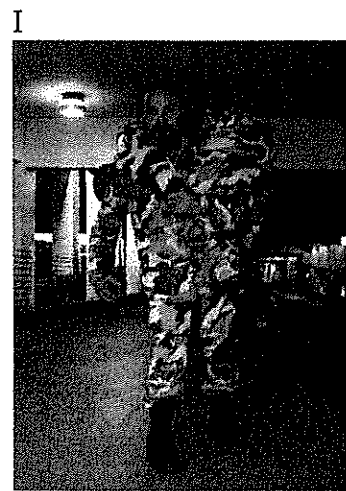
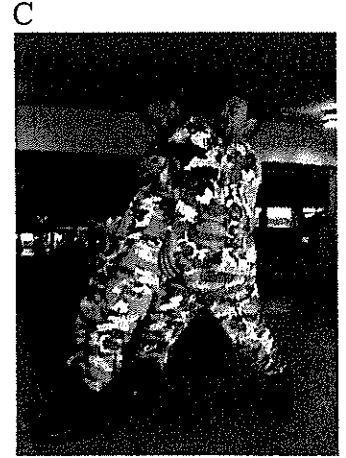
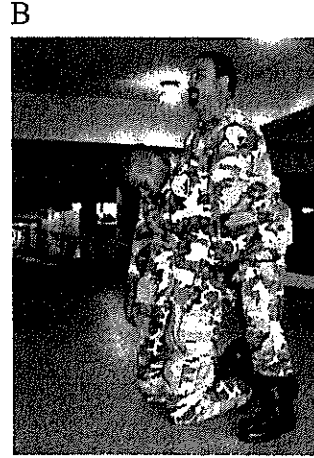
SADDLEBACK CARRY



ARMS CARRY
FIREMAN CARRY

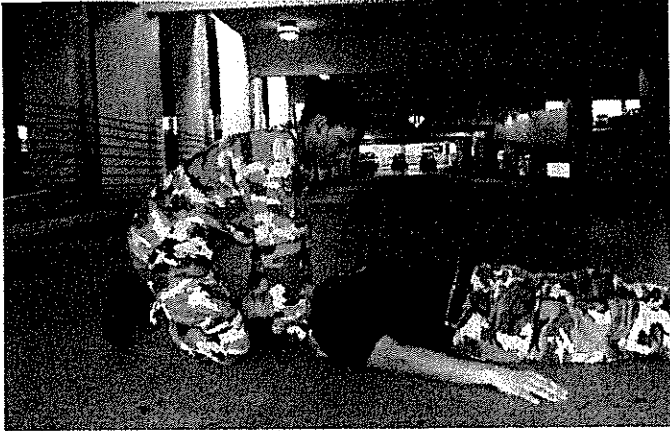


PACK STRAP CARRY



CRADLE DROP DRAG

A



C



D



Dos Rescatistas

TWO MAN SUPPORT CARRY

A



B



FOUR HAND SEAT CARRY





THO HAND SEAT CARRY



TWO-MAN ARMS CARRY



A



B



C



D

TWO MAN FORE AND AFT CARRY



Nudos Utilizados en Rescate

Características de los Nudos

Los nudos básicos son variados en sus usos específicos. Todos los nudos tienen ciertas características en común

- A. Son relativamente nudos fáciles.
- B. Es fácil determinar si son nudos correctos
- D. Tienen un efecto mínimo en la fuerza de la soga.
- E. Son relativamente fácil para mantener bien amarrados después de aplicarle la carga.

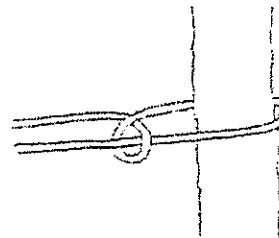
Nudos Básicos

1. "Overhand"- Nudo Sencillo

- Nudo fundador.
- Nudo de baqueo o seguridad



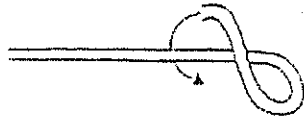
Nudo Sencillo o Simple



Medio Nudo ó Media Vuelta

2. "Simple Figure 8" - Figura 8 Simple

- Nudo fundador
- Nudo de freno
- Se utiliza para indicar que se llegó al final de la soga.



a



b

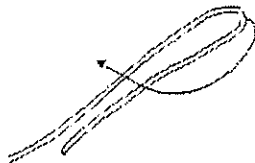


c

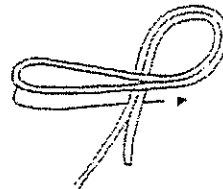
3. "Figure 8 on a Bight"- Figura 8 al cóno.

La argolla de seguridad que se forma por el nudo sirve para:

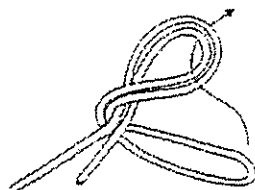
- Línea de Seguridad.
- Camillas u otros equipo de rescate.
- Anclaje.
- Personas atrapadas.



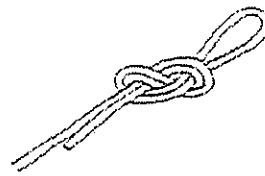
a



b



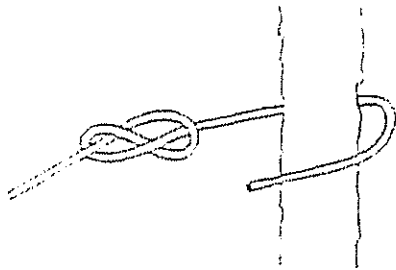
c



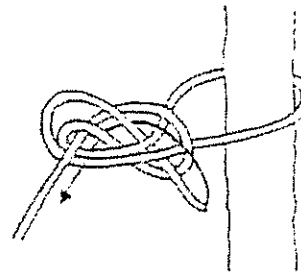
d

4. "Figure 8 Follow Through" – Figura 8 en Trayectoria.

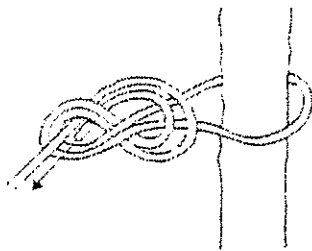
- Anclaje.
- Para amarrar personas directamente a la soga.
- Donde no es posible el uso del figura 8 al cono.
- Línea de seguridad.
- Amarre de Camilla.



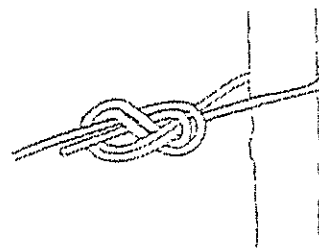
a



b



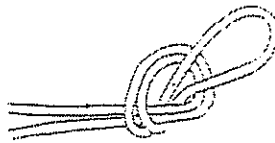
c



d

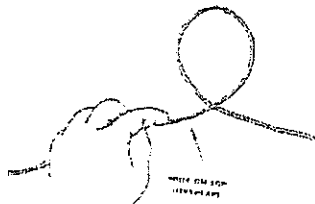
5. "Overhand on a Bight" - Nudo Sencillo al cono.

- Se utiliza tanto en sogas como en cinta tubular., finalizar el empaque del paciente en una camilla.

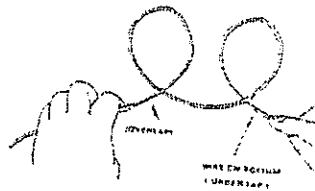


6. "Clove Hitch" - Nudo de Estaca o Ballestrinque.

- Anclaje.
- En amarres de algunos tipos de camillas.



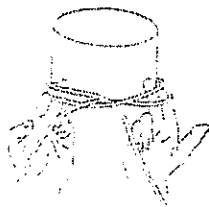
a



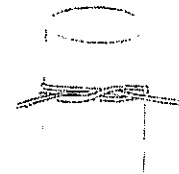
b



c



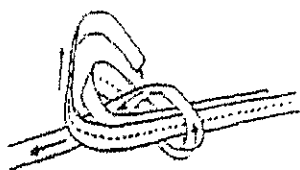
d



e

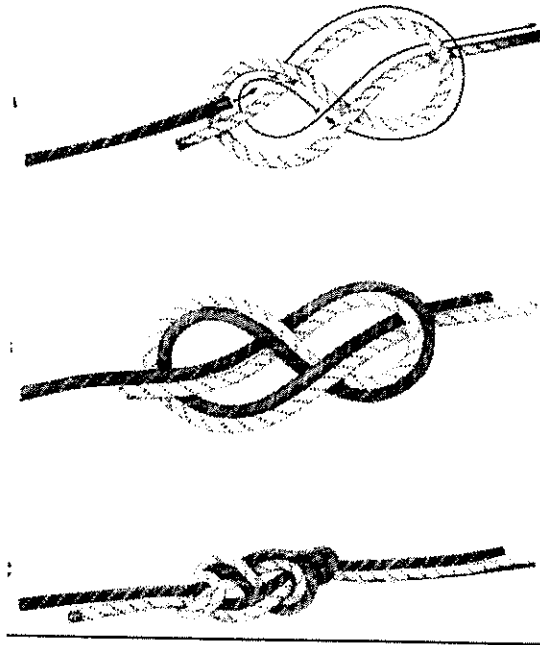
7. "Water knot" - Nudo de Agua.

- Para amarrarse solo en cinta tubular.
- Para unir cintas tubulares.
- Una vez unida la cinta tubular, nos sirve para:
 1. Arnés Pélvico.
 2. Arnés de Pecho.
 3. Anclaje.
 4. Nudo marinero.
 5. Cabestrillo.



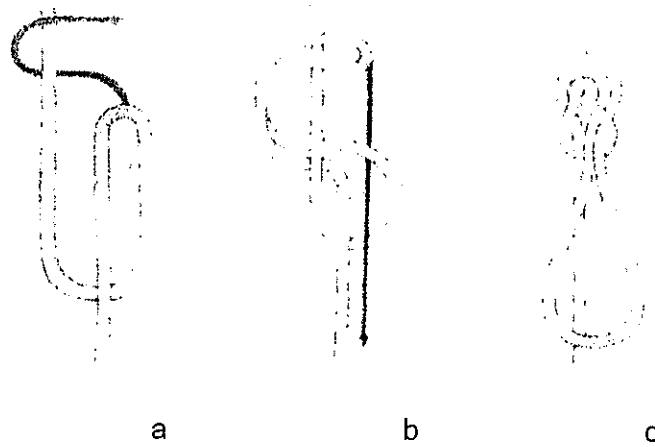
8. Nudos de Rescate

a. Figure 8 bend (Unión de sogas)



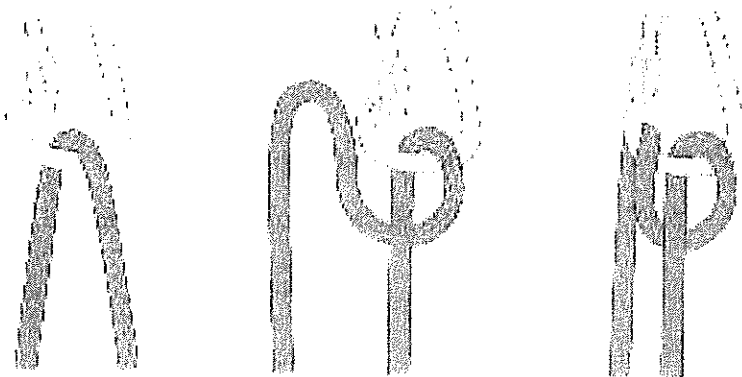
- *Se utiliza para unir 2 sogas de igual diámetro o espesor.*
- *Se utiliza para crear un "loop" al unir los extremos de una misma soga.*

b.. Figure 8 in line (Figura 8 en Linea)



- Puede anclar la sog a al rescataste
- Utilizar para "backup"

c. Nudo Italiano



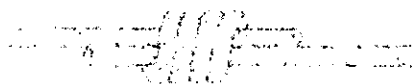
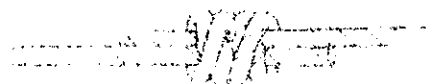
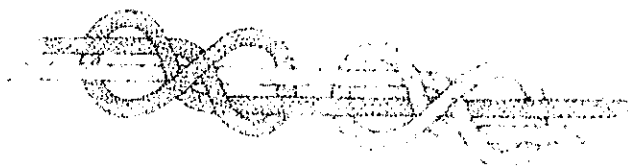
- Nudo de "belay" en descenso ó ascenso
- Seguridad del sistema primario en caso de que este falle.
- Amare de camila de canasta.

d. Nudo del Barril



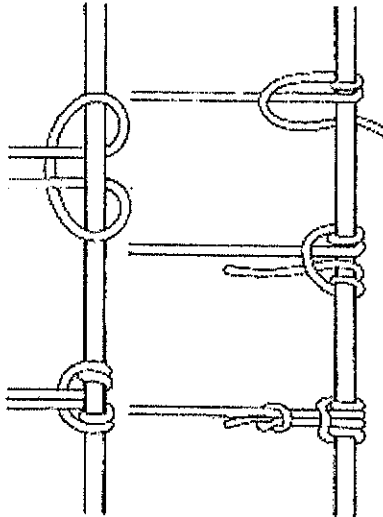
- Nudo fundador.
- También es la mitad del nudo pescador doble.
- Nudo de baqueo.

e. Nudo Pescador Doble.



- Se utiliza para amarrar 2 sogas de igual o diferente diámetro.
- Es el nudo que se utiliza en la soga de prusico.

f. Nudo de Prúsico de dos vueltas.

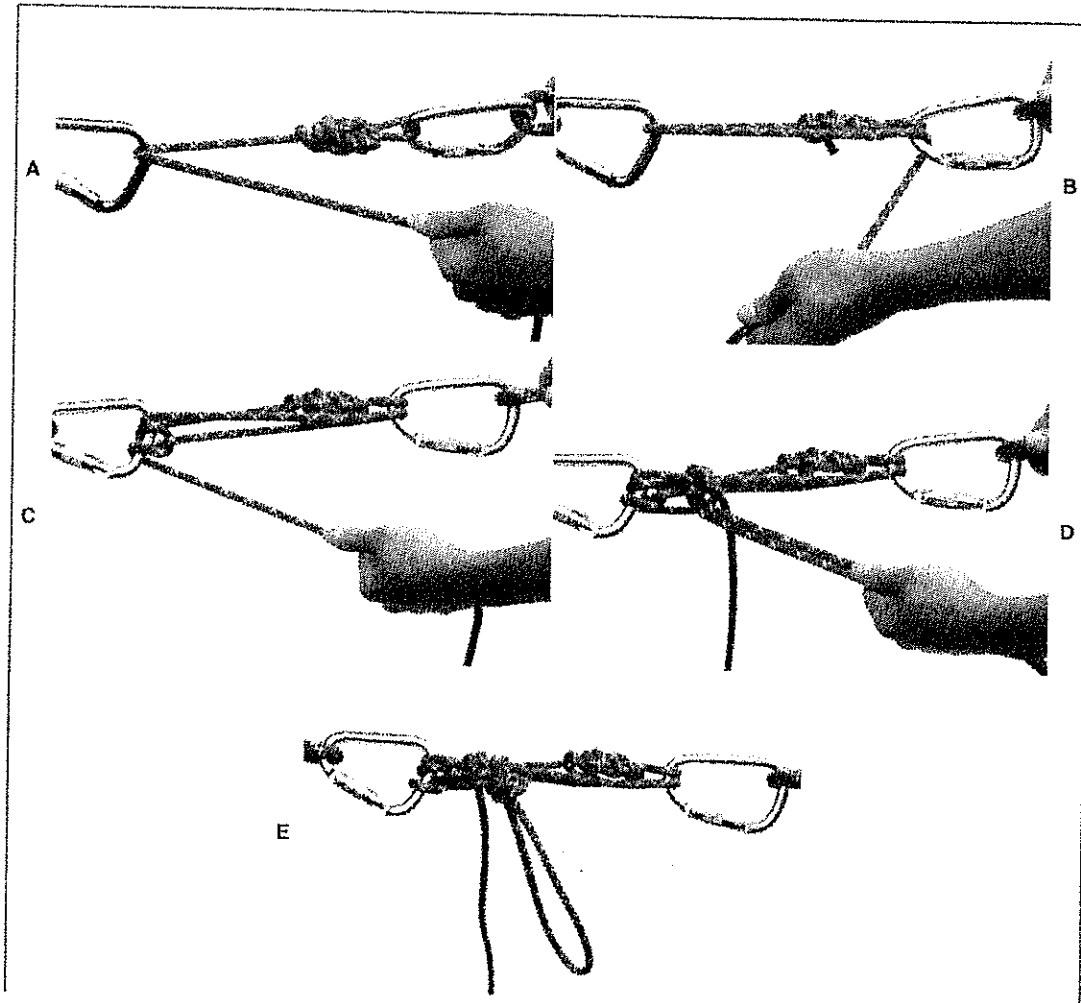


- Se usa para sostener la carga.
- Se utiliza como belay propio con el sistema de descenso.
- Se usa en sistemas de ascenso.

g. Nudo de Prúsico de tres vueltas.

- Se usa en sistemas de acarreo.
- Se usa para soga enfangada o mojada.

h. Sistema Radial.



- Se utiliza para desplazar carga de una manera lenta y controlada.

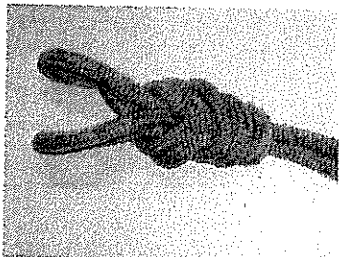
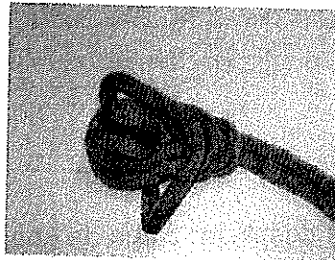
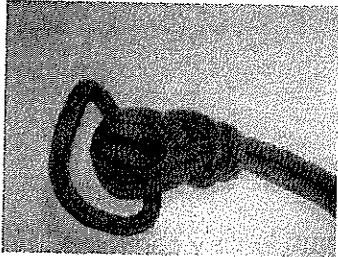
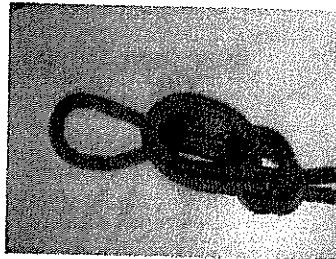
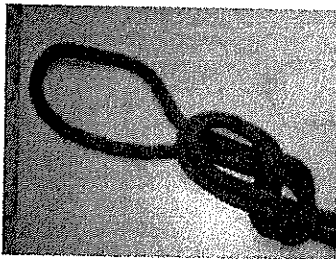
* Libro de Referencia - High Angle Rescue Techniques (Third Edition) Tom Vines & Steve Hudson

I. Marinero



Se utiliza para desplazar carga de una manera lenta y controlada.

J. Ocho doble al cono



Se utiliza para anclaje

ANEJO 1

REQUISITOS ENTRENAMIENTO BASICO

El 14 de junio de 1987 marco el comienzo de una nueva era en la historia del Departamento de Jóvenes de la Asociación Puertorriqueña del Este. Se organizo u entrenamiento cuyo objetivo era preparar al Cadete Medico Adventista en los conocimientos básicos. Inicialmente durante una semana los jóvenes aprendían y repasaban las destrezas básicas y ponerlas en práctica en sus cuerpos locales. Todos conocemos este curso como el Entrenamiento Básico MCC. Posteriormente se modifico el curso y se ofrecía en diferentes reuniones durante un semestre del año.

A través de las clases, instrucciones y situaciones, el nuevo cadete crea conciencia de la necesidad de desarrollarse en todas las áreas para estar preparado no importa la emergencia que se le presente.

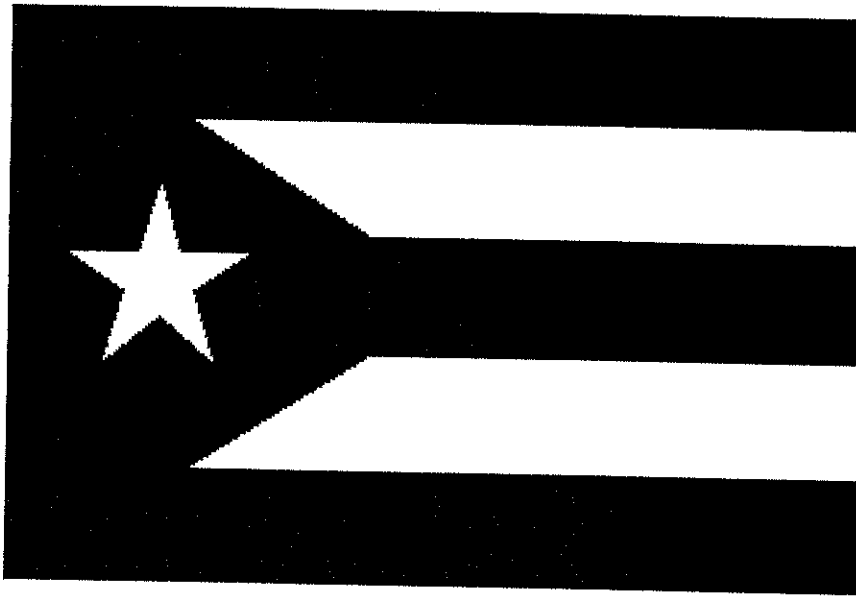
Para tomar este adiestramiento el Cadete tiene que cumplir con todos los requisitos que aparecen a continuación y al momento del campamento de adiestramiento y la graduación tener lo siguiente.

1. Ser miembro del cuerpo local mínimo en los últimos tres meses.
2. Tener dieciséis (16) años de edad antes de comenzar el adiestramiento..
3. Traer copia del certificado de nacimiento.
4. Llenar la solicitud del campamento.
5. Traer certificado médico.
6. Solicitud de ingreso llena con dos fotos 2 x 2.
7. Seguro pago y al día.
8. Llevar uniformes clase B con todas sus insignias.
9. Varones Afeitado y recortado.
10. Llevar Biblia, lección e himnario
11. Uniforme clase C completo.
12. Pago del costo total del adiestramiento. Debe registrarse y pagar el campamento en el Departamento de Jóvenes antes del adiestramiento. Inscripción hecha en el adiestramiento tendrá un cargo adicional de \$5. dólares
13. Brújula y pedazo de soga de 10 pies de largo por un cuarto (¼) de grosor.
14. Bolsa para la ropa sucia y detergente de lavar.
15. Ropa para cama, dos toallas, asesoraos de aseo personal, zapatos deportivos para ejercicios, pantalón sudadera preferiblemente azul marino o negro, traje de baño decoroso.
16. Llevar libreta o carpeta, lápiz y/o bolígrafo.
17. Llenar código de conducta.

Antes de comenzar el proceso de registración para el adiestramiento, cada cadete será entrevistado por los instructores, de no cumplir con algún requisito no podrá matricularse ni tomar el curso. Si cumple con todos los requisitos, ¡BIENVENIDO!

ANEJO 2

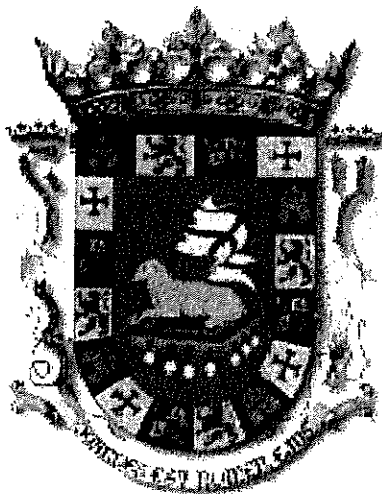
BANDERA



La bandera que la Asamblea Legislativa adopta como emblema oficial de Puerto Rico es diseñada por un grupo de patriotas en 1895. Es esta bandera símbolo del espíritu del pueblo ante su propio destino y el conjunto de América. Se ve en ella reflejada la confianza que Puerto Rico tiene en si mismo y el respaldo fraternal que hacia todos siente.

Aparece en la bandera una blanca estrella solitaria, que es símbolo del Estado Libre Asociado, y reposa sobre un triangulo azul que en sus tres picos evoca la integridad de la forma republicana de gobierno, representada por tres poderes: el legislativo, el ejecutivo y el judicial. Las tres franjas rojas simbolizan la sangre vital que nutre a esos tres poderes de Gobierno, los cuales desempeñan funciones independientes separadas.

ESCUDO



El Escudo de Armas del **Estado Libre Asociado de Puerto Rico**, otorgado por el Rey Fernando en virtud de la Real Cédula del 8 de noviembre de 1511, es el único que en Hispanoamérica está actualmente, y desde la conquista, en uso oficial. Fue reconfirmado y adoptado como tal mediante la Ley 7 del 8 de agosto de 1952, según enmendada por la Ley 142 del 3 de junio de 1976. (Referencia)

Dicha Real Cédula describe el blasón como "un escudo verde y dentro de él un cordero plateado encima de un libro colorado e atravesado por una bandera con una cruz e su veleta amo la trae la devysa de Sanct Joan e por orla castillos e leones e banderas e cruces de herusalen e por devysa una F. e una Y. con sus coronas e yugos e flechas e un letrado a la redonda de la manera siguiente: Joanne est nomine jus".

El color predominante es el verde. Dicho color era el usado en los comienzos de la era cristiana con alusión a San Juan Bautista, como símbolo de la yerba o vegetación cuando éste predicaba en la selva desierta de Judea. El cordero plateado indica el color blanco y puro que corresponde a la figura del Cordero de Dios, el Agnus del, identificado con Jesucristo. El libro colorado representa el Libro de los Siete Sellos o Apocalipsis del Apóstol San Juan.

Los castillos y leones son símbolos del reino colonizador.. Las banderas y cruces de Jerusalén son símbolos de San Juan Bautista, nombre dado a la Isla, e invariablemente unido al nombre de Jerusalén. La F. y la Y se refieren a los nombres de los monarcas Fernando e Isabel; y el haz de flechas y el yugo representan ideogramas para las iniciales de los nombres fe los Reyes Católicos, F. e Y Los haces de flechas constan del misterioso número siete, que tanto se repite simbólicamente en el Apocalipsis.

Nuestro Escudo de Armas en un símbolo viril en el cual todo buen hijo del país debe ver reflejada su historia gloriosa, constituyendo un poderoso y vital estímulo que, junto a nuestra

andera y nuestro himno, incite a imitar y tratar de superar las virtudes, el valor heroico y los l eritos personales de nuestros antepasados.

HIMNO

*La tierra de borinquen donde he nacido yo
Es un jardín florido de mágico primor.
Un cielo siempre nítido le sirve de dosel
Y dan arrullos placidos las olas a sus pies.*

*Cuando a sus playas llegó Colon
Exclamo lleno de admiración: " Oh, Oh!
Esta es la linda tierra que busco yo"*

*Es borinquen la hija, la hija del mar y el sol.
Del mar y el sol, del mar y el sol.
Del mar y el sol, del mar y el sol.*

REGLAMENTOS DE BANDERA ESCUDO E HIMNO.
REFERENCIA

ARTICULO I
DISPOSICIONES GENERALES

Este reglamento será conocido con el nombre de Reglamento Sobre el Uso en Puerto Rico de la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico, y para otros fines.

ARTICULO II
DEFINICIONES

En el contexto de este Reglamento, los siguientes términos o vocablos tendrán el significado que a continuación se expresa:

- a) Banderas- Usado en plural significara las banderas de los Estados Unidos de América y el Estado Libre Asociado de Puerto Rico, según son definidas por la Ley Publica 623 del 77mo. Congreso, 2* Sesión, aprobada el 22 de junio de 1942, y la Ley Núm. 1 de la Asamblea Legislativa de Puerto Rico, de 24 de julio de 1952.
- b) Bandera- Al usarse singular significara la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.
- c) Asta- Palo o vara de madera ó tubo metálico en el que se iza una bandera; sea hasta el tope o hasta media asta.
- d) Media asta- Enarbolar la bandera a mitad de la distancia entre el tope o extremo superior, y el extremo inferior del asta.
- e) Unión o campo azul- De acuerdo con el Reglamento de la Bandera de los Estados Unidos de América, el rectángulo que aparece en el extremo superior izquierdo de la Bandera de los Estados Unidos de América, en el cual están incluidas las estrellas representativas de los Estados Federados de la Unión Americana, y el triangulo equilátero azul que con una estrella de cinco puntas en el centro aparece en el extremo izquierdo de la bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.

ARTICULO III
DESCRIPCION

El nombre oficial de la bandera puertorriqueña será: Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.

La Bandera del Estado Libre asociado de Puerto Rico es la que tradicionalmente se ha conocido hasta ahora como la bandera puertorriqueña. Su forma es rectangular, con franjas horizontales, alternadas, tres rojas y dos blancas, y tiene junto al asta un triangulo equilátero azul con una estrella blanca de cinco puntas. Este triangulo, por el lado vertical, abarca toda la anchura de la bandera.

ARTICULO IV
CUANDO SE HA DE ENARBOLAR

Al enarbolar la bandera al aire libre se ha de usar un asta que su largo sea no menos de dos veces y medio el largo de esta.

La bandera no debe enarbolarse al aire libre antes de la salida ni después de la puesta de sol, excepto en aquellas ocasiones en que por razones especiales el Gobernador del Estado Libre Asociado de Puerto Rico disponga otra cosa.

La Bandera podrá enarbolarse de noche en ocasiones especiales en que desee producir un efecto patriótico. Al enarbolarse la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico junto a cualquiera otra bandera representativa de nación o pueblo, ambas serán de igual tamaño y se enarbolaran en astas de tamaño igual de manera que al desplegarse queden al mismo nivel.

ARTICULO V
DONDE Y EN QUE SITIO DEBERA ENARBOLARSE

Si las condiciones climatológicas lo permiten, la Bandera se enarbolará en o cerca de los edificios públicos durante los días laborales y los siguientes días feriados.

Año Nuevo	01 de enero
Epifanía	06 de enero
Natalicio de Eugenio Maria de Hostos	11 de enero
Natalicio de Jorge Washington	22 de febrero
Abolición de la Esclavitud	22 de marzo
Natalicio de José de Diego	16 de abril
Día de la Recordación	30 de mayo
Independencia de los Estados Unidos de América	4 de julio
Natalicio de Luis Muñoz Rivera	17 de julio
Día de la Constitución del Estado Libre Asociado de Puerto Rico	25 de julio
Natalicio de José Celso Barbosa	27 de julio
Día del Trabajo	1er lunes de septiembre
Día de Cristóbal Colon	12 de octubre
Día del Veterano	11 de noviembre
Descubrimiento de Puerto Rico	19 de noviembre
Día de Acción de Gracias	4to jueves de noviembre
Navidad	25 de diciembre

La bandera deberá enarbolarse en o cerca de los locales destinados para votar durante los días de elecciones generales o especiales.

ARTICULO VI MODO DE ENARBOLAR LA BANDERA

La bandera ha de enarbolarse rápidamente cuando este acto no vaya acompañado del Himno del Estado Libre Asociado de Puerto Rico. Debe arriarse con lentitud, ceremonial y respeto. Al enarbolar la bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico, quedara a la izquierda de la bandera de los Estados Unidos de América, de suerte que, si un observador se colocara frente a ella, dicho observador vería la bandera de los Estados Unidos a la izquierda. Cuando se iza la bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico los acordes del Himno de dicho Estado Libre Asociado, esta se empezara a izar a la primera nota del Himno y continuara izándose de manera que la bandera llegue al tope del asta con las últimas notas del Himno. Igualmente se hará pero en orden inverso, cuando se arríe a los acordes del Himno del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.

La Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico no se desplegara con la punta superior de la estrella hacia abajo excepto en caso de embarcaciones que se encuentren a la deriva o en grave peligro de hundirse siendo esta la forma naval tradicional de pedir auxilio.

ARTICULO VII EL DESFILE

La Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico se ha de llevar en un desfile siempre a la izquierda de la Bandera de los Estados Unidos de América, cuidando de que ambas se mantengan a una misma altura y a un mismo ángulo. Cualquier estandarte, pendón o emblema de organismo públicos o privados del Estado Libre Asociado de Puerto Rico que se porte asimismo en el desfile debe llevarse inmediatamente detrás de las dos banderas o a la izquierda de estas.

Al usarse un portaestandarte para llevar la Bandera, este debe tener por lo menos una vez y medio el largo de la misma.

ARTICULO VIII DESPLIEGUE EN OFICINAS, NEGOCIADOS, DEPENDENCIAS DEL ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO

La Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico estará a la izquierda de Bandera de los Estados Unidos de América.

ARTICULO IX USO EN VEHICULOS

La Bandera no se desplegara sobre la cubierta del motor, ni sobre la capota, ni en los lados, ni en la parte trasera de un vehículo, sea este automóvil, tren, etc. Al desplegarse la Bandera en un vehículo se deberá usar un asta firme asegurado al mismo.

ARTICULO X
JUNTO A LA BANDERA DE LOS ESTADOS UNIDOS

La Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico se enarbolara en un asta adyacente al asta donde habrá de enarbolarse la Bandera de los Estados Unidos de América. La Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico debe quedar siempre a la izquierda de la Bandera de los Estados Unidos de América y ambas a una misma altura según se dispone en el artículo 7. La Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico debe izarse después que se iza la de los Estados Unidos y arriarse antes que esta.

ARTICULO XI
CUANDO SE DESPLIEGUE JUNTO A LA BANDERA DE LOS
ESTADOS UNIDOS Y/O LA DE OTROS PAISES

Al desplegarse al mismo tiempo la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico, la Bandera de los Estados Unidos de América y la de cualquier país extranjero todas las banderas deberán ser un mismo tamaño y deberán izarse en astas separadas, de tamaño igual.

La Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico debe quedar a la izquierda de la Bandera de los Estados Unidos siguiendo el orden alfabético en español de los países que representan. En caso de banderas de países latinoamericanos, estas se colocaran siguiendo el orden alfabético de países que utiliza la Organización de Estados Americanos, según su Manual de Conferencias Interamericanas.

ARTICULO XII
CUANDO SE IZA EN EL FRENTE DE UN EDIFICIO

Cuando se enarbola la Bandera enfrente de un edificio, sea ello en el antepecho de una ventana o balcón, el triangulo equilátero azul deberá quedar al tope del asta a menos que la bandera este izada a media asta.

ARTICULO XIII
CUANDO NO SE USA ASTA

La Bandera deberá desplegarse extendida de plano, bien sea en forma vertical u horizontal, de manera que la misma caiga libremente y sin dobleces.

ARTICULO XIV
SOBRE UNA CALLE

Cuando se despliegue sobre una calle, la Bandera deberá suspenderse verticalmente con la base del triangulo equilátero azul hacia arriba.

ARTICULO XV
USO EN TRIBUNAS PUBLICAS

En la tribuna publica la bandera debe izarse para cubrir el estrado o con fines decorativos.

Cuando se enarbola frente a una tribuna publica o plataforma deberá colocarse en un nivel más alto que el que ocupa el orador.

Cuando se iza en una tribuna publica conjuntamente con la de los Estados unidos, la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico deberá quedar a la izquierda del orador y la de los Estados Unidos de América a la derecha de este.

ARTICULO XVI
DEVELACIONES DE MONUMENTOS

La Bandera ha de izarse en todas las ceremonias de debelación de estatuas o monumentos públicos, pero nunca debe ser utilizada para cubrir la estatua o el monumento que va a ser develado.

ARTICULO XVII
GUARDIA NACIONAL DE PUERTO RICO

La Bandera deberá desplegarse en todas las ceremonias o paradas en que participe la Guardia Nacional de Puerto Rico.

ARTICULO XVIII
EN FERETROS

Cuando se use la bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico para cubrir un féretro, debe colocarse en forma tal que el triangulo equilátero azul quede en la cabecera. La Bandera no debe descender a la fosa ni debe tocar tierra.

ARTICULO XIX
EN FERETROS JUNTO A LA BANDERA DE LOS ESTADOS UNIDOS

Cuando se usen la bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico y la bandera de los Estados Unidos de América para cubrir un féretro, la bandera de los Estados Unidos se colocara primero sobre el féretro en forma que la unión o campo azul de dicha Bandera quede en la cabecera y hacia el lado izquierdo del féretro.

La Bandera del Estado Libre Asociado se colocara sobre el ataúd, con el triangulo hacia los pies del féretro y el ápice de este señalando hacia la cabecera.

ARTICULO XX

TRATO – PROHIBICIONES

No debe permitirse que la Bandera toque la tierra o el piso, o que se arrastre por el agua. Tampoco debe la Bandera sujetarse, desplegarse, usarse o guardarse en forma tal que se rasgue, se manche o este fácilmente expuesta a dañarse. La Bandera no debe usarse para cubrir el cielorraso de un local.

ARTICULO XXI EN PRECENCIA DEL GOBERNADOR

La Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico se enarbolará o se desplegará en todas las ceremonias públicas en que este presente el Gobernador de Puerto Rico.

ARTICULO XXII EN LA PARED

Si la Bandera se coloca horizontalmente en la pared, sus colores deberán quedar completamente desplegados con el triángulo hacia la derecha de la misma, o sea, la izquierda de la persona que la mire de frente.

ARTICULO XXIII CRUZADA EN LA PARED CON LA BANDERA DE LOS ESTADOS UNIDOS

Cuando se desplegaran cruzadas la Bandera de los Estados Unidos de América y la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico contra una pared, poste, etc., la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico estará a la izquierda de la Bandera de Los Estados Unidos de América. El asta de la Bandera de los Estados Unidos, de acuerdo con su reglamento, estará cruzada sobre el asta de la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico. al mirarse de frente las Banderas así dispuestas, estas aparecerán a los ojos del observador en posición invertida, o sea, la Bandera de los Estados Unidos de América a la izquierda del observador y la del Estado Libre Asociado de Puerto Rico a la derecha de este.

ARTICULO XXIV USO DE MEDIA ASTA

En ocasión en que debe enarbolarse la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico a media asta, esta debe primeramente izarse hasta el tope del asta y luego bajarse a la posición de media asta, deberá primeramente elevarse hasta el tope para entonces ser arriado.

Se prohíbe el uso de crespones negros en el asta a menos que sea por disposición del Gobernador de Puerto Rico.

La Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico se izará a media asta siempre que la Bandera de los Estados Unidos de América sea izada a media asta. La Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico podrá izarse también a media asta cuando sea autorizado o dispuesto por el Gobernador de Puerto Rico.

ARTICULO XXVI USOS PROHIBIDOS

La Bandera no debe tejerse ni bordarse sobre cojines, pañuelos o artículos similares; ni ser impresa, ni grabada en servilletas, sean estas de cualquier material, ni en cajas, ni en ningún artículo que se haya de desechar por inservible.

ARTICULO XXVII LAVADO

En los casos en que sea absolutamente necesario lavar la bandera, dicho lavado, deberá hacerse en privado y en forma respetuosa.

ARTICULO XXVIII AL DOBLAR LAS BANDERAS

Las banderas se doblaran siguiendo el sistema acostumbrado para la Bandera de los Estados Unidos de América, o sea, en forma de triangulo. Los dobleces se harán de manera que la estrella en el triangulo de la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico se muestre en la parte superior de la misma una vez doblada.\

ARTICULO XXIX SALUDO

Durante la ceremonia de izar o arriar la Bandera, o cuando esta pase en un desfile, todas las personas presentes deberán ponerse de pie, mirar la Bandera y mantenerse así hasta que la misma pase. Los hombres deberán quitarse el sombrero o sostenerlo con la mano derecha colocada cerca del hombro izquierdo de manera que la mano derecha quede sobre el corazón. Los hombres sin sombrero y las mujeres saludaran la Bandera poniendo la mano derecha sobre el corazón.

ARTICULO XXX RESTRICCIÓN EN USO COMO EMBLEMA E INSIGNIA

Queda prohibido el uso de la Bandera como emblema o insignia de partidos políticos o de candidatos que figuren en la papeleta electoral. Queda prohibido asimismo usarla como emblema o insignia en relación con elecciones primarias, elecciones plebiscitarias, referéndum, o cualquier otro tipo de consulta que se haga al pueblo por medios electorales.

ARTICULO XXXI RESPETO

Ninguna persona deberá mutilar, dañar, profanar, pisotear, insultar ni menospreciar con palabras u obras la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.

ARTICULO XXXII INSCRIPCIONES O MARCAS EN LA BANDERA

Las siguientes prácticas quedan prohibidas:

- a) Estampar, imprimir o en alguna otra forma hacer figurar alguna palabra o palabras, números, marcas, grabados, diseños o anuncios de cualquier índole sobre la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.

- b) Desplegar, o hacer desplegar a la vista del público una Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico sobre la cual se hubiese impreso, estampado o agregado alguna palabra, número, marca, grabado, diseño, pintura, o anuncio de cualquier índole.

- c) Desplegar a la vista del público, vender, ofrecer en venta o usar cualquier artículo u objeto que sirva de envase a mercaderías, en el cual se hubiese impreso, estampado, grabado y fijado la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico con el fin de llamar la atención, decorar, marcar o distinguir el artículo u objeto sobre el cual se hubiese impreso, pintado, fijado o estampado la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.

Ninguna persona deberá emplear la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico con propósitos comerciales. Dicha Bandera no se usará como parte de un traje, uniforme o vestimenta, bajo ninguna circunstancia.

ARTICULO XXXIII EXCEPCIONES AL ARTICULO XXXII

Las disposiciones del Artículo XXXII de este reglamento no serán aplicables a la prensa, ni a los libros, folletos, certificados, diplomas o nombramientos para cargos públicos, cuadernos, joyas o efectos de escritorios para la correspondencia, en los cuales se imprimiese, pintura o estampare la Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico, desligada de anuncios de todas clases.

ARTICULO XXXIV SIGNIFICADO DE LA FRASE “BANDERA ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO”

La frase “Bandera del Estado Libre Asociado de Puerto Rico, incluirá cualquier bandera, estandarte, enseña, insignia, grabado o representación de la misma, sin importar su tamaño, el material del cual estuviese hecha y que evidentemente tenga por objeto representar dicha Bandera.

ARTICULO XXXV PENALIDADES

Cualquier violación a las disposiciones de este Reglamento constituirá un delito menos grave, conforme a lo dispuesto en la sección 3 de la Ley Núm. 1 del 24 de julio 1952.

ARTICULO XXXVI VIGENCIAS

Este Reglamento empezara a regir inmediatamente después de su aprobación por el Gobernador del Estado Libre asociado de Puerto Rico. Promulgado de acuerdo con la Ley del 2 de mayo de 1960.

REGLAMENTO SOBRE EL ESCUDO DEL ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO

ARTICULO I

El escudo del Estado Libre Asociado de Puerto Rico, según dispone la Ley Núm. 7 del 8 de agosto de 1952 es: “un escudo verde (redondo) a dentro del un cordero plateado encima de un libro colorado e atravesado una bandera con una cruz a su veleta como la trae la devysa de Sanct Joan e por orlas castillos leones e banderas e cruces de Jerusalem e por devysa una F un I con sus coronas e yugo e flechas e un letrero a la redonda de la manera siguiente: Joannes est nomem ejus”.

ARTICULO II

El gran Sello del Estado Libre Asociado de Puerto Rico llevara el referido escudo.

ARTICULO III

El Secretario de Estado será el custodio del Escudo y del Gran Sello del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.

ARTICULO IV

En los documentos oficiales, los nombramientos y las leyes del Estado Libre Asociado de Puerto Rico, cuando los firmase el Gobernador de Puerto Rico, se estampara el Gran Sello del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.

ARTICULO V

Queda prohibido el uso del escudo del Estado Libre Asociado de Puerto Rico como emblema o insignia de partidos políticos o de candidatos que figuren en la papeleta electoral.

ARTICULO VI

Se prohíbe, además, el uso del Escudo para fines privados de personas, corporaciones y asociaciones de fines no pecuniarios, así como su uso en marcas de fabricas.

ARTICULO VII

Este Reglamento entrara en vigor inmediatamente después que lo apruebe el gobernador de Puerto Rico y sea promulgado por el Secretario de Estado del Estado Libre Asociado de Puerto Rico, de acuerdo con la ley.

ARTICULO VIII

Las infracciones a las disposiciones de este Reglamento están consideradas como delito menos grave.

Promulgado de acuerdo con la ley el 2 de mayo de 1960.

REGLAMENTO SOBRE EL HIMNO DEL ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO

ARTICULO I

La composición musical conocida como La Borinqueña, ejecutada con aire de himno, ha sido designada por la Ley Núm. 2 del 25 de julio de 1952 como el Himno del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.

ARTICULO II

No se ejecutara La Borinqueña con carácter de himno, a menos que se tenga el aire marcial, dispuesto por la Ley.

ARTICULO III

El Himno del Estado Libre Asociado de Puerto Rico se ejecutara en ceremonias especiales y solemnes del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.

ARTICULO IV

Queda prohibido ejecutarse dicho himno para usos comerciales.

ARTICULO V

Cuando se ejecuta el Himno del Estado Libre Asociado de Puerto Rico no estando desplegadas las Banderas de Puerto Rico y de los Estados Unidos de América, todas las personas presentes deberán ponerse de pie y mirar hacia el lugar de donde parte la música.

ARTICULO VI

Las personas en uniforme deberán saludar puestos de pie al empezar a tocarse el himno del Estado Libre Asociado de Puerto Rico, manteniéndose en esa posición hasta que termine la ultima nota. Las demás personas deberán mantenerse paradas en atención y los hombres deberán destocarse mientras el Himno es ejecutado.

Cuando las banderas están desplegadas, todos los presentes deberán mirar hacia la bandera y saludar en la forma prevista en el párrafo anterior.

ARTICULO VII

El himno del Estado Libre Asociado de Puerto Rico se tocara con el himno de los Estados Unidos de América y el Himno de cualquier país extranjero, en ceremonias oficiales en que existen una o mas de las siguientes condiciones:

1. Que el carácter de la ceremonia así lo amerite.
2. Que visitantes extranjeros de alto rango estén presentes.
3. Que así sea decidido por el Gobierno del Estado Libre Asociado. El orden en que se ejecutarían los Himnos en este caso sería el siguiente:
 - a. Himno del país extranjero.
 - b. Himno del Estado Libre Asociado de Puerto Rico.
 - c. Himno de los estados Unidos de América.

ARTICULO VIII

El himno del Estado Libre Asociado de Puerto Rico se tocara con el himno de lo Estados Unidos de América en todas las ceremonias oficiales, o en actos que revistan solemnidad publicas. El himno del Estado Libre Asociado de Puerto Rico se tocara siempre al finalizar la ceremonia y será seguido por el himno de los Estados Unidos de América.

ARTICULO IX

Este reglamento entrara en vigor a los treinta días después de su aprobación y la promulgación del mismo por el Secretario de Estado.

ARTICULO X

Cualquier violación a las disposiciones de este Reglamento consistirá un delito menos grave.

Promulgado de acuerdo con la ley del 2 de mayo 1960.

HISTORIA DEL HIMNO NACIONAL DE LOS ESTADOS UNIDOS DE AMERICA

Durante la Guerra de 1812, el 13 de septiembre de 1814, Francis Scott Key visitó a la flota británica en la Bahía de Chesapeake para tratar de lograr la libertad del Dr. William Beanes, quien había sido capturado después del incendio de la ciudad de Washington, DC. Key logró la libertad de Beanes, pero lo detuvieron a él en un barco esa noche, mientras atacaban al Fuerte McHenry, una de las defensas de la ciudad de Baltimore. Al amanecer, fue tal su felicidad al ver la bandera de Estados Unidos ondeando sobre el Fuerte, que empezó a escribir un poema para celebrarlo. El título del poema fue "La Bandera de Estrellas Centelleantes" y muy pronto éste logró amplia popularidad, siendo cantado con la música de la canción "To Anacreon in Heaven". El origen de la música no es muy claro, pero puede

haber sido compuesta por John Stafford Smith, un inglés nacido en 1750. "The Star Spangled Banner" se convirtió en el himno nacional oficialmente en 1931, aunque la Marina y el Ejército ya lo habían adoptado. La primera estrofa es la única conocida y cantada generalmente.

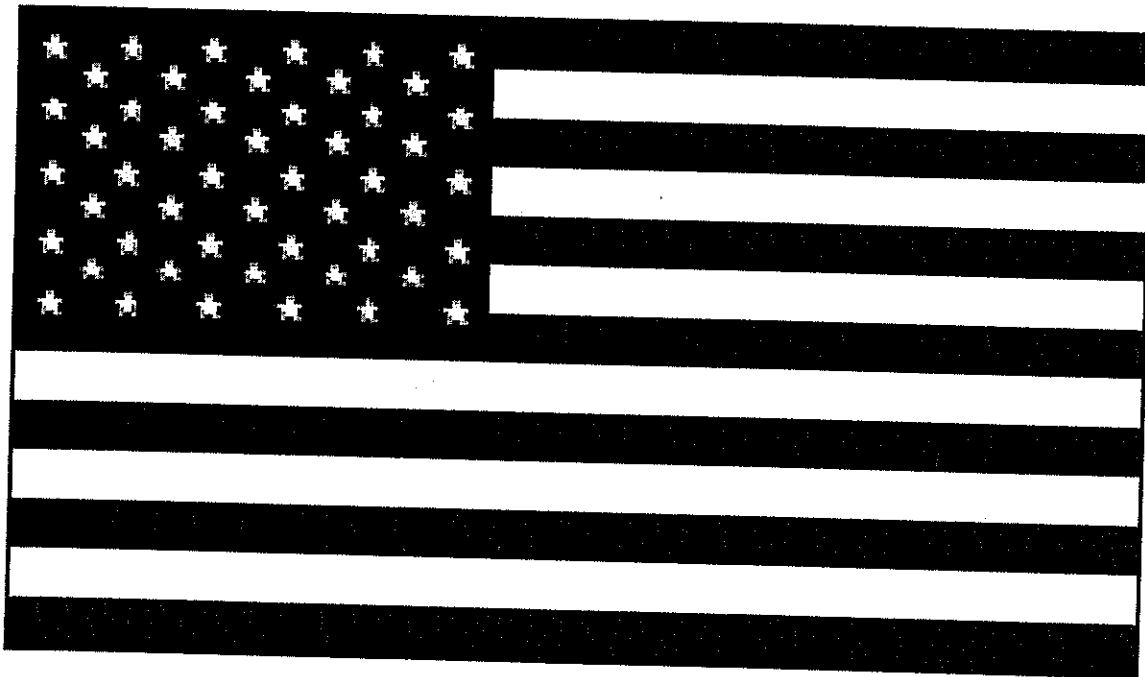
HIMNO DE LOS ESTADOS UNIDOS DE AMERICA

*Oh, say can you see
by the dawn's early light
What so proudly we hailed
at the twilight's last gleaming?*

*Whose broad stripes and bright star
thru the perilous fight,
O'er the ramparts we watched
were so gallantly streaming?*

*Ad the rocket's red glare,
the bombs bursting in air,
Gave proof through the night
that our flag was still there.*

*Oh, say does that star-spangled
banner yet wave
O'er the land of the free
and the home of the brave?*



ANEJO 3

ALFABETO MILITAR REFERENCIA

Código utilizado por la **ICAO** (*International Civil Aviation Organization*). La **ICAO** es un departamento de las Naciones Unidas. Originalmente el código era utilizado por el ejército americano para enviar mensajes que los enemigos no entendieran. Con su popularidad fue adoptado y utilizado por toda la aviación civil.

A = Alpha	
B = Bravo	
C = Charlie	
D = Delta	
E = Eco	
F = Foxtrot	
G = Golf	
H = Hotel	
I = India	
J = Juliet	
K = Kilo	
L = Lima	
M = Mike	
	N = November
	O = Oscar
	P = Papa
	Q = Quebec
	R = Romeo
	S = Sierra
	T = Tango
	U = Uniform
	V = Victor
	W = Whiskey
	X = X-ray
	Y = Yankee
	Z = Zulu

ANEJO 4

CODIGO DE CONDUCTA

Yo, _____ (en letra de molde) reconozco que los Cadetes Médicos Adventistas a los que voy a pertenecer son propiedad de Iglesia Adventista del Séptimo Día y por este medio declaro lo siguiente.

1. Reconociendo que debo poseer y mantener mente sana en cuerpo sano, me abstendré de usar todas aquellas sustancias que hagan daño a mi salud como bebidas alcohólicas, cigarrillos, drogas, etc.
2. Seré instruido en un programa de adiestramientos de alta calidad que incluye el desarrollo armonioso de las facultades físicas, mentales y espirituales, por tanto obedeceré las normas establecidas por el staff.
3. Cumpliré con las órdenes escritas y orales que definan los límites de terreno en cuanto a campamento, overnights y otras actividades que el staff crea conveniente.
4. Reconociendo que mi organización tiene que sufragar los gastos para la compra de equipo y materiales para el entrenamiento, pagare mi cuota de buena voluntad manteniéndola al día ya que la misma será usada para el mejoramiento de mi persona.
5. Siendo que tengo que utilizar uniforme, prometo hacer todo lo que este a mi alcance por conseguirlo, cuidarlo y usarlo siempre que haya reunión. También entiendo que no debo usar prendas mientras estoy uniformado. Vigilaré no hacer cosas indebidas o estar en lugares inapropiados para un cristiano mientras este uniformado. No usare mi uniforme o parte del mientras este fuera de las reuniones estipuladas por el staff.
6. Entiendo que es importante la asistencia a todas las reuniones presentadas por el staff. Por tal razón presentare una justificación por cada ausencia.
7. No haré uso de lenguaje profano, vulgar o de doble sentido.
8. Asistiré responsablemente y en actitud de respeto a todos los servicios religiosos estipulados por el staff.
9. Si por alguna razón ajena a mi voluntad tengo que retirarme de esta organización, usare el procedimiento correcto llenando una solicitud de licencia. Además me comprometo a guardar de manera responsable mis insignias. De no poder hacerlo, las entregare al staff. De ingresar nuevamente, procederé a llenar la solicitud de re-ingreso.
10. Aceptare cualquier medida que sirva de norma a mi presencia para que este en armonía con mi organización. Se y confió en el staff sobre las medidas convenientes a tomarse sobre mi persona.

Reconociendo que soy responsable de mis acciones y pensamientos y luego de haber estudiado con detenimiento este código de conducta, prometo bajo la dirección de Dios, con lo máximo de mis fuerzas, con mi honor y voluntariamente, cumplir con cada uno de los puntos antes mencionados.

FECHA

FIRMA

LICENCIAS

Son muchas las razones por las que tememos que podamos inactivarnos de los Cadetes Médicos Adventistas. Para ello, mencionamos a continuación los diferentes tipos de licencias que un cadete puede recibir. Estas son:

- A. LICENCIA HONORABLE- Se le otorga a un cadete que pida ser inactivo por alguna causa ajena a su voluntad y que estas le impidan desempeñar su posición y/o función. Su conducta ha sido loable y sus superiores dan fe de ello. Si el tiempo a inactivarse es de más de tres meses, es relevado de sus funciones. Si el tiempo a inactivarse es mayor de un año, tendrá que seguir las indicaciones del staff.

- B. LICENCIA AZUL- Se le otorga a un cadete que su conducta no haya sido la mejor. Se inactiva por un tiempo definido hasta según las instrucciones del staff. Su rango y posición se inactivaran hasta culminado el tiempo de la inactividad. El staff estudiara el caso de inactividad por más de seis meses para restituirlo en su rango y posición. El staff dictara como seguirá el cadete luego de su inactividad.

- C. LICENCIA DESHONORABLE- Se le otorga a un cadete que su conducta lo haga indeseable en el cuerpo. Se le despojara de su rango y su posición. Luego de cada año de la decisión de esta licencia el cadete tiene el derecho de apelar al staff a ver nuevamente su caso.