

# GUÍA DE INGRESO



MODALIDAD CURSO DE INTEGRACIÓN MILITAR  
CUIM

## ETAPA 1

### REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN CURSO DE INTEGRACIÓN MILITAR (CUIM)

- Ser argentino/a nativo/a o por opción.
- Sexo: masculino o femenino.
- Edad: Tener hasta 30 años.
- Estado Civil: sin restricciones.
- En caso de estar embarazada deberás aprobar el examen académico de ingreso, quedando diferido el examen de pruebas físicas hasta el momento en que readquieras tu disposición y capacidad a tales efectos, conforme lo determine examen de aptitud médico; el examen psicofísico se realizará también en esta oportunidad. Tu alta como aspirante de primer año se producirá una vez que se cumplan todos los requisitos de ingreso, con la siguiente promoción que inicie su carrera.
- Haber aprobado el nivel de educación secundaria.
- Reunir los requisitos de aptitud psicofísica que establece el Reglamento de Aptitud Psicofísica para el Personal Militar de la Armada Argentina.
- El personal que resultare apto del examen psicofísico, deberá rendir las siguientes pruebas físicas: Coordinación / Fuerza abdominal / Fuerza de brazos / Resistencia aeróbica / Flexiones de brazos en la barra / Nado libre 25 metros parte baja / Flotación / Riñonada / Nado subacuático / Salida del nadorio / Prueba combinada / Salto de arrojito / Emerger con seguridad / Nado libre .
- No registrar Antecedentes Penales. Mientras obtiene el Certificado de Antecedentes Penales, el postulante firmará una declaración jurada en la cual quede expresa la inexistencia de antecedentes y su aceptación para ser dado de baja en caso de registrarlos.
- No haber sido dado de baja de establecimientos militares por conducta o ineptitud militar profesional con prohibición de reingreso.
- Postulantes con estudios cursados en el extranjero: serán inscriptos quienes hayan cursado estudios en establecimientos educativos en el extranjero, siempre que estén validados a nivel nacional por el Ministerio de Educación y Deportes (Dirección de Validez Nacional de Títulos y Estudios: Montevideo 950, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, TE 011-4129-1329 / 0800-222-8683).



## ETAPA 1

### ¿CÓMO ME INSCRIBO?

- Ingresar al sitio web:

<https://sinu.incorporacion.armada.mil.ar/>



**CLIC EN LA MODALIDAD  
EN LA QUE QUERÉS INSCRIBIRTE**



Oficial de la Armada  
ESCUELA NAVAL MILITAR (CADETE)

Inicio 19/04/2021  
Cierre 01/10/2021

Inscribirse



Oficial de la Armada  
ESCUELA NAVAL MILITAR - EGRESADOS  
UNIVERSITARIOS (CUINA)

Inicio 03/08/2021  
Cierre 24/09/2021

Inscribirse



Suboficial de la Armada  
ESCUELA DE SUBOFICIALES DE LA ARMADA  
(ASPIRANTE)

Inicio 19/04/2021  
Cierre 01/10/2021

Inscribirse



Servicio Militar Voluntario  
COMANDO DE INSTRUCCION Y  
EVALUACION DE IM

Inicio 19/04/2021  
Cierre 31/12/2021

Inscribirse

## ETAPA 1

- Para registrarte en este sitio deberás contar con una cuenta de correo electrónico personal.

The image shows a registration form titled 'Registro' for 'Suboficial de la Armada' at the 'ESCUELA DE SUBOFICIALES DE LA ARMADA (ASPIRANTE)'. The form includes fields for 'Apellidos', 'Nombres', 'DNI', 'Correo electrónico', 'Confirmar Correo electrónico', 'Contraseña', 'Confirmar contraseña', 'Modalidad a inscribirse', and 'Delegación - Oficina'. A 'Registrarse' button is at the bottom. Three callout boxes provide instructions: 1) 'Ingresar APELLIDO/S y NOMBRE/S tal como figura en el D.N.I.' points to the name fields. 2) 'Ingresar D.N.I sin puntos ni espacios' points to the DNI field. 3) 'Es importante preservar el Correo ingresado en esta casilla ya que será utilizado en otras instancias del proceso de ingreso' points to the email field. A fourth callout box states: 'Una vez realizada esta gestión el sistema te enviará un e-mail con un link de confirmación y la documentación que deberás presentar durante la entrevista.' pointing to the 'Registrarse' button.

**Registro**  
Video ayuda para el Registro

Suboficial de la Armada  
ESCUELA DE SUBOFICIALES DE LA ARMADA  
(ASPIRANTE)

Apellidos

Nombres

DNI

Correo electrónico

Confirmar Correo electrónico

Contraseña

Confirmar contraseña

Modalidad a inscribirse  
ESCUELA DE SUBOFICIALES DE LA ARMADA

Delegación - Oficina  
Seleccione la más cercana

Registrarse

**Ingresar APELLIDO/S y NOMBRE/S tal como figura en el D.N.I**

**Ingresar D.N.I sin puntos ni espacios**

**Es importante preservar el Correo ingresado en esta casilla ya que será utilizado en otras instancias del proceso de ingreso**

**Una vez realizada esta gestión el sistema te enviará un e-mail con un link de confirmación y la documentación que deberás presentar durante la entrevista.**

**Seleccionar la MODALIDAD en la que querés inscribirte**

## ETAPA 1

### ENTREVISTA

Confirmada tu cuenta, la Delegación y/u Oficina de Incorporación te asignará una fecha de entrevista. A través de la misma se establece el contacto con el ciudadano, se recepciona la documentación solicitada y se confirma la postulación.

#### DOCUMENTACIÓN A PRESENTAR EN LA PRIMERA ENTREVISTA:

(que deberás descargar del e-mail de confirmación enviado por el sistema durante tu registro)

- CARTA DE COMPROMISO
- DECLARACIÓN JURADA DE SALUD
- ASPECTO A TENER EN CUENTA AL INSCRIBIRSE PARA CUALQUIER MODALIDAD.

### DOCUMENTACIÓN

Confirmada tu postulación, deberás completar la SOLICITUD DE INGRESO (Ingresando, nuevamente, al sitio web: <https://sinu.incorporacion.armada.mil.ar> con tu USUARIO y CONTRASEÑA). Una vez realizado este paso deberás presentarte en la Delegación Naval u Oficina de Incorporación en la que te inscribiste con la siguiente documentación en un sobre:

- Autorización para requerir Antecedentes Judiciales (Art. 51 Código Penal – Ley N° 23057) por duplicado.
- Fotocopia autenticada de la Partida de Nacimiento (legalizada por el Registro Civil correspondiente).
- **Título y Analítico Secundario (ORIGINAL)** debidamente legalizado ante el Ministerio de Educación y Dos (2) fotocopias de los mismos. En caso de no poseerlo, deberá presentarse fotocopia del Libro Matriz, o constancia de título en trámite.
- Dos (2) copias de la Constancia de emisión de “Certificado de Antecedentes

Penales” otorgado por el Registro Nacional de Reincidencia del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos ([www.dnrec.jus.gov](http://www.dnrec.jus.gov)), según lo indicado en el Inciso f del Artículo 8° de la Ley Nro. 22.117, a tenor de lo dispuesto en el Artículo 5° del Anexo a la Ley Marco de Regulación de Empleo Público Nacional Ley Nro. 25.164. Este certificado deberás solicitarlo ante la autoridad señalada con posterioridad al 31 de marzo del año de inscripción. La falta del mismo anula automáticamente la inscripción.

- Fotocopia o impresión de Internet de la constancia de CUIL.
- Dos (2) fotocopias del Documento Nacional de Identidad. Se podrá presentar constancia expedida por el Registro Nacional de las Personas cuando se encuentre en trámite, debiendo presentar el DNI, como último plazo, el día de cierre de inscripción; caso contrario, la misma quedará anulada automáticamente.
- Fotocopias autenticadas de Diplomas/Títulos privados, provinciales, nacionales o extranjeros, de cursos realizados en forma complementaria a tu formación secundaria, que acrediten idoneidad en el área del conocimiento en la que se inscribe.
- Declaración Jurada de Sanidad.

### CASOS PARTICULARES:

#### HIJOS:

- Fotocopia de Partida de Nacimiento de los hijos autenticada por autoridad competente, DNI y CUIL.

#### MATRIMONIO O UNIÓN CONVIVENCIAL:

- Fotocopia de acta de matrimonio o unión convivencial autenticada por autoridad judicial.
- Fotocopia del DNI y CUIL del cónyuge o conviviente.
- Certificado de divorcio o acta de defunción en caso de viudez.

- En caso de estar embarazada deberás aprobar el examen académico de ingreso, quedando diferido el examen de pruebas físicas hasta el momento en que readquieras tu disposición y capacidad a tales efectos, conforme lo determine examen de aptitud médico; el examen psicofísico se realizará también en esta oportunidad. Tu alta como cadete/ aspirante de primer año se producirá una vez que se cumplan todos los requisitos de ingreso, con la siguiente promoción que inicie su carrera.

## VALIDACIÓN

Conformado y enviado el Formulario y presentada la documentación física requerida en la segunda entrevista, deberás solicitar, a través del sistema SINU, la validación de toda la documentación e información suministrada a la Delegación u Oficina de Incorporación correspondiente.

Las novedades de faltantes y/o errores en la carga o en la documentación presentada te será comunicada vía mail para que puedas corregir, enmendar o completar la información.

Una vez completada la validación de la documentación y datos personales las Delegaciones y/u Oficinas de Incorporación generarán la constancia de Inscripción que contendrá un Código QR con el cual se te podrá identificar y acceder a tu información digitalizada.

Oportunamente y a través de la página web de la Escuela de Suboficiales de la Armada se informarán las fechas de los exámenes Psicológicos, Académicos, médicos y pruebas físicas.



## ETAPA 2

### ¿CÓMO SON LOS EXÁMENES?

#### EVALUACIÓN DE PERFIL LABORAL Y DE INGRESO

La evaluación consiste en un conjunto de exámenes y prácticas de diagnóstico, realizadas con el fin de determinar si como postulante contás con el perfil laboral esperable, conforme a los estándares de aptitud que fija la Armada y el perfil de ingreso a los institutos de formación de la Armada Argentina.

Si bien el resultado de dicha evaluación es determinante para tu ingreso, la clasificación "No reúne Perfil" no significa necesariamente presencia de indicadores de patología sino carencias de ajuste o idoneidad para el perfil de ingreso al momento de evaluación.

Las mencionadas evaluaciones se realizarán en las diferentes Bases Navales, Institutos de Formación, Delegaciones Navales, Oficinas de Incorporación y puntos de apoyo que la Armada Argentina posee a lo largo del territorio Nacional. Oportunamente, Las Delegaciones Navales y Oficinas de Incorporación, comunicarán lugar, fecha y horarios de presentación para la toma de las evaluaciones.

Los turnos destinados a los exámenes serán publicados en el sitio web de la escuela.

#### Consideraciones generales sobre la preparación y el ingreso

Un buen examen de ingreso te asegura estar en condiciones de afrontar los estudios en la Escuela de Suboficiales de la Armada, evitando que debas abandonar la carrera por falta de base académica.

#### Las principales dificultades observadas al momento de rendir son:

- Escasa preparación física.
- Estudio incompleto y/o escasa profundidad en el conocimiento de los programas de ingreso.
- Dificultades en la expresión, redacción, ortografía y comprensión de textos.

- Dibujo y caligrafía defectuosos.
- Dificultad para interpretar un problema y plantear su solución.
- Conocimientos memorísticos de cálculos y fórmulas sin razonar.

#### EVALUACIÓN ACADÉMICA

Consiste en una **evaluación online** a través de una plataforma informática que brinda el soporte necesario para la realización de los DOS (02) exámenes académicos.

Para la ejecución de dicha evaluación, recibirás un correo electrónico a la dirección que registraste en tu ficha de ingreso. A través de este e-mail, se enviará un usuario y contraseña para que puedas acceder al sistema de exámenes, con el día y horario estipulado.

La finalidad de esta etapa es verificar el nivel académico requerido para iniciar los estudios.

#### LAS MATERIAS QUE SE EVALUARÁN EN LOS EXÁMENES ACADÉMICOS SON:

- MATEMÁTICA
- COMPRENSIÓN Y PRODUCCIÓN DE TEXTOS

*La exigencia académica será evaluada en forma continua desde el ingreso y es un requisito de permanencia y egreso de las escuelas.*



## PROGRAMA DE MATERIAS ACADÉMICAS

### PROGRAMA DE LA MATERIA MATEMÁTICA

- Elementos de la lógica proposicional. Proposiciones. Proposiciones compuestas. La disyunción, la conjunción, la negación, la implicación, la equivalencia lógica. Tablas de verdad. Condicionales: asociados, contrario, recíproco y contrarrecíproco. Expresión del condicional en términos de condición necesaria y condición suficiente.
- Números. Operaciones con números reales: suma algebraica, multiplicación, división, potenciación y radicación. Uso de paréntesis. Divisor común máximo y múltiplo común mínimo. Razones y proporciones. Regla de tres simple directa, inversa y compuesta.
- Polinomios. Polinomios de una variable. Operaciones con monomios y polinomios. Productos de monomios. Cuadrado y cubo de Factorización. Divisor común máximo y múltiplo común mínimo de expresiones algebraicas enteras. Expresiones algebraicas fraccionarias: simplificación, reducción a común denominador, operaciones. Potencias con exponentes fraccionarios: propiedades. Radicales: propiedades, simplificación, reducción a común índice, extracción fuera del radical, introducción de factores en el mismo. Operaciones con radicales. Racionalización de denominadores
- Logaritmos: definición y propiedades.
- Ecuaciones. Resolución de ecuaciones de primer grado con una incógnita. Resolución analítica de sistemas de ecuaciones de primer grado con dos incógnitas. Resolución gráfica. Ecuación de segundo grado. Resolución. Propiedades de las raíces. Reconstrucción de la ecuación de segundo grado.
- Segmentos. Operaciones con segmentos. Ángulos. Clasificación y propiedades de los ángulos: complementarios, suplementarios, adyacentes, alternos, conjugados, correspondientes y opuestos por el vértice. Bisectriz de un ángulo. Figuras planas. Triángulos: clasificación. Alturas, medianas, mediatrices y bisectrices. Teorema de Pitágoras. Paralelogramos, cuadrado, rombo, rectángulo. Propiedades. Circunferencia y círculo. Perímetro y área de figuras planas. Cuerpos geométricos básicos: cubo, prismas, cono, cilindro y esfera. Superficie y volumen de los cuerpos.

#### *Bibliografía sugerida*

Matemática 6, 7 y 8. Editorial Santillana.  
 Matemática 8 y 9 Fabián José - Editorial Nuevas Propuestas.  
 Nuevo Activados 4, 5 y 6. Matemática. Puerto de Palos (2017). Matemática

para Pensar. Effenberger. Editorial Kapeluz (2011)

### PROGRAMA COMPRENSIÓN Y PRODUCCIÓN DE TEXTO

- La comunicación. Concepto. Factores que intervienen en la situación comunicativa. Funciones del lenguaje. Secuencias textuales: narración, diálogo, descripción, exposición y argumentación. La oralidad y la escritura: características y diferencias. Registro formal e informal. Objetividad y subjetividad en el lenguaje. La comunicación académica y profesional. Características.
- La exposición. Concepto. La exposición y las técnicas de estudio. La lectura global y analítica. Subrayado y notación marginal. El resumen y la síntesis. El mapa conceptual.  
 La coherencia y la cohesión. Tema global y progresión temática. Recursos cohesivos. Conectores y modalizadores. Organización general y particular del discurso expositivo-explicativo. Estructura. La relación tema/título. El párrafo. Tipos de párrafos. Estrategias explicativas: reformulación, paráfrasis, ejemplificación, cita de autoridad, clasificación, definición.
- La argumentación. Concepto. Organización del texto argumentativo. Estrategias. La tesis: modos de formulación. La refutación y la concesión. Conectores propios de la argumentación.
- La escritura como actividad de resolución de problemas.  
 Procesos involucrados en la escritura: planificación, puesta en texto y revisión. Cuestiones de gramática y normativa. Ortografía. Uso de mayúsculas y minúsculas. Puntuación. Queísmo y dequeísmo.

#### *Bibliografía sugerida*

Carlino, Paula, Escribir, leer y aprender en la universidad, Madrid, Fondo de Cultura Económica, 2005  
 García Negroni, M. El arte de escribir bien en español. Manual de corrección de estilo. Buenos Aires, Ed. Argos, 2004  
 Montolío, Estrella. Manual práctico de escritura académica. Barcelona, Editorial Ariel, 2000  
 Real Academia Española. Nueva gramática de la lengua española. Madrid, Ed. Planeta, 2010  
 Serafini, M. T., Cómo se escribe. Barcelona, Ed. Paidós, 1998  
 Lectura Obligatoria  
 “El Combate Perpetuo” Marcos Aguinis.  
 “Facundo” Domingo Faustino Sarmiento (Capítulo I)

*Un buen examen de ingreso te asegura estar en condiciones de afrontar los estudios en la Escuela de Suboficiales de la Armada, evitando que debas abandonar la carrera por falta de base académica.*

## ETAPA 3

### ESTUDIOS MÉDICOS PRELIMINARES

Quienes hayan obtenido las mejores calificaciones en los exámenes académicos y sean preseleccionados por el perfil laboral y de ingreso serán convocados a la Escuela, para efectuarse los exámenes de aptitud médica. En esta oportunidad, deberán presentarse con la batería de estudios y análisis médicos requeridos (detallados a continuación). La realización y la oportunidad de los estudios médicos es una responsabilidad individual de cada postulante.

#### AL ARRIBAR AL INSTITUTO DE FORMACIÓN DEBERÁS PRESENTAR LOS SIGUIENTES ESTUDIOS:

- **LABORATORIO:**

- Hemograma completo
- Grupo y factor
- Hepatograma (got – gpt – fal – bilirrubinemia)
- Perfil lipídico (colesterol total – hdl – ldl – triglicéridos)
- Serologías (vdrl – hbsag – anti hbs – ac para vha – chagas)

- **ORINA COMPLETA**

- Glucemia en ayunas

- **TEST EMBARAZO**

- **RADIOGRAFÍAS:**

- Rx. tórax (frente) con informe
- Espinograma (frente y perfil) con informe

- **ELECTROCARDIOGRAMA CON INFORME**

- **OFTALMOLOGÍA:**

- Agudeza visual sin corrección
- Visión cromática

- **OTORRINOLARINGOLOGÍA:**

- Audiometría con tabla FOWLER SABINE

- **NEUROLOGÍA:**

- Electroencefalograma con informe

- **EN PERSONAL FEMENINO:**

- Examen ginecológico. Pap y colposcopia con informe médico y este estudio podrá ser presentado, con una antigüedad de hasta 6 meses del ingreso al PSP.

- **EXAMEN ODONTOLÓGICO**

- No se podrá ingresar con múltiples caries (se considera no más de tres inclusive). Deberás tener en número de piezas dentarias sanas o con prótesis en correcto estado de adaptación como mínimas y necesarias entre molares e incisivos, que aseguren una adecuada oclusión.

Estos estudios serán requeridos el día de los exámenes médicos. En caso de no contar con los mismos, quedarás excluido del proceso de selección, ya que no se podrá establecer fehacientemente la aptitud médica para el ingreso.

Los estudios no deberán tener una antigüedad superior a los sesenta (60) días de la fecha estipulada (teniendo en cuenta la fecha de inicio del Periodo Selectivo Preliminar)

En caso de interrupción de la lactancia deberás presentar certificado médico.

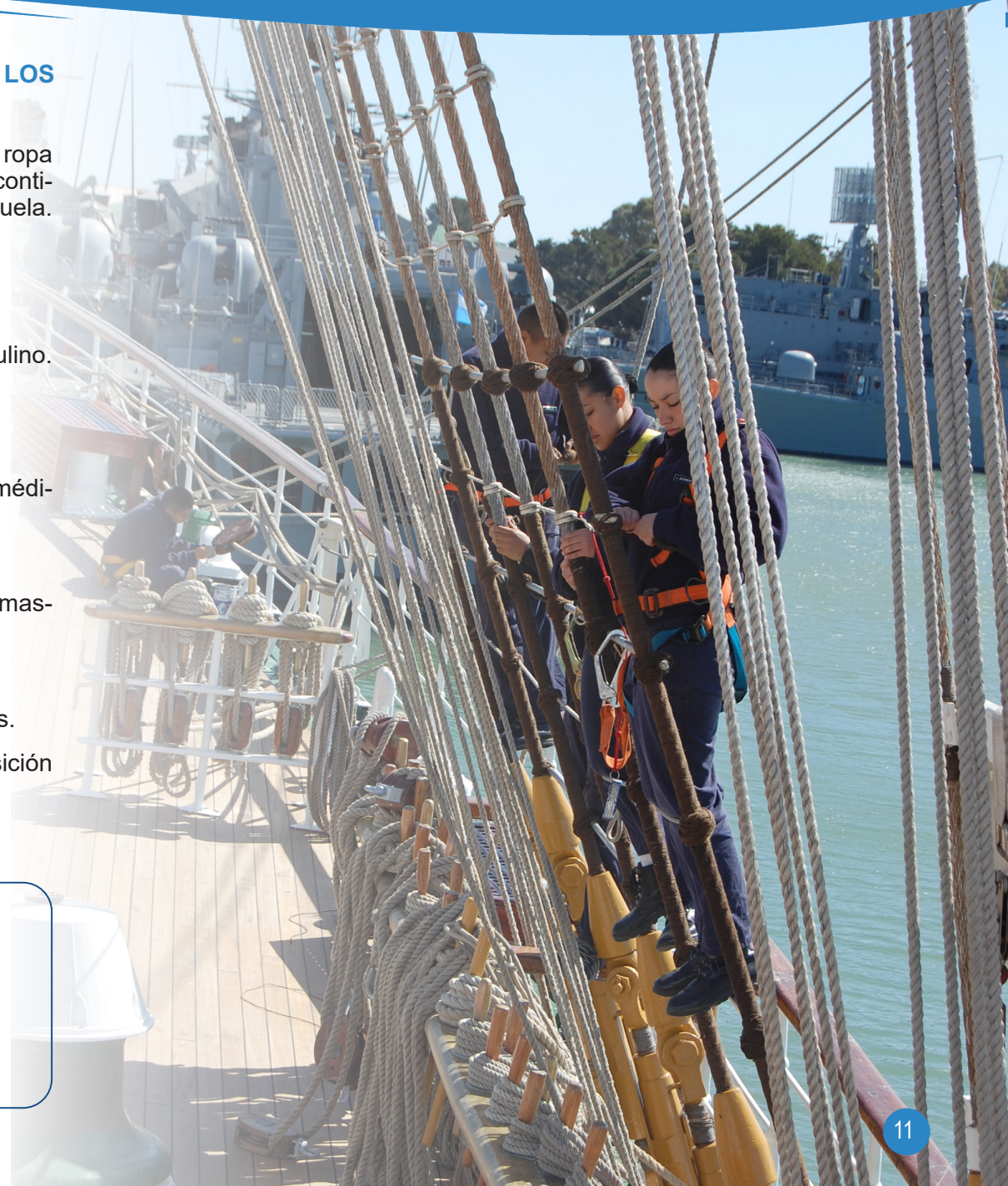
## LOS CONVOCADOS A ESTA ETAPA SERÁN EVALUADOS EN LOS SIGUIENTES ASPECTOS PSICOFÍSICOS:

**Importante:** la concurrencia a la revisión médica de aptitud será con ropa deportiva para facilitar la misma. La aptitud médica se evalúa en forma continua desde el ingreso y es un requisito de permanencia y egreso de la escuela.

- Examen de parámetros biométricos (peso, talla, I.M.C.).
- Talla mínima 1,55 personal femenino / Talla mínima 1,60 personal masculino.
- Índice Masa Corporal: entre 18 y 30.
- Auscultación de campos pulmonares y área cardíaca.
- Entrevista con profesional médico para conocer sobre antecedentes médicos, medicación habitual, cirugías, enfermedades de base, etc.
- Examen de esqueleto y osteoarticular de columna y extremidades.
- Se constata ausencia de hernias umbilicales e inguinales (femenino y masculino).
- Examen genital (masculino).
- Se constata ausencia de hemorroides externas y lesiones periorificiales.
- Examen de laboratorio Toxicológico con el objetivo de verificar la exposición a drogas lícitas y/o ilícitas.

### **OBSERVACIÓN:**

La Armada Argentina estableció como política institucional la prohibición del consumo (“tolerancia cero”) de drogas lícitas y/o ilícitas para su personal militar. En este sentido, el instituto de formación, se reserva el derecho de efectuar los análisis convenientes para detectar el consumo de estupefacientes.



## CONDICIONES FÍSICAS DE INGRESO AL INSTITUTO DE FORMACIÓN

El examen médico de ingreso tendrá como propósito asegurar que reúnas las condiciones psicofísicas que se requieren como Aspirante, sirviendo para evitar tareas que pudiesen causarte perjuicios para tu salud y/o a terceros, y no sean acordes con tu aptitud.

**Importante:** Estas exigencias médicas están dirigidas a constatar que poseas las características de salud necesarias para afrontar las exigencias y riesgos inherentes a la profesión militar.

En caso que se requiera cirugía para corregir una patología, deberás asegurarte que al momento de la presentación al Período Selectivo Preliminar (PSP), hayas sido dado de alta y no presentes impedimentos para el desarrollo de TODAS las actividades.

**Las limitaciones, aunque sean parciales, serán causa de no admisión.**

Los estudios y exámenes que se realizan para el ingreso, no garantizan la detección de todas las afecciones que son causales de ineptitud. Dado que las mismas pueden aparecer con posterioridad, quienes aprueben los exámenes médicos serán calificados como “APTOS CONDICIONALES”. Esta condición se mantendrá hasta completar la totalidad de las etapas requeridas.

La condición de aptitud física deberá mantenerse durante el período de formación. En caso de perderse y/o se descubriese alguna causal de ineptitud no detectada inicialmente, se producirá la baja.

Previo al examen físico, estudios y prácticas especializadas, deberás efectuar una evaluación psicológica para determinar el Perfil Laboral y de Ingreso, a fin de reconocer si posees una personalidad y/o carácter compatible con la vida militar.

De “reunir el perfil”, realizarás posteriormente todos los estudios necesarios para determinar tu aptitud médica para el ingreso a la Armada, de acuerdo a lo establecido en el Reglamento de Aptitud Psicofísica del Personal de la Armada.

**Quienes no reúnan las características del perfil laboral y de ingreso requerido, quedarán apartados del proceso de selección para el ingreso.**

### NORMA GENERAL

Serán causa de rechazo las deformaciones, afecciones, lesiones y demás trastornos congénitos o adquiridos, cuando se considere que, por su naturaleza, magnitud y/o carácter evolutivo comprometa la esfera psíquica y/o física constituyendo un impedimento para el servicio.

### ASPECTO GENERAL

**A.** Deben considerarse la proporcionalidad, el biotipo (forma corporal determinada por características físicas individuales) y la composición corporal, de manera tal que el candidato pueda cumplir las exigencias particulares del entrenamiento físico y las exigencias generales del servicio naval, sin que las mismas le ocasionen perjuicios inmediatos o futuros en su salud.

La estatura mínima para ingreso de varones será de 1,60 metros y para ingreso de mujeres será de 1,55 metros.

**B.** En general, la relación entre los parámetros peso, estatura y perímetro torácico debe poder considerarse como “desarrollo corporal armónico”, que no dificulte o impida el correcto desempeño de la actividad militar, pero sobre todo que posibilite resguardar la integridad física del postulante y de los otros participantes que trabajen en función de equipo al enfrentarse a situaciones con dificultades propias de las actividades militares, reales o de entrenamiento.

Particularmente, la relación entre el peso y la altura, en términos de masa corporal no debe exceder el TREINTA POR CIENTO (30 %) ni encontrarse por debajo del DIECIOCHO POR CIENTO (18 %)

## SON CAUSAS DE NO INGRESO

### ESQUELETO

1. Las afecciones de la columna lumbar (discopatías, espondilolisis, espondilolistesis, etc.), recurriendo de ser necesario al estudio radiológico y evaluación traumatológica para ponerlas de manifiesto.
2. Las desviaciones leves de la columna vertebral y las deformaciones torácicas poco acentuadas, podrán ser toleradas si no se compromete alguna función de la correcta posición militar, ocasionaría el deterioro progresivo del esqueleto, con preponderancia en individuos jóvenes.
3. La carencia anatómica o alteración funcional del índice o pulgar. La carencia de una falangeta entre los otros tres dedos de ambas manos y, asimismo, los que padezcan de polidactilia, rigidez y deformación de un dedo o pérdida total de dos falanges de un dedo. Estas condiciones son requeridas para la manipulación y empleo de armamento y equipos actualmente en uso.
4. La sindactilia marcada que afecta la función de la mano.
5. El genu-valgus y el genu-varus constituyen contraindicación solamente cuando, por su acentuación, comporten un impedimento para la marcha normal.
6. El hallux-valgus, el dedo en martillo y la superposición de los dedos, marcados o que se acompañen de dolor y de evidentes trastornos tróficos de los tejidos blandos originados por la presión del calzado. Se admitirá la falta de un dedo en los pies, siempre que no sea la del dedo gordo cuya integridad se exigirá.  
El pie cavo, solamente se rechazará cuando se presenten deformaciones osteo-articulares importantes con alteraciones de la mecánica funcional. El pie plano marcado con valgo del retropie y descenso de la cabeza del astrágalo.
7. La dirección viciosa de los miembros.
8. Serán contraindicaciones formales las osteítis, las osteomielitis, las osteoporosis, las exostosis voluminosas o dolorosas y las pseudoartrosis. Los callos óseos de fracturas solamente cuando adolezcan de un vicio de organización, cuando sean exuberantes, cuando deformen la topografía regional, cuando modifiquen la normal dirección del hueso o cuando determinen acortamiento de un miembro.

### ARTICULACIONES

Las artritis y artrosis, las anquilosis, las luxaciones congénitas o adquiridas recidivantes, los procesos crónicos periarticulares y sinoviales.

### MÚSCULOS

Las miositis crónicas, las atrofas musculares, las retracciones tendinosas y aponeuróticas, las secciones tendinosas y los procesos crónicos de las vainas tendinosas.

### CICATRICES

Las cicatrices que por su extensión, caracteres o localización, comporten una real disminución de la resistencia local, una incapacidad fisiológica o una incompatibilidad funcional evidente.

### HERNIAS

Las hernias de cualquier naturaleza o localización.

### APARATO CIRCULATORIO

#### A. Corazón.

1. Las afecciones del miocardio, endocardio, hipertrofias, dilataciones, cardioesclerosis, miocarditis, infarto o insuficiencia cardíaca.
2. Las pequeñas desviaciones de posición no derivadas de las afecciones mencionadas, no serán causa de rechazo.
3. Las afecciones orificiales y valvulares y los soplos orgánicos serán una contraindicación absoluta. Los soplos anorgánicos no serán causa de rechazo.
4. Las pericarditis crónicas, los derrames pericárdicos y las sínfisis pericárdicas.
5. Las cardiopatías congénitas, aún las reparadas, si persisten fallas funcionales.

6. Los trastornos del ritmo de carácter permanente o transitorio. Las taquicardias sinusales (emotiva, medicamentosa, etc.), no determinarán ineptitud. Las ocasionadas por enfermedad orgánica serán causa de rechazo.

7. La bradicardia sinusal si se acompaña de síndrome de Stokes-Adams, o es provocada por una enfermedad orgánico-funcional definida, serán causa de rechazo.

8. La fibrilación y aleteo auricular, taquicardias paroxísticas, bloqueo A-V completo. Los bloqueos A-V de 1er. grado no modificables y con PR mayor a 0,28 seg. Los bloqueos completos de rama izquierda y trifasciculares. Otros bloqueos de rama deberán ser evaluados en el contexto de su repercusión hemodinámica y fehacientemente demostrada la indemnidad del sistema de conducción con estudios electro fisiológicos.

9. Los síndromes de Wolf-Parkinson-White serán ineptos salvo los que demuestren fehacientemente que han sido ablacionados con éxito al menos 6 meses antes del examen de aptitud. Los síndromes de Lown-Ganong-Levine podrán tolerarse si acompañan pruebas ergométricas y Holter normales y sin antecedentes de arritmias ni extrasistolias que sugieran su presencia.

10. Los trastornos electrocardiográficos sin sintomatología clínica serán valorados de acuerdo a la etiología de la lesión y a la repercusión que la misma tenga en la dinámica cardíaca o su potencialidad patológica evolutiva.

## B. Arterias.

1. Todas las afecciones orgánicas o funcionales del sistema arterial que comprometan la irrigación sanguínea.

2. La hipertensión arterial permanente que exceda de una máxima de 135 mm. de Hg. y/o una mínima de 90 mm. de Hg. hasta los 35 años de edad.

## C. Venas.

1. Las flebitis, tromboflebitis, las várices manifiestas y/o voluminosas, y las úlceras varicosas.

2. Las hemorroides acentuadas o complicadas.

## SISTEMA HEMOLINFÁTICO

1. Todas las afecciones agudas o crónicas de los órganos hematopoyéticos.

2. La esplenectomía.

3. Los trastornos de la coagulación.

4. Las afecciones agudas o crónicas congénitas o adquiridas del sistema inmunológico.

## APARATO RESPIRATORIO

1. Laringe, tráquea y bronquios.

Las deformaciones y fístulas de la laringe o tráquea, las bronquitis crónicas, las bronquiectasias y el asma bronquial.

2. Pulmones.

Las afecciones crónicas del parénquima.

3. Pleura.

Los derrames pleurales de cualquier naturaleza, las adherencias y las paquipleuritis.

4. Capacidad vital disminuida, menor de 3 litros.

## MEDIASTINO Y DIAFRAGMA

Las enfermedades agudas graves, evolutivas o crónicas que comprometan alguna función.

## APARATO DIGESTIVO

### 1. Boca.

Estomatitis y glositis crónicas, ulceraciones y leucoplasias, las comunicaciones bucosinusales, las afecciones de las glándulas y de los conductos salivales.

### 2. Faringe y esófago.

La parálisis faríngea, las estenosis del esófago, los divertículos, las úlceras, la hernia hiatal con sintomatología y la esofagitis por reflujo. El megaesófago.

### 3. Estómago.

Las dispepsias, las gastritis crónicas y la úlcera gástrica.

### 4. Intestino y peritoneo.

Las enteritis y colitis crónicas, las salmonelosis, la úlcera duodenal, las ptosis viscerales, el megacolon, las peritonitis crónicas y las adherencias peritoneales cuando se acompañen de síntomas importantes.

### 5. Hígado y vías biliares.

Insuficiencia hepática, ictericias crónicas, cirrosis, colecistitis, angiocolitis crónica y la litiasis biliar.

### 6. Páncreas.

Todas las afecciones del páncreas, agudas o crónicas.

## APARATO UROGENITAL

### A. PARA AMBOS SEXOS

#### 1. Riñón:

Las nefritis, nefrosis, malformaciones congénitas, ptosis, hidronefrosis, hematurias, albuminurias, incluyendo las llamadas ortostáticas o funcionales, la ausencia de un riñón, la pionefrosis, los quistes de cualquier naturaleza y en general, todas las infecciones urinarias.

#### 2. Pelvis y uréter:

Inflamaciones, quistes de cualquier naturaleza, las litiasis y las infecciones crónicas.

#### 3. Vejiga:

Inflamaciones e infecciones crónicas, litiasis, incontinencias de orina, enuresis, retención de orina y los reflujos urinarios.

#### 4. Uretra:

Uretritis agudas o crónicas, estenosis congénitas o adquiridas, inflamatorias o traumáticas. Fístulas urinarias.

## APARATO UROGENITAL

### B. PARA EL SEXO MASCULINO

#### 1. Próstata y vesículas seminales:

Inflamaciones crónicas, abscesos, hipertrofia de la próstata y de las vesículas seminales. En caso de antecedentes positivos se solicitará serología y ecografía prostáticas.

#### 2. Pene, testículos, epidídimo, cordón y bolsas.

- Las fimosis, las hipospadias y epispadias.
- El varicocele, según su magnitud.
- El hidrocele, hematocele y el quiste del cordón.
- La atrofia, pérdida quirúrgica o traumática de ambos testículos que deriven en infantilismo genital. La ectopia testicular y el infantilismo genital.

#### 3. La ginecomastia, cuando es patológica.



## C. PARA EL SEXO FEMENINO

1. Las bartholinitis y los quistes de la glándula de Bartholino.
2. Las cervicitis agudas o crónicas. Las endocervicitis.
3. La dismenorrea y la endometriosis así como también las severas irregularidades menstruales en relación con la edad.
4. Las ooforitis agudas o crónicas y los quistes de ovario.
5. Las salpingitis agudas o crónicas.
6. Los pólipos cervicales, las erosiones y pseudoerosiones del cuello uterino.
7. Las anomalías congénitas de la vagina. Las vaginitis agudas o crónicas.
8. Las vulvitis agudas o crónicas. Las anomalías de los genitales externos, congénitas o adquiridas. Las adherencias y las cicatrices deformantes, secuelas de correcciones quirúrgicas.
9. La gigantomastia, cuando es patológica o genera patología.

## SISTEMA NERVIOSO

### A. CENTRAL

Todas las afecciones o lesiones del sistema nervioso central, epilepsia en cualquiera de sus formas clínicas, las secuelas meníngeas, los tics, sonambulismo, etc.

### B. PERIFÉRICO

Las neuritis crónicas, las secciones de los nervios, las lesiones que perturben la conducción y, en general, todas aquellas afecciones que determinen trastornos tróficos, motores, sensitivos o sensoriales.

## PSIQUISMO

Los retrasos mentales; las psicosis; las neurosis; las toxicomanías ilícitas, cualquiera sea su grado; los trastornos de la personalidad; y todo otro trastorno psíquico no enunciado expresamente con anterioridad que pueda determinar inconvenientes para el servicio.

## ARTICULACIÓN VERBAL

Las dislalias de grado tal que comprometan la articulación verbal y la claridad de la expresión. La tartamudez.

## ENFERMEDADES DE LA PIEL Y TATUAJES

**A.** Toda afección aguda o crónica, infecciosa o no, congénita o adquirida, recidivante o no, que sea rebelde al tratamiento o presente manifestaciones funcionales.

**B.** Los tatuajes, prescindiendo del lugar del cuerpo donde se encuentren, que sean obscenos, ofensivos, indecentes, prescindiendo del lugar del cuerpo en que se encuentren, faciales o aquellos que resulten incompatibles con el correcto y decoroso uso del uniforme o resulten atentatorios a los valores institucionales, militares y disciplina o autoridad de la Fuerza.

Independientemente de las normas generales descriptas anteriormente, los tatuajes NO están autorizados en las siguientes áreas.

Cráneo, rostro, cuello anterior y posterior, antebrazos, manos y dedos, piernas y tobillos (para personal femenino, debido al uso de uniforme reglamentario con pollera). Asimismo, ninguna marca o tatuaje debe verse o sobresalir del borde de prendas reglamentarias.

## SISTEMAS ENDÓCRINO Y NEUROVEGETATIVO

**1.** Todas las enfermedades del sistema neuroendócrino que determinen una disfunción de cualquier glándula de secreción interna, manifiesta clínicamente o a través de las pruebas diagnósticas pertinentes, son causa de ineptitud por la alteración fisiológica que determinan y su consecuente repercusión sobre el estado general orgánico.

**2.** Las distonías neurovegetativas acentuadas. Las formas leves, poco notables, pueden ser admitidas.

## ENFERMEDADES DEL METABOLISMO Y DE LA NUTRICIÓN

**A.** Todas las afecciones que determinen perturbaciones del metabolismo intermedio de las distintas sustancias nutritivas (grasas, proteínas e hidratos de carbono) como la gota, diabetes, etc.

**B.** La obesidad y la desnutrición, cuando esté asociada a otros estados de morbilidad o determine un factor de riesgo con disminución de la expectativa de vida y/o determine la incapacidad para el normal cumplimiento de las exigencias del servicio naval, considerando las exigencias del adiestramiento militar y el combate.

## ENFERMEDADES DEL COLÁGENO

Todas las enfermedades del colágeno (lupus eritematoso, esclerodermia, vasculitis, artritis reumatoidea, etc.).

## NEOPLASIAS

1. Todos los tumores malignos.
2. Los tumores benignos serán causa de rechazo cuando por su volumen, localización, multiplicidad o carácter recidivante, deformen una región y perturben funciones orgánicas.

## ENFERMEDADES INFECTOCONTAGIOSAS Y PARASITARIAS

1. Las enfermedades infectocontagiosas y/o parasitarias agudas, recidivantes o crónicas, y las secuelas de dichas afecciones que puedan ocasionar trastornos incompatibles con el servicio, son causa de ineptitud. Tal es el caso del reumatismo poliarticular agudo, la brucelosis, el paludismo, etc.
2. La sífilis en período de actividad con serología positiva. Podrán ser toleradas las “falsas positivas” y las consideradas como “cicatrices serológicas”, con pruebas de alta especificidad negativas (FTA-ABS).
3. La serología positiva para la enfermedad de Chagas con manifestaciones viscerales, con o sin trastornos electrocardiográficos.
4. La serología positiva para anticuerpos anti-virus de la inmunodeficiencia humana (HIV).
5. La serología positiva para hepatitis B debe considerarse sólo para antígeno de superficie y los casos positivos deberán evaluarse a efectos de determinar estadio evolutivo u otros factores de riesgo.

## INTOXICACIONES CRÓNICAS

1. Las toxicomanías y las adicciones ilícitas cualquiera sea su grado.
2. Las intoxicaciones crónicas por metales, radiaciones u otros agentes.

## OJO Y VISIÓN

1. La pérdida anatómica o funcional de un globo ocular.
2. Párpados y órbita.  
Malformaciones, ectropión, entropión anquibléfaron, ptosis (cuando perturbe la visión binocular), cicatrices con deformaciones o limitaciones de la motilidad ocular, blefarospasmo, lagofalmo, distriquiiasis, exoftalmia secundaria a procesos orgánicos, asimetría bien manifiesta de los globos oculares que perturbe la visión binocular.
3. Aparato lagrimal.  
Las fístulas lagrimales. La dacriocistitis crónica.
4. Músculos.  
El estrabismo funcional o paralítico y el nistagmus congénito o adquirido.
5. Conjuntiva.  
Simbléfaron, el tracoma si está comprometida la córnea. El pterigion con invasión de la córnea, y la conjuntivitis crónica.
6. Córnea.  
Los leucomas, distrofia, xeroftalmia, queratoestiasias, queratocono.
7. Esclerótica.  
Las escleroestiasias y las escleritis crónicas.
8. Iris, cuerpo ciliar y coroides.  
Malformaciones, colobomas de acuerdo a la agudeza visual, iritis evolutivas agudas y crónicas. Glaucoma.
9. Cristalino.  
Malformaciones, subluxación de cristalino, microsferofaquia. Las opacidades, congénitas o adquiridas serán causa de rechazo.

## 10. Retina.

Malformaciones congénitas. Desprendimiento primario y secundario de la retina, como así también todo proceso degenerativo.

## 11. Nervio óptico.

Malformaciones, alteraciones relacionadas con enfermedades oculares o cerebrales. Atrofias del nervio, de acuerdo con la agudeza visual.

## 12. Examen funcional y campo visual.

Cualquier déficit es causa de ineptitud. La hemeralopia.

## 13. Visión cromática.

Visión cromática. La acromatopsia. La discromatopsia comprobada con las tablas isocromáticas, excepto para el Escalafón Intendencia, a quienes se les tolerará la discromatopsia.

## 14. Agudeza visual.

Se tolerará hasta un mínimo de 7/10 en cada ojo sin corrección óptica siempre que la visión en cada ojo sea de 10/10 con corrección. El astigmatismo miópico mixto, el astigmatismo hipermetrópico y las hipermetropías axiales se clasificarán de acuerdo a la agudeza visual sin corrección óptica.

## 15. Escalafón Intendencia. Se exigirá agudeza visual 5/10 sin corrección óptica en

## OÍDO, NARIZ Y GARGANTA

### A. OÍDO

1. Oído externo. Malformaciones del conducto auditivo externo y del pabellón auricular que altere la funcionalidad de la audición.

2. Oído medio. Las afecciones subagudas con tendencia a la cronicidad que puedan afectar la función auditiva. Las perforaciones del tímpano. Las supuraciones crónicas de la caja del tímpano.

3. Oído interno. Las enfermedades que afecten una de sus dos funciones, la auditiva o el equilibrio. En consecuencia se rechazará la hiperexcitabilidad laberíntica de forma manifiesta y la asinergia laberíntica (excitabilidad distinta de uno y otro laberinto).

4. Se exigirá audición normal determinada mediante examen audiométrico, y se tolerará una pérdida auditiva no mayor del cinco por ciento en cada oído utilizando las tablas de Fowler y Sabine.

### B. NARIZ

1. Se exigirá la permeabilidad al pasaje del aire. Se rechazará toda causa que perturbe la función respiratoria normal (hipertrofia de cornetes, deformación acentuada del tabique, pólipos, sinusitis crónicas, etc.).

2. Las afecciones crónicas de los senos maxilares, frontales, etmoidales y esfenoidales.

3. Las lesiones ulcerosas.

### C. GARGANTA

1. Laringitis crónica.

2. Estenosis laríngea.

3. Parálisis laríngea.

## ENFERMEDADES ALÉRGICAS

Las enfermedades alérgicas que por la frecuencia o intensidad de los episodios repercutan sobre el estado general y/o entorpezcan la instrucción. Ej.: urticaria, fiebre del heno, edema angioneurótico, jaqueca, anafilaxia alimentaria, etc.

## APARATO MASTICATORIO

1. Deberá tener el número de piezas dentarias sanas o con prótesis en correcto estado de adaptación, mínimas y necesarias entre molares e incisivos, que aseguren una adecuada oclusión, evitando así futuras patologías en el sistema estomatognático y permitiendo una correcta masticación y consecuente alimentación.

Se considerará pieza dentaria sana a la permanente que esté bien soportada por tejido paradentario sano o correctamente rehabilitado, y en oclusión normal.

2. Las caries dentales múltiples sin tratar.

3. Las obturaciones incompletas o defectuosas.

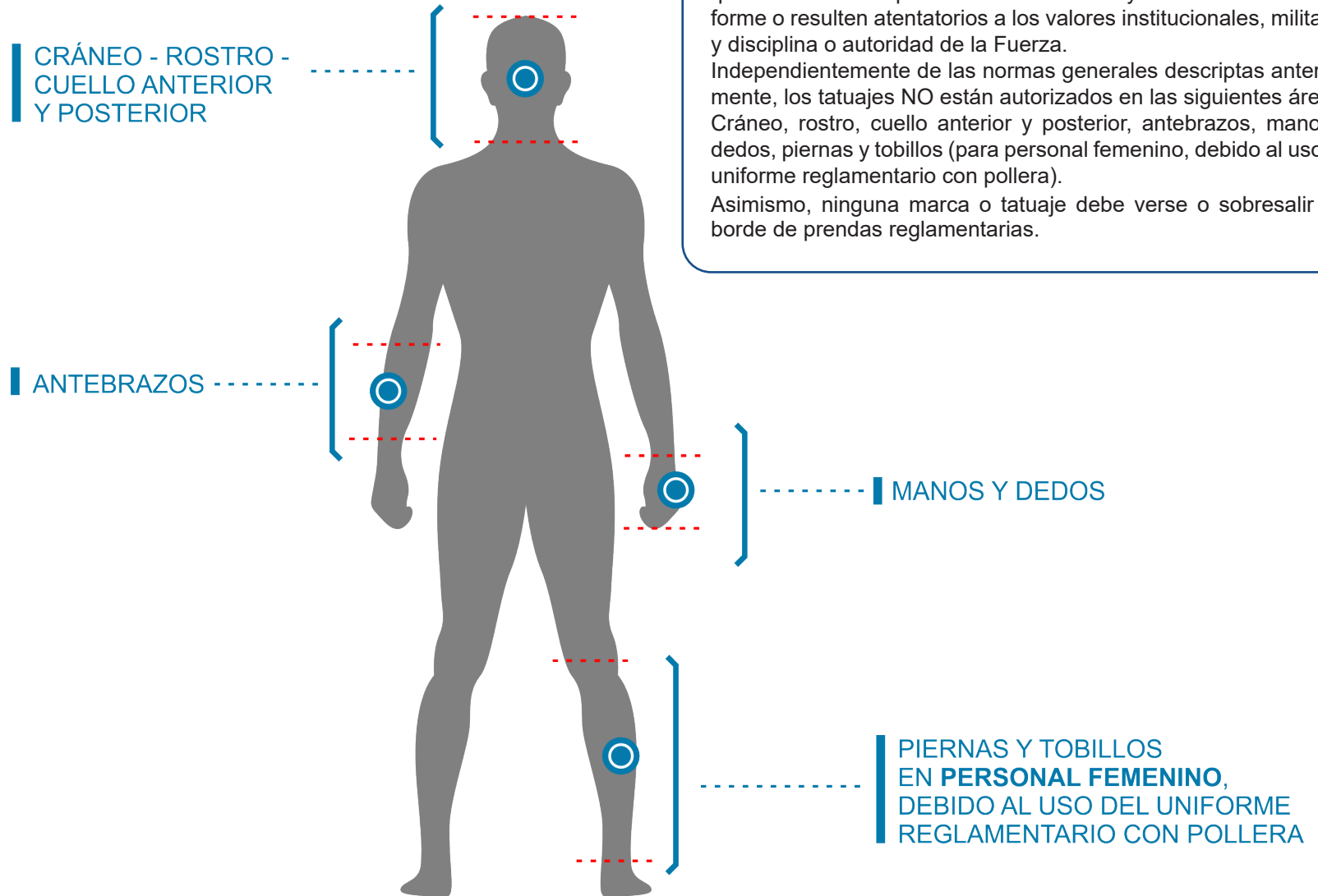
4. Las anomalías dento-máxilo-faciales cuando afecten marcadamente la masticación y la fonación.

5. Las paradenciopatías irreversibles.

6. Las prótesis defectuosas.



## ÁREAS NO AUTORIZADAS PARA TATUAJES EN PERSONAL MILITAR



- Los tatuajes, prescindiendo del lugar del cuerpo donde se encuentren, que sean obscenos, ofensivos, indecentes, prescindiendo del lugar del cuerpo en que se encuentren, faciales o aquellos que resulten incompatibles con el correcto y decoroso uso del uniforme o resulten atentatorios a los valores institucionales, militares y disciplina o autoridad de la Fuerza. Independientemente de las normas generales descritas anteriormente, los tatuajes NO están autorizados en las siguientes áreas. Cráneo, rostro, cuello anterior y posterior, antebrazos, manos y dedos, piernas y tobillos (para personal femenino, debido al uso de uniforme reglamentario con pollera). Asimismo, ninguna marca o tatuaje debe verse o sobresalir del borde de prendas reglamentarias.

## GUÍA DE INGRESO | CUIM

La falta de adaptación a la actividad física es uno de los causales más citados por los postulantes que abandonan voluntariamente el Periodo Selectivo Preliminar. La experiencia recomienda a los postulantes de ambos sexos cumplir con suficiente anticipación un cronograma de adiestramiento físico, para poder correr sin interrupción durante 5 Km. al ingreso al instituto de formación.



## ETAPA 3

### PRUEBAS DE RENDIMIENTO FÍSICO

#### 1) COORDINACIÓN

- Objetivo de la prueba: Observar la capacidad de coordinación.
- Prueba: Realizar un trote combinando diferentes movimientos y desplazamientos en forma consecutiva. Esta cualidad física se evaluará por observación directa en la entrada en calor.

#### 2) FUERZA ABDOMINAL

- Objetivo de la prueba: Medir la capacidad de fuerza y resistencia de los músculos abdominales.
- Prueba: Decúbito dorsal, colocando la espalda en el suelo, piernas flexionadas a 90°, pies totalmente apoyados en el suelo, un ayudante sostendrá los pies fijos, tomando los tobillos con las manos, los brazos del ejecutante deberán estar cruzados en el pecho y pegados al mismo. El ejecutante flexionará el tronco hasta tocar con los codos las rodillas para luego volver a la posición inicial.
- Ritmo de ejecución: Lento y continuo, sin interrumpir la ejecución.
- Masculino - Femenino: 35 repeticiones.

#### 3) FUERZA DE BRAZOS

- Objetivo de la prueba: Medir la capacidad de fuerza y resistencia de los músculos extensores de los brazos.
- Prueba: Decúbito ventral (boca abajo), manos apoyadas en el suelo a la altura de los hombros, codos flexionados, piernas extendidas y separadas unos 30/40 cm. Deberá realizar la extensión completa de los brazos y luego volver a la posición inicial, en todo el recorrido de la flexo-extensión se mantendrá el cuerpo recto y paralelo al suelo.
- Ritmo de ejecución: Constante y sin detenerse entre una repetición y otra.
- Masculino: 18 repeticiones - Femenino: 10 repeticiones.

#### 4) RESISTENCIA AERÓBICA

- Objetivo de la prueba: Medir la capacidad aeróbica.
- Prueba: Se evaluará 2.400 m por tiempo.
- Masculino: 12' 30'' - Femenino: 15' 00''

#### 5) FLEXIONES DE BRAZOS EN LA BARRA

- Objetivo de la prueba: Medir la capacidad de fuerza flexora relativa de miembros superiores.
- Prueba: Posición inicial suspendido verticalmente de la barra (pasamanos, vigas, peldaños de sección redonda colocadas a 2,00 o 2,20 metros del suelo), los brazos extendidos, con toma de manos dorsal (mirándose el dorso de la mano)
- Realización: Por acción de los brazos se elevará el cuerpo hasta que el mentón alcance el nivel de la barra o similar y extender los brazos a la posición de inicio.
- Masculino - Femenino: 4 repeticiones.

#### 6) NADO LIBRE 25 METROS PARTE BAJA

- Objetivo de la prueba: Observar la capacidad y la técnica de nado.
  - Prueba: Nadar libremente en la zona baja del natatorio 25 m. Masculino y femenino.
- 6.1)** Finalizada la flotación el postulante deberá salir mediante sus propios medios del natatorio, con acción de brazos y piernas, hasta que su cuerpo se encuentre fuera del agua.

#### 7) FLOTACIÓN

- Objetivo de la prueba: Medir el nivel de dominio y mantenimiento del cuerpo en el agua.
- Tiempo: 5'
- Prueba: flotar libremente en posición de cubito dorsal y ventral. Masculino y Femenino.

#### 7.1) RIÑONADA

- Objetivo de la prueba: Medir el nivel de dominio de inmersión por sus propios medios.

## 7.2) NADO SUBACUÁTICO

- Objetivo de la prueba: Medir la capacidad de nadar bajo agua.
- Prueba: nadar libremente bajo el agua. Masculino y Femenino
- Distancia: 4 metros

## 7.3) SALIDA DEL NATATORIO

- Objetivo de la prueba: Evidenciar la capacidad para subir por sus propios medios por el borde del natatorio.

## 8) PRUEBA COMBINADA

- Objetivo de la prueba: Se evaluará de forma continua el salto de arrojito (8.1), emerger con seguridad (8.2) y el nado libre (8.3).

### 8.1) SALTO DE ARROJO

- Objetivo de la prueba: Evaluar el arrojito y la capacidad de saltar al agua.
- Prueba: Saltar de posición parado desde el borde de una plataforma fija de 3 (tres) metros de altura. Masculino y femenino.

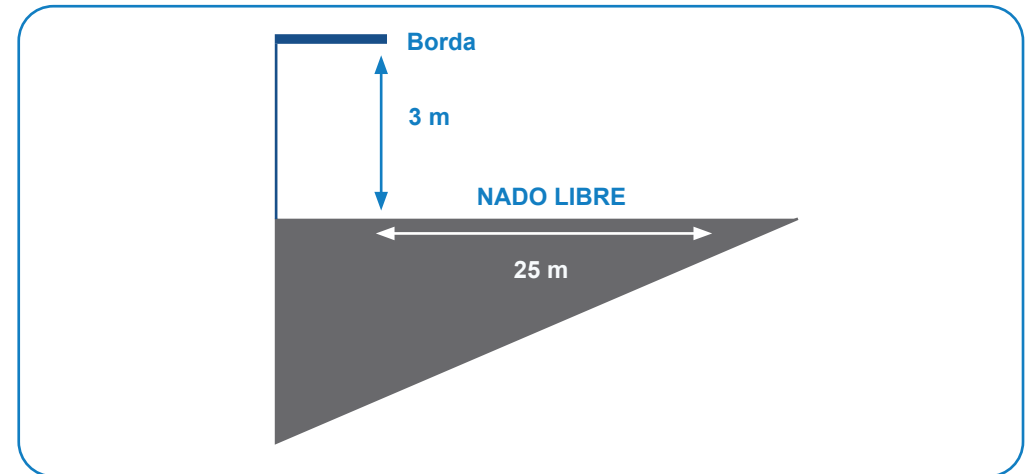
### 8.2) EMERGER CON SEGURIDAD

- Objetivo de la prueba: Evidenciar dominio del medio luego de la caída al agua

### 8.3) NADO LIBRE

- Objetivo de la prueba: Nadar libremente de la parte profunda a la parte baja  
Distancia: 25 metros.

*Descripción de la prueba nado libre:*



**Importante:**

**LA DESAPROBACIÓN DE LAS PRUEBAS FÍSICAS TERRESTRES Y/O ACUÁTICAS SERÁ CAUSAL DE INTERRUPCIÓN DEL PROCESO DE INCORPORACIÓN.**



## PRUEBAS FÍSICAS ACUÁTICAS

### SALTO POR LA BORDA

- Se evalúa el arrojo y la capacidad de saltar al agua. Cubrirse con una mano la boca, y con los dedos pulgar e índice presionar la nariz. El codo presiona el tórax. En la caída, mantener el tronco recto y las piernas extendidas y cruzadas. Los músculos deben estar en tensión al momento de contactar el agua.



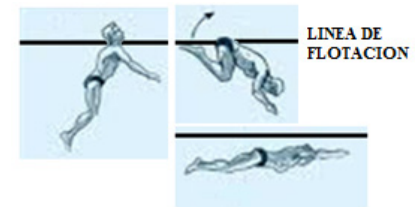
### FLOTACIÓN

- Medir la capacidad de flotación y el mantenimiento del cuerpo en el agua, durante 5 minutos.



### GOLPE DE RIÑÓN

- Evidencia dominio de la inmersión y es el paso previo para el nado subacuático.



### NADO SUBACUÁTICO

- Medir la capacidad de nadar bajo agua, Se evalúa en 4 metros



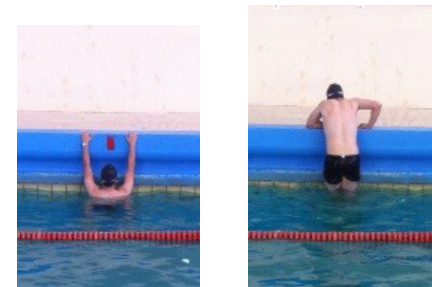
### NADO 25m

- Se medirá la capacidad de nado



### SALIDA DEL AGUA

- Evidenciar capacidad para subir por sus propios medios.



## EJEMPLOS DE UNA CORRECTA EJERCITACIÓN FÍSICA



• Fuerza abdominal | secuencia 1



• Fuerza abdominal | secuencia 2



• Fuerza de brazos | secuencia 1



• Fuerza de brazos | secuencia 2

## EJEMPLOS DE UNA CORRECTA EJERCITACIÓN FÍSICA



· Flotación | secuencia 1



· Flotación | secuencia 2



· Nado a distancia



· Salto de arroj



## ETAPA 4

### PERÍODO SELECTIVO PRELIMINAR | PSP (ADAPTACIÓN A LA VIDA MILITAR)

Si cumpliste con las tres etapas anteriores y fueses seleccionado, serás convocado para iniciar el PSP.

En esta etapa se busca capacitarte en los conocimientos básicos de la disciplina militar, instrucción marinera y vida naval en general. El PSP se desarrolla en un ambiente de alta exigencia, evaluando y reafirmando tus valores y condiciones físicas y académicas a fin de determinar tu aptitud para desempeñarte como Aspirante Naval y lograr tu adaptación a la rutina del instituto de formación.

En esta instancia se ajustarán los horarios y rutinas navales (levantarse temprano, acostarse tarde, desayuno, almuerzo y cena). Las jornadas inician a las 06:00 Hs. aproximadamente, extendiéndose hasta las 22:00 Hs. dependiendo del cronograma establecido. Las mismas presentan todo un desafío y requieren de sentido de la responsabilidad, compromiso, motivación y por sobre todo voluntad, capacidad de adaptación a los constantes cambios, reacción ante la adversidad.

Durante esta etapa se tomarán las evaluaciones de rendimiento físico establecidas en la presente Guía. La modalidad es bajo el régimen de internado. La escuela se encargará del alojamiento y las comidas durante la estadía de los postulantes. La forma de presentación, días y horarios serán comunicados detalladamente en los instructivos que se podrán ver en la página web de la escuela.

Es importante arribar al instituto vistiendo ropa formal y presentando los elementos requeridos, debido a que una vez ingresados, no podrán salir del instituto hasta finalizar el PSP.

#### **Importante:**

El proceso de ingreso FINALIZA con el Consejo de Dirección de finalización del Período Selectivo Preliminar, pudiendo en dicha instancia ser NO SELECCIONADO, a pesar de haber culminado el mismo, por no reunir con las condiciones mínimas exigidas, como pueden ser, falta de adaptación a la vida militar, bajo rendimiento físico, falta de aptitud militar, disciplina, etc. Quienes culminen el PSP, en base a los méritos obtenidos y a las vacantes disponibles, se les comunicará el día de presentación para ser incorporados como Aspirantes de primer año y de esta forma iniciar el ciclo lectivo correspondiente.

## PEDIDOS DE RECONSIDERACIÓN

Los pedidos de reconsideración, fundados sobre datos objetivos, de situaciones vinculadas a la separación del proceso de ingreso, deberán cursarse dirigiendo una carta en formato pdf., firmada por el solicitante y dirigida al Sr. Director de la Escuela de Suboficiales de la Armada donde se deben consignar obligatoriamente los siguientes datos:

- Datos personales del Postulante: Número de Inscripción, D.N.I., Apellidos, Nombres y fecha nacimiento.
- Fecha y motivo de separación.
- Fundamentos que motivan el pedido de reconsideración.
- Correo electrónico al cual desea recibir la contestación.
- Número telefónico de contacto.

Estos pedidos tendrán un plazo de presentación de cinco (05) días corridos de producida la separación del Proceso de Ingreso.

Se atenderán los recursos presentados únicamente por los postulantes mayores de edad y por los padres o tutores en caso de ser menores.

En caso de que la baja se haya producido por afecciones medicas, los estudios suministrados por los postulantes serán analizados por personal del area de sanidad de la Armada.

## CONTACTO

[www.incorporacion.armada.mil.ar](http://www.incorporacion.armada.mil.ar)

*ESCUELA DE SUBOFICIALES*

TEL: 02932 - 487785

[oficinapuntaalta@armada.mil.ar](mailto:oficinapuntaalta@armada.mil.ar)

[www.essa.ara.mil.ar](http://www.essa.ara.mil.ar)

