



*188 años caminando  
junto a nuestro pueblo*







ASÍ SOMOS N.º 108  
2017

Dirección general  
Cnrl. E.M.C. Arturo Velasco

Edición general  
Tcn. E.M. Erick Erazo  
Lcda. Oswaldo Orcés

Producción  
Capt. Daniel Granda  
Capt. Pablo Mancheno  
Lcda. Lorena Núñez

Diseño y diagramación  
Sgos. Juan Duque  
Slto. Omar Celi

Con la colaboración fotográfica  
del personal de oficiales,  
voluntarios y servidores  
públicos de las unidades del  
Ejército.

[www.ejercitoecuadoriano.mil.ec](http://www.ejercitoecuadoriano.mil.ec)

# Orgullosos de ser Soldado



**EJÉRCITO  
VENCEDOR**  
HONOR  
DISCIPLINA  
LEALTAD



# Batalla de Tarqui:

## 27 de Febrero de 1829

Hace 187 años se libró la Batalla de Tarqui entre las tropas grancolombianas, lideradas por los venezolanos Antonio José de Sucre y Juan José Flores, y el Ejército peruano, comandado por el ecuatoriano José de La Mar.

Fue el 27 de febrero de 1829 cuando el Portete de Tarqui, cercano a Cuenca, se convirtió en un espacio histórico, al ser testigo del triunfo que luego concluyó con la firma del Tratado de Girón, el que exigía a La Mar el retirar las tropas asentadas en territorios grancolombianos (Guayaquil y Azuay, entre otras zonas, que actualmente pertenecen al Ecuador).

El enfrentamiento evidenció la lucha entre dos visiones diferentes en relación a la construcción de los nuevos estados poscoloniales. Por una parte, La Mar quería un Perú donde Bolivia, y parte del Ecuador, formaran un proyecto económico-territorial; mientras que Simón Bolívar, el Libertador, defendía la consolidación de la futura Gran Colombia.

En la batalla participaron alrededor de 10 mil soldados, entre ambos ejércitos.

Tras el enfrentamiento, las bajas fueron considerables: Sucre habría perdido unos 400 hombres, mientras que La Mar habría perdido cerca de 2500, más 300 prisioneros, según los datos registrados por los grancolombianos.

La batalla consolidó a Sucre, quien recibía toda la confianza de Bolívar, como un estratega militar inigualable, y como uno de los próceres más importantes para la libertad sudamericana del yugo español, así como una figura clave dentro de la consolidación de la Gran Colombia, que terminaría al poco tiempo disolviéndose tras la gesta.

En el año 2016, la Asamblea Nacional declaró al 27 de Febrero como Día de Conmemoración Nacional por la Batalla de Portete de Tarqui; además, ratificaron esta fecha como el Día de la Unidad Nacional, del Civismo y del Ejército Nacional.



## ELEMENTOS ORIENTADORES DEL EJÉRCITO ECUATORIANO (2017-2021)

Continuando con la metodología para la formulación del Plan Institucional del Ejército Ecuatoriano, una vez desarrollada la descripción, diagnóstico institucional y el análisis situacional, se tienen los elementos orientadores y los objetivos estratégicos institucionales, los cuales fueron revisados y validados en el Seminario Taller de Validación de la I Fase, que comprende la formulación de la planificación del Plan de Gestión Institucional (PGI), para posteriormente ser aprobados en el Seminario del Comité Central de Armas, Servicios, Especialistas y Especialidades de la F.T.

Los elementos orientadores institucionales (EOI) permiten determinar al Ejército Ecuatoriano a dónde debe ir como institución. Sus componentes son: la visión, la misión y los valores institucionales.

### VISIÓN

Ser una institución al 2021 con alta efectividad operacional, capacidad de maniobra, personal profesional, ético y moralmente calificado, con un alto nivel de identidad e imagen institucional; con equipo, tecnología y medios modernos que garanticen la seguridad y defensa del territorio nacional.

### MISIÓN

La Fuerza Terrestre desarrolla el poder militar terrestre, preparando, entrenando y equipando al personal militar, mejorando su capacidad operativa de forma permanente y en todo el territorio nacional, para alcanzar los objetivos derivados de la planificación estratégica militar, a fin de coadyuvar en forma conjunta a la defensa de la soberanía e integridad territorial, contribuir en la gestión del Estado en el ámbito interno y el desarrollo de la nación.





# Cuerpo de Ingenieros del Ejército terminó la segunda fase del

## *Proyecto Hospital Docente Ambato*

El Cuerpo de Ingenieros del Ejército concluyó la construcción de la segunda fase del Hospital General Docente Ambato. Los militares ingenieros lideraron la ejecución de esta fase con el apoyo de personal técnico y obreros locales, generando 600 puestos de trabajo directo y más de mil indirectos.

En el área de construcción de aproximadamente 16 mil metros cuadrados, distribuidos en tres niveles, se cumplió con parámetros internacionales de calidad y seguridad; se utilizaron nuevos procesos constructivos y se instalaron modernos sistemas especiales, eléctricos, electrónicos, transmisión de voz y datos. En esta segunda fase la población contará con los servicios de consulta externa, hospitalización, hemodiálisis, rayos X, emergencia, laboratorios,

estadística, ginecología y pediatría, atendiendo a la población de las provincias cercanas como Cotopaxi, Tungurahua y Chimborazo.

Cabe destacar, que la tercera fase sigue en construcción hasta la conclusión íntegra de este proyecto, que sin duda dignificará el derecho a la salud.

### Hospital Básico Baños

En lo que se refiere al cantón Baños, la población ya cuenta con esta casa de salud de similares características donde se atenderán casos de baja y mediana complejidad y cuenta con infraestructura amplia y funcional.



# PERSONAL DEL EJÉRCITO ECUATORIANO *participó en proceso electoral*

Este 19 de febrero, 23 662 integrantes del Ejército, entre oficiales, personal de tropa, cadetes, aspirantes y conscriptos, participaron en el proceso electoral. Además, se utilizaron vehículos administrativos y tácticos para la movilización del material electoral y el personal.

De acuerdo al convenio entre el Consejo Nacional Electoral (CNE) y el Ministerio de Defensa se realizó el transporte aéreo, terrestre o fluvial del material y equipo electoral, desde las bodegas de almacenamiento determinadas por el CNE hasta las delegaciones provinciales electorales y, desde este punto hasta los recintos electorales y juntas receptoras del voto en todo el país.

Los miembros de Fuerzas Armadas transportaron los paquetes electorales, las urnas con los resultados, los equipos y materiales empleados y sobrantes hasta los lugares de almacenamiento determinados por las juntas provinciales electorales.

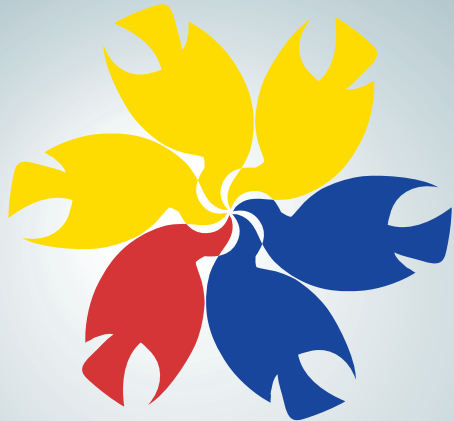
En lo que respecta a seguridad, Fuerzas Armadas fue la entidad encargada de custodiar el material y el equipo electoral a las Delegaciones Provinciales. Además, de brindar seguridad a las personas, edificaciones y bienes que se encuentren al interior de los recintos electorales, sedes del CNE y la sala de situación en el centro de mando que se ubicó en la ciudad de Quito.

Según un comunicado del Comando Conjunto de las Fuerzas Armadas: “El rol asignado a las Fuerzas Armadas se suscribe en estricto apego a la Constitución, Leyes y Reglamentos que determinan las responsabilidades de la institución militar durante las Elecciones Generales del 2017 y sobre la base del convenio...” Finalizaron manifestando que: “Le corresponde al Consejo Nacional Electoral el organizar, dirigir, vigilar y garantizar de manera transparente los procesos electorales, como lo establece la Ley Electoral”.









# CIRCUITO NUESTROS HÉROES

## 10K 8<sup>va</sup> edición

Porque tú también eres un héroe

Te esperamos este

7 DE  
MAYO



### INSCRÍBETE EN:

#### Guayaquil

- San Marino: Isla 2do piso diagonal a Nike
- Musicalísimo: Mall del Sol
- Village Plaza Mr. Books

#### Quito

- Musicalísimo: CCI, Bosque, El Recreo y Scala
- Almacén Rickie

#### Cuenca

- Musicalísimo: Mall del Río

#### Venta en línea

- [www.ticketshow.com.ec](http://www.ticketshow.com.ec)

Y participa en el sorteo  
de un automóvil AVEO FAMILY 0 km  
y una moto YAMAHA.







*Ven y sé parte de nuestro*  
**EJÉRCITO**  
**VENCEDOR**

*Adquiere una profesión de honor, sirviendo a tu Patria*



*Inscripciones abiertas*

[www.ejercitoecuadoriano.mil.ec](http://www.ejercitoecuadoriano.mil.ec), [www.esmil.mil.ec](http://www.esmil.mil.ec), [www.esforse.mil.ec](http://www.esforse.mil.ec)



**BODY**  
**!PASA LA VOZ!**



# APERTURA DE PRÉSTAMOS ISSFA

## QUIROGRAFARIOS

A partir del

**13 de**  
febrero

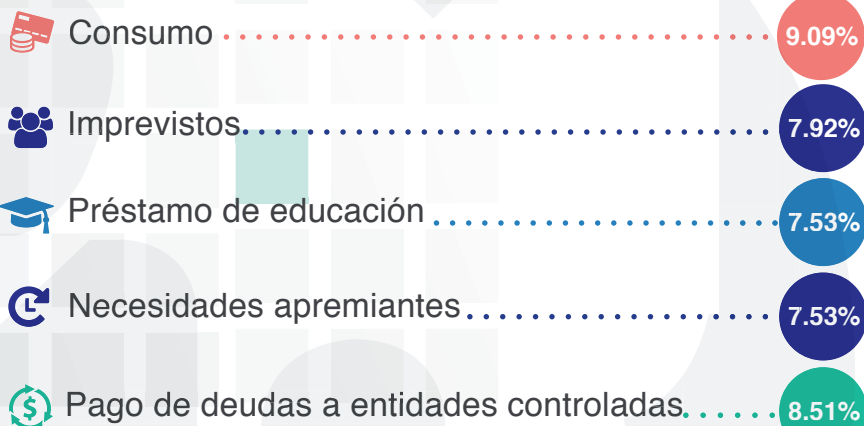
Evite aglomeraciones y adquiera su crédito a través de:

[www.issfa.mil.ec](http://www.issfa.mil.ec)

Oficina Virtual

Créditos

Tasas de interés anual para los diferentes tipos de préstamos quirografarios:



## HIPOTECARIOS

Adquiera su primera vivienda a través del convenio **Issfa-BGR** en las siguientes ciudades:



## HIPOTECARIOS

Requisitos:

[www.issfa.mil.ec](http://www.issfa.mil.ec)

Servicios en línea

Recuerde que:

Todo trámite e información se realiza únicamente en el Issfa.



# DECÁLOGO DE SEGURIDAD CON ARMAS DE FUEGO

## ACCIDENTES CON ARMAS DE FUEGO

1. Siempre que maneje un arma hágalo como si estuviese cargada.
2. Nunca pregunte si un arma está cargada o descargada; cerciórese por sí mismo y **no** accione el disparador.
3. Nunca apunte un arma cargada o descargada a objetivos a los cuales no piensa disparar.
4. Controle la boca de fuego de su arma cuando sufra una caída.
5. No mezcle las bebidas alcohólicas con el manejo de las armas de fuego.
6. Antes de cargar el arma revise la munición, debe estar limpia y seca. Los cartuchos defectuosos causan accidentes.
7. Antes de oprimir el disparador piense cual será la trayectoria que seguirá el proyectil.



# LA HIDRATACIÓN UN FACTOR IMPORTANTE

## *en el entrenamiento*



**D**urante una actividad física fuerte se pierde de 1.5 a 3.5 litros por hora de líquido a través del sudor. Además, durante entrenamientos intensos y competiciones deportivas la pérdida de agua puede retardar la sensación de sed y por eso el deportista puede dejar de beber sin haber completado su nivel óptimo de hidratación.

“Se requiere una pérdida de 1.5 a 2 litros de líquido para activar el mecanismo de la sed y este nivel de pérdida de agua ya tiene un impacto serio sobre el control de la temperatura”, explica la catedrática del Departamento de Nutrición de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense, Rosa Ortega Anta.

Esa es la principal razón por la que los deportistas no deben esperar a sentir sed para beber, sino que deben planificar su hidratación en función del tipo y duración de la actividad física para evitar la deshidratación.

### **Beber antes, durante y después**

Antes del ejercicio físico: lo recomendable, según un informe del Consejo Superior de Deportes es beber en torno a medio litro de líquido una o dos horas antes del ejercicio que permite un menor aumento de la temperatura central corporal y disminuye la percepción de esfuerzo. Durante el ejercicio: se debe empezar a beber pronto y con regularidad y



conseguir una hidratación óptima tomando entre 150-300 mililitros de fluidos cada 15/20 minutos, según el Colegio Americano de Medicina Deportiva.

Después del ejercicio: se deben reponer las pérdidas tomando entre 450-675 mililitros por cada 0.5 kilos de peso perdido. “Es muy importante beber justo al acabar el ejercicio, es cuando el cuerpo está muy deshidratado y se queda sin glucógeno. La reposición durante la primera hora tras el ejercicio es muy valiosa para que el cuerpo se recupere”, apunta la experta.

### **Agua sí, pero bebidas isotónicas también**

Beber agua en la práctica deportiva es fundamental, pero también es aconsejable reponer la pérdida de electrolitos. Algunos participantes en el Congreso de Hidratación de Madrid subrayaron la necesidad de concienciar al deportista aficionado para que consuma bebidas isotónicas, sobre todo en ejercicios intensos y prolongados.

En actividades más suaves basta el agua para la reposición hídrica ya que los electrolitos pueden conseguirse también a través de la comida.

Los electrolitos son partículas que ayudan a regular el equilibrio de los líquidos del organismo. Los más importantes son el sodio, el cloro y el potasio. Si no hay suficientes se pueden producir síntomas de deficiencia como calambres musculares, debilidad y apatía. El sudor arrastra electrolitos y minerales como el magnesio, calcio, zinc, hierro... e incluso vitaminas, aunque la pérdida de agua siempre supera a la de partículas.

“Alternar agua y bebida deportiva es una buena combinación, apunta Rosa Ortega, ya que las isotónicas no solo reponen electrolitos, sino que también favorecen que el organismo absorba el líquido”.

### **Bebidas deportivas con hidratos de carbono**

Otro aspecto de las bebidas isotónicas es que aportan hidratos de carbono que proporcionan

energía para el músculo y ayudan al organismo a mantener una concentración adecuada de glucosa en sangre.

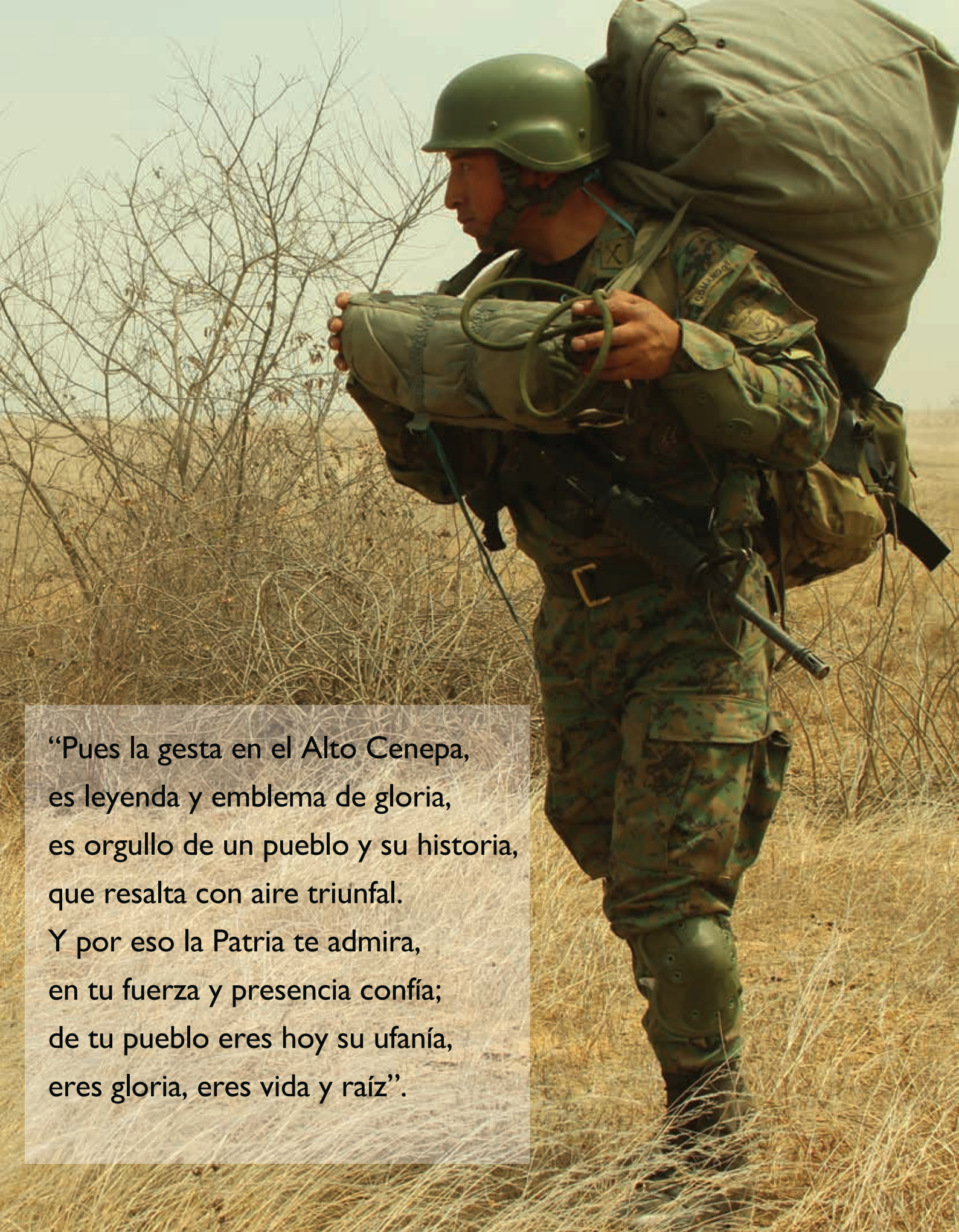
Estos preparados de sabor agradable y, por tanto, más fáciles de consumir cuando son ricos en sodio, contribuyen a mantener el estímulo de la sed y favorecen la retención de líquidos a nivel renal.

Pero no solo hay que beber, también es conveniente comer ligero antes del ejercicio físico dejando el tiempo suficiente para hacer la digestión de los alimentos. Si la actividad física es por la mañana, en ningún caso hay que saltarse un desayuno rico en cereales y zumo de frutas.

El agua es el principal nutriente del cuerpo humano y está presente en un 60 % del peso. Los organismos de salud recomiendan un consumo diario medio de 2 litros de agua para las mujeres y 2.5 para hombres, con el fin de evitar la deshidratación que, si llega al 2 % puede afectar al rendimiento y a las habilidades cognitivas y puede causar la muerte si perdemos el 10 %.







“Pues la gesta en el Alto Cenepa,  
es leyenda y emblema de gloria,  
es orgullo de un pueblo y su historia,  
que resalta con aire triunfal.  
Y por eso la Patria te admira,  
en tu fuerza y presencia confía;  
de tu pueblo eres hoy su ufanía,  
eres gloria, eres vida y raíz”.