

Revista de Imprensa Especial

III Edição Bombeiro de Elite

Braga- Bom Jesus de Braga

Dia 28 de Setembro 2019

Gabinete de Comunicação da Associação Nacional de Bombeiros Profissionais

Facebook: https://www.facebook.com/associacaonacionaldebombeirosprofissionais/

Twitter: https://twitter.com/ANBPSNBP

Jornal de Notícias

29.09.19



Profissionais e voluntários subiram 566 degraus com fatos que pesam 30 quilos. Prova juntou 11 nacionalidades

Sandra Freitas
boaissipa y

mano a treinar para subir este ano ao pódio. O "segredo", confessou, foi fazer muito exercício na bicicia mais rápido da prova Bombeiro de Bitte que ontem juntou cerca de 560 voluntários e profissionais a subir 566 degraus do escadório do Bom Jesus, em Braga, com fatos a pesar quase 30 quilos. Kasia Jakubek, polaca com 18 anos, foi a venedora a competição feminina. Joaquim Aires, do Bata-lhão de Sapadores Bombeiros de Porto, esteve quase

um ano a treinar para subir este ano ao pódio. O "segre do", confessou, foi fazer muito exercício na bicicia ca, ján a prova, conciliar a crespiração. "A parte mais dificil éo inicio. Ainda nem acredito no tempo que fiz", de uma mão. Conse ma mão. Conse com prova em 7,51 minutos, à retente de Mónica Vilela, dos Voluntários de Riba de Ave. difici éo inicio. Ainda nem acredito no tempo que fiz", de uma mão. Conse com prova em 7,51 minutos, à retente de Mónica Vilela, dos Voluntários de Riba de Ave. direito e a cabela fava já depois de ter o troféu na mão. Conse segundo classificado, Patu-losantos, dos Sapadores de Lisboa.

Kasia Jakubek, que veio Kasia Jakubek, que veio Kasia Jakubek, que veio Kasia Jakubek, que veio com consensor de veira mo desafio.



Apoio dos colegas numa prova de superação

A semelhança de Luisa, Arménio Sousa, dos Bombeiros de Arouca, também, se estreou em Braga, com dois colegas. Decidiram envergar o fato de combate a incêndios urbanos para "divulgar" a corporação. "Somos uma camada jovem e queremos impor on nosso nome", assumiu o aleta, que passou o último mês a treinar nos passadiços do Paiva.

Ao todo, o Bombeiro de



NORTE/SUL

Joaquim Aires

No ano passado fiquei em terceiro lugar. Este ano saio mais feliz. Valeu a pena o esforço"



Kasia Jakubek

"Estou muito feliz. Foi fantástico. A cidade é muito bonita e gostei do espírito da competição"

Capotamento de trator mata idoso em Tabuaço



Acidente vitimou homem de 82 anos, em Cabriz

do", explicou ao JN o comandanos, morreu ontem na sequência do capotamento de um trator durante uma vindima em Cabriz, Tabuaço. A vitima, de apelido Albuquerque, conduzia um trator caracigado de uvas num terreno agricola. Para o local extracto agrico. Para do norma.

desnivel da vinha e capotou.

"Ficou encarcerado debaixo do trator, que estava cartegado de uvas, e o óbito foi
declarado no local pela equipa médica do helicóptero do INEM,
INEM, que tinha sido ativa-

agrícola, quando o veículo foram acionados 17 operacio perdeu a estabilidade num nais e quatro viaturas do nais e quatro viaturas dos bombeiros de Tabuaço, a SIV



Jornal Sol

28.09.19

Marcelo felicita Bombeiro de Elite em Braga



O Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, felicitou este sábado a realização da prova internacional Bombeiro de Elite, que se realiza hoje no Monte do Bom Jesus, em Braga, com 800 participantes de onze países, entre os quais há mais de 100 mulheres.

Segundo destaca Marcelo Rebelo de Sousa, "a exigente subida dos escadórios simboliza um exercício de superação, uma prova de prontidão e a demonstração de respeito", para além "da importância de todos os que estiveram aqui hoje deram a este património", numa alusão à recente classificação do Santuário como Património da Humanidade da Unesco.

"A todos os bombeiros de Portugal devemos um agradecimento pela forma dedicada e exemplar como protegem os Portugueses, por vezes em condições tão mais difíceis e com sacrifícios maiores do que aqueles que enfrentam aqui durante a provas realizadas", disse o Presidente da República.

Marcelo Rebelo de Sousa deixou "uma vez mais a minha palavra de gratidão a todos os participantes por este exercício de respeito e superação, mas sobretudo para todos os Bombeiros de Portugal, homens e mulheres de grande coragem, pelo seu elevado espírito de abnegação".

O Presidente da República recordou ainda a sua deslocação ao Santuário do Bom Jesus do Monte, em Braga, para salientar tratar-se o Bombeiro de Elite de "uma prova que tem ganho dimensão nacional e internacional, que pretende ir ao encontro desse apelo", que é "o reconhecimento da Unesco como Património mundial exige de todos a obrigação de cuidar e respeitar ainda mais um património que é de toda a Humanidade".

Marcelo Rebelo de Sousa, que não pode hoje deslocar-se a Braga, encarregou o presidente da Associação Nacional de Bombeiros Profissionais (ANBP), Fernando Curto, de ler esta mensagem alusiva ao evento que tem por palco um espaço Património Mundial da Unesco e que é considerada a maior prova europeia do género e uma das três maiores do mundo.

A prova consiste em subir os 566 degraus do Escadório do Bom Jesus, em contrarrelógio com o equipamento completo de proteção individual de bombeiro (casaco de fogo, botas, calças, cogula, luvas, capacete e Aparelho Respiratório Circuito Aberto "Arica"), no menor tempo possível, com distância de 615 metros e o desnível positivo de 116 metros. O Bombeiro de Elite tem início às oito horas com a concentração de atletas e início da prova às nove horas, no Pórtico Bom Jesus do Monte, na parte inferior de acesso ao seu Funicular, em que ao todo cerca de 800 bombeiros de 136 corpos de bombeiros, oriundos de onze nacionalidades como Portugal, Espanha, França, Croácia, Polónia, Luxemburgo, Ucrânia, Brasil, Cabo Verde, Alemanha e Inglaterra, segundo salientou o coordenador da organização, Ricardo Fernandes, 2º subchefe da Companhia de Bombeiros Sapadores de Braga, que destacou o apoio da Câmara Municipal de Braga e da Confraria do Bom Jesus do Monte, entre outras entidades oficiais, além dos patrocinadores e todos os bombeiros.

Fonte: Sol

https://sol.sapo.pt/artigo/672573/marcelo-felicita-bombeiro-de-elite-em-braga?fbclid=IwAR286ElgViUxaCA0JocckhygHdYyTkEPv_8ApwuKdMoqh7cilKYGpyqzhk

Semanário V

29.09.19

Fotogaleria. 800 bombeiros de 11 nacionalidades subiram os escadórios

do Bom Jesus



A III Edição da Prova Bombeiro de Elite realizou-se no Bom Jesus na manhã deste sábado e contou com a participação de 800 atletas bombeiros, entre os quais 120 mulheres, de 11 nacionalidades.

Ao todo, marcaram presença 140 corporações, com o envolvimento de países como França, Alemanha, Espanha, Polónia, Inglaterra, Croácia, Luxemburgo, Cabo Verde e Portugal.

Esta é a maior prova deste género em Portugal e é também uma prova cada vez mais internacional, conforme comprovam as inscrições de participantes de vários pontos do mundo.

O desafio foi subir os 566 degraus, numa distância de 615 metros, com um desnível positivo de 116 metros, tendo como cenário o Bom Jesus de Braga, agora elevado a Património Mundial da Humanidade, pela UNESCO.

Promovida pela Associação Nacional de Bombeiros Profissionais, esta prova realizou-se pela primeira vez em 2017, na altura com 100 participantes. Um número que quadriplicou em 2018 e que este ano atingiu um número fantástico de 800 participantes.

Fonte: Semanário V

 $\frac{https://semanariov.pt/2019/09/29/fotogaleria-800-bombeiros-de-11-nacionalidades-subiram-os-escadorios-do-bombeiros/fbclid=IwAR0RH9iWCF8JFy0Llu_dPA7Kg19CfCoJXzrmMzQ7ZyDwTvxGREQ_jar8ZOI$

Correio da Manhã 29.09.19

11

"É um orgulho": Equipa feminina de Algueirão-Mem Martins alcança primeiro lugar na prova Bombeiro de Elite

Susana Martins, Cristina Martins e Joana Barros são os nomes das três bombeiras que subiram ao pódio.

Susana Martins, Cristina Martins e Joana Barros são os nomes das três bombeiras que subiram ao pódio com o primeiro lugar na 3.ª edição da prova Bombeiro de Elite, em Braga.

Depois de subirem os 566 degraus do Escadório do Bom Jesus do Monte, património Mundial da UNESCO, a equipa feminina dos Bombeiros Voluntários de Algueirão-Mem Martins, em Sintra, leva o primeiro lugar para casa.

"É um orgulho por levar o nome dos bombeiros de Algueirão-Mem Martins ao pódio. As expectativas foram superadas", diz Susana Martins que também conquistou o terceiro lugar do escalão Seniores 1.

A prova - que este ano contou com participações internacionais - consiste em subir toda a escadaria do Bom Jesus do Monte, no menor tempo possível, com o equipamento de incêndios urbanos vestido (pesa cerca de 25 quilos).

Joaquim Leonardo, comandante dos Bombeiros Voluntários de Algueirão-Mem Martins, afirmou ao CM estar muito satisfeito com os resultados. "Cheio de orgulho. Agora é continuar. Um excelente resultado fruto de um treino intensivo, muita disciplina e organização por parte de todos os que há quatro meses decidiram que iam participar. Houve um trabalho de todos", refere.

Joaquim António Magalhães Aires, do Batalhão dos Sapadores Bombeiros do Porto, conquistou o primeiro lugar com o tempo de 5 minutos e 26 segundos, batendo o recorde do ano passado.

Fonte: CM

 $\underline{https://www.cmjornal.pt/sociedade/detalhe/e-um-orgulho-equipa-feminina-de-algueirao-mem-martins-vence-primeiro-lugar-na-prova-bombeiro-de-$

 $\underline{elite?utm_medium=Social\&utm_source=Facebook\&utm_campaign=BotoesSite\&fbclid=IwAR2l0TTZS4RNKa9plfjmJOJpUS99ifjgo_cddbNGss6B3iChP2LFnnHq_HW0}$

DN

28.09.19

Bombeiro de Elite. Joaquim Aires ''vinha a morrer'' mas ganhou com recorde em Braga

Bombeiro dos Sapadores do Porto bateu o favorito e vencedor das duas primeiras edições, com um novo melhor registo na subida do escadório do Bom Jesus de Braga

A 3.ª edição, a coroa de glória mudou de dono. Joaquim Aires, dos Sapadores do Porto, "vinha a morrer na parte final", mas folgado o suficiente para bater duplamente o bicampeão Paulo Santos (Sapadores de Lisboa). Foi o primeiro a ganharlhe no Bombeiro de Elite, a subida em contra relógio dos 566 degraus do Bom Jesus, em Braga, e baixou 16 segundos ao recorde que pertencia ao vencedor de 2017 e 2018, esta sábado segundo com mais seis segundos do que o triunfante ciclista da Invicta.

A subida do escadório do Bom Jesus do Monte, santuário classificado pela UNESCO Património Cultural Mundial a 7 de julho, tem tanto de mística, como de dura. São 615 metros com 566 escadas a subir 116 metros de altitude. É utilizado por religiosos em reflexão e por desportistas, mais ou menos amadores. No Bombeiro de Elite, a maior prova de competição europeia para os membros desta classe, acresce um detalhe: 30 quilos de equipamento.

O bombeiro vai trajado como se se estivesse a dirigir a uma operação de socorro em cenário urbano. De botas, de calças, de casaco, com a cogula [máscara parecida com as da Fórmula 1] enfiada na cabeça a multiplicar a temperatura e as dificuldades respiratórias, de luvas, de capacete. E de arica, o sistema de regulação respiratória simbolizado pela botija às costas e o tubo de ligação à boca.

"É mais difícil do que estava à espera. Treinámos lá no quartel o mesmo número de degraus, mas aqui é mais desnivelado. O ziguezague inicial é mais complicado. Depois, já vemos escadas cá de cima e ganhamos um objetivo", explica um extenuado Tiago Alves Póvoa, de 24 anos. Bombeiro desde 2012 e profissional há 4 nos Voluntários Porto de Mós, Tiago estava estirado à sombra da igreja, estourado. "A organização fala dos degraus, mas uma coisa é saber-se que existem os degraus, outra é chegar lá abaixo e verificar que a distância entre eles é muito grande, o que dificulta muito os movimentos", testemunha. "O tempo que fiz? Nem tive tempo de parar o cronómetro. Cheguei cá cima e tirei tudo...", revela sobre o extremo cansaço com que cortara a meta uns largos minutos antes.

No entanto, Tiago, um estreante, ficou fã. "Foi a primeira vez e foi bom. Para os jovens, principalmente, porque aliamos o que gostávamos de fazer, o desporto, com a profissão. Tive de abdicar do futsal e do BTT por causa dos Bombeiros", explica. E acrescenta outros ganhos que uma prova como o Bombeiro de Elite traz: "São 11 nacionalidades diferentes, conhecemos outras realidades e fazemos conhecimentos. Já combinamos visitas a corporações estrangeiras, que também querem vir visitar-nos".

Campeonato nacional na forja

"Atingimos os objetivos a que nos propusemos quando começamos esta prova em 2017. **São 800 inscritos e a participação internacional está a aumentar"**, comenta Fernando Curto, presidente da Associação Nacional de Bombeiros Profissionais (ANBP), à qual está ligado como secretário regional do Norte o mentor desta competição, Ricardo Fernandes (bombeiro profissional nos Sapadores de Braga).

"É um complemento à nossa profissão. O exercício físico é fundamental para podermos prestar socorro nas melhores condições e é bom que a população perceba que os nossos bombeiros estão em forma", acrescenta o também chefe da 1.ª Companhia do Regimento de Sapadores Bombeiros de Lisboa.

Os planos da ANBP são ambiciosos. "Dá para aumentar o número de participantes, mas temos de o fazer de forma sustentada, como, de resto, queremos fazer tudo. Há a ideia de replicar o Bombeiro de Elite por todos país e criar um campeonato nacional, aproveitando as quatro provas que já se disputam em Portugal [Bombeiro de Ferro, Firefighter - Tower Run e Superbombeiro]", conta Fernando Curto.

Mas as batalhas principais dirimir-se-ão nos gabinetes governamentais. "Estamos à espera das eleições legislativas e da tomada posse para voltar às negociações. Agora que o Estatuto Profissional do Bombeiro entrou em vigor [2 de julho], temos de voltar a discutir a idade de reforma numa profissão de enorme exigência física para quem anda na linha da frente. É impensável, e nem sequer seguro para profissionais e população, que um bombeiro profissional se reforme aos 60 anos. Se for alguém que esteja a exercer cargos de chefia, como eu, até admito que possa continuar até aos 65 anos. Mas para os que andam na primeira linha, não. Tal como propusemos, aos 50 ou 55 um bombeiro profissional deve ir para a reserva ou para a pré-reforma. Talvez entrar mais cedo na profissão, aos 18 anos, para se poder reformar 30 anos depois. Até porque em meia dúzia de anos vamo-nos deparar com um problema grave: a média de idade muito alta [é de 40 anos atualmente] e o envelhecimento dos profissionais", atira.

A "morrer" até ao recorde

O Bombeiro de Elite 2019 agitou a zona de acesso ao escadório do Bom Jesus, em Braga, desde muito cedo. Era um bom milhar de pessoas a circular, entre inscritos (800), acompanhantes, familiares e membros da organização. A partida estava marcada para as 9.00, mas uns minutos depois ainda se ouvia no sistema de som a mensagem enviada pelo Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa (ausente na cimeira climática das Nações Unidas, em Nova Iorque).

Por volta das 9.15, arrancou o primeiro concorrente de um contingente que envolveu 140 corporações de 10 países - de Portugal, Espanha, Alemanha, Polónia, Inglaterra, Croácia, Luxemburgo, Cabo Verde e Brasil.

Junto à zona de meta, música, exercícios de aquecimento, muitas conversas novas e outras para pôr em dia. Mateusz Drozda, segundo em 2018, ia descontraindo à sombra com a namorada.

"Este ano não estou bem preparado. Acabei a recruta em Varsóvia e fui integrado no quartel da minha cidade natal, Lublin. E tenho treinado menos", confessava o bombeiro da KM PSP Lublin, de 26 anos. Aproveitando a participação na prova de Braga, Mateusz veio passear. "Ontem fomos ao Porto e aproveitamos para dar um mergulho no mar. A água? Estava fria", ria-se. "E salgada", acrescentava a namorada.

Agnieszka é professora do ensino especial e ainda não se conformou com a ideia do companheiro arriscar a vida como profissão. "É perigoso. Se estou bem com isso? Não", diz perentoriamente.

Voltando à competição, Mateusz tinha uma aposta pouco arriscada. "Acho que favorito é o Paulo, porque corre em casa", atirou sobre aquele que o venceu em 2018. Não andou muito longe de acertar - falhou por seis segundos, tal como o subchefe de 2.ª classe da 3.ª Companhia (Alvalade) do Regimento de Sapadores Bombeiros de Lisboa.

Paulo Santos, antes da prova, achava difícil bater o recorde da prova, que lhe pertencia desde há um ano (5m44s). Mas conseguiu-o: registou 5m32s e retirou 12 segundos ao seu melhor. "Parabéns ao Joaquim. O ano passado, deu-me os parabéns e disse-me que fiz um bom tempo. Acho que ele treinou a pensar no meu tempo. A prova correu-me bem, apesar de ter apanhado algumas pessoas no final que me obrigaram a mais ultrapassagens e mudanças de rumo do que estava à espera", explica o vencedor de 2017 e 2018.

Mas o melhor do até agora melhor do Bombeiro de Elite não foi suficiente. Para alguma surpresa daquele que superou o bicampeão, Joaquim Aires. "Não me preparei muito. Vim às cegas", revela o bombeiro dos Sapadores do Porto. "Não tinha noção do tempo que vinha a fazer. Vinha a morrer na parte final e pensei que ia fazer pior do que no ano passado", acrescentou. Mas não fez, fez bem melhor em tempo e saltou de quarto na geral absoluta (5m59s) para o primeiro lugar, com 5m26s, fixando um novo recorde.

Na geral absoluta feminina ganhou uma jovem em início de carreira e que estava claramente emocionada com o triunfo. Kasia Jakubek tem 18 anos e está a fazer a recruta na companhia OSP de Giedlarowa, na Polónia. "Fui para bombeira para ajudar as pessoas", dizia ainda atarantada com o foco da atenção e a sensação de vitória. "Treinei dois meses", confessou. E ganhou. "É muito bonito. É um momento muito bom".

Para o ano, há mais. Talvez ainda mais interesse, mais superação e outra estrutura, como Fernando Curto revelou: "Temos de pensar noutra estrutura porque a prova cresceu muito".

Fonte: Diário de Notícias

 $\frac{https://www.dn.pt/pais/interior/bombeiro-de-elite-joaquim-aires-vinha-a-morrer-mas-ganhou-com-recorde-em-braga-11350196.html?fbclid=IwAR0X4kmOa3W 9B9gvxYVucGhYejJKX87osmNqMmpyLylhBe1sygmmz66p-0$

Sintra Notícias 29.09.19

'Bombeiras de elite' de Algueirão Mem Martins conquistam Bom Jesus

Equipa feminina dos Bombeiros Voluntários de Algueirão Mem Martins, conquistam prova de esforço e superação e foram as mais rápidas a subir os 544 degraus do escadório do Bom Jesus de Braga, com 25 quilos e equipamento às costas.

Susana Martins, Cristina Martins e Joana Barros, conquistaram hoje o 1.º lugar na III edição da "Prova Internacional – Bombeiro de elite" que hoje se disputou no Escadório do Bom Jesus do Monte, património Mundial da Unesco, em Braga, com um total de 800 concorrentes.

A equipa feminina dos Bombeiros Voluntários de Algueirão Mem Martins, não deu hipóteses à concorrência e foram mesmo as mais rápidas a subir os 544 degraus do Escadório do Bom Jesus, com 25 quilos de equipamento às costas.

Nos masculinos, o mais rápido foi Joaquim António Magalhães Aires, do Batalhão Sapadores Bombeiros do Porto, com o tempo de 05 minutos e 26 segundos.

Na classificação geral e relativamente ao concelho de Sintra, os Bombeiros Voluntários mais rápidos do município, são os seguintes:

- •Cláudio Samuel Faustino Neto (116) BV de São Pedro de Sintra 07:50
- Julio Duarte Batista Rodrigues (128) BV São Pedro de Sintra com 07:55
- •Nuno Miguel Vaz Cesário (164) BV São Pedro de Sintra com 08:16
- Diogo Alexandre Simões Carrondo (206) BV São Pedro de Sintra, 08:36
- André Filipe Carapeto Simões Pereira (206) BV Algueirão Mem Martins 08:37
- •João André Vieira Abreu Paula Santos (248) BV São Pedro de Sintra 08:54
- •João André Vieira Abreu Paula Santos (254) BV São Pedro de Sintra 08:54
- •Jónatas Santos Serra (260) BV São Pedro de Sintra 09:03
- •João Filipe Mendes Marques da Silva Matias (279) BV Algueirão Mem Martins 09:13
- •Jonathan Morgadinho Gabadinho (287) BV Algueirão Mem Martins 09:16
- •Damásio dos Santos Diogo (301) BV Algueirão Mem Martins 09:20
- •Jacinto Rosa Cristina (312) BV Algueirão Mem Martins 09:26
- •Vítor Manuel Barreiros Faria Guimarães (323) BV Agualva Cacém 09:34
- Pedro Miguel Magro Messias (326) BV Algueirão Mem Martins 09:35
- •Susana Filipa Polleri Martins (335) BV Algueirão Mem Martins 09:40
- Hugo Miguel de Sousa Santos (356) BV Queluz 09:51
- •Cristina Sofia Polleri Martins (371) BV Algueirão Mem Martins 09:59
- •José Carlos Gomes Barros Teixeira (372) BV Queluz 10:00
- •Tomás de Oliveira Rodrigues (389) BV Queluz 10:12
- •Joana Santo Nome Barros (405) BV Algueirão Mem Martins 10:33
- •Webert Claudino da Costa Franco (420) BV Algueirão Mem Martins 10:45
- •Eduardo Miguel Castelo Martins (494) BV São Pedro de Sintra 12:34
- •Luiza Ferrari da Silva (509) BV Queluz 13:24

A prova consiste em subir os 566 degraus do Escadório do Bom Jesus, em contrarrelógio com o equipamento completo de proteção individual de bombeiro (casaco de fogo, botas, calças, cogula, luvas, capacete e Aparelho Respiratório Circuito Aberto "Arica"), no menor tempo possível, com distância de 615 metros e o desnível positivo de 116 metros.

Fonte: notícias de Sintra

 $\frac{https://sintranoticias.pt/2019/09/28/bombeiras-de-elite-de-algueirao-mem-martins-conquistam-bom-jesus/?fbclid=IwAR3FDd2wlC0Me18rKpf0iZL8ct-Ao7KYMn8rCeHB4kVL_VBtxhWQX7sqTjI$

O Minho 28.09.19 BRAGA

Daniela, a profissional em busca de história no Bombeiro de Elite em Braga

Aos 21 anos, bombeira é uma das duas primeiras mulheres a integrar os Sapadores de Braga, em 220 anos de história. É uma dos 800 participantes que vão subir os 566 degraus do escadório do Bom Jesus, já este sábado.

O pai de Daniela Viana é bombeiro há 30 anos nos Voluntários de Braga. A pequena Daniela absorveu o gosto pela profissão nas viagens que fazia ao quartel. Agora, aos 21 anos, tornou-se numa das <u>duas primeiras mulheres a integrar o corpo de Sapadores Bombeiros de Braga em 220 anos de história</u> (ambas a 8 de junho passado, o juramento de bandeira e o aniversário da companhia), depois de um ano de recruta. Este sábado, vai perseguir mais um pedaço de história na 3.ª edição do *Bombeiro de Elite*, a subida cronometrada dos 566 degraus do escadório do Bom Jesus que se tornou numa das maiores provas internacionais. São 800 participantes, o dobro de 2018 e quase oito vezes mais do que no ano de estreia.

"Sempre gostei de competições e entrei em algumas de provas de corta-mato", diz a O MINHO Daniela Viana, natural de Braga. "Tenho a oportunidade de representar a minha companhia e é um orgulho estar entre as 100 e tal mulheres que vão disputar o Bombeiro de Elite", apregoa.

O Bombeiro de Elite é uma das quatro provas que se realizam em Portugal.

"Há o *Bombeiro de Ferro*, que já vai em seis ou sete edições, que conta com cerca de 120 participantes da Federação dos Bombeiros do Distrito do Porto. O *Firefighter – Tower Run*, na torre da RTP em Vila Nova de Gaia, o Monte da Virgem, que não costuma ter 100 inscritos. E o *Superbombeiro*, organizado em Sete Rios, Lisboa, mas que não se realizou em 2018 e este ano", explica o organizador, e também participante, Ricardo Fernandes, que é profissional na Companhia de Bombeiros Sapadores de Braga e secretário regional do Norte da Associação Nacional de Bombeiros Profissionais. "Braga tinha um diamante por lapidar, porque não havia nenhuma prova em ambiente natural. Em 2017, lancei o evento em mês e meio. Igualámos o Bombeiro de Ferro em número de participantes no primeiro ano e, em 2018, crescemos para 468 atletas. Este ano, tivemos de fechar as inscrições a 30 de Agosto, porque decidimos que 800 é o número que faz sentido nesta fase do Bombeiro de Elite. Queremos crescer de forma sustentada e com qualidade", contextualiza o participante – simbolicamente – número 800 do Bombeiro de Elite 2019. A grande novidade deste ano é que, pela primeira vez em Portugal neste tipo de provas, os concorrentes usarão um chip que controlará electronicamente os tempos, garantindo maior transparência numa competição em que cada segundo pode ser fundamental – o recorde pertence a Paulo Santos, campeão absoluto nas duas edições anteriores e com o recorde de 5m44s estabelecido o ano passado, dez segundos mais rápido do que o então 2.º classificado, o polaco Mateusz Drozda.

Presidente envia representante

A terceira edição conquistou o interesse de mais bombeiros e de mais países. "Vêm de muitos países, como Espanha, França, Croácia, Ucrânia ou Brasil. Mais de 120 são mulheres e a dias da competição continuamos a receber pedidos de inscrição. Estamos muito orgulhosos do que conseguimos, sabendo que podemos ainda fazer mais e melhor. E sem pedir um cêntimo ao município, que nos ajuda logisticamente, como com o transporte dos participantes", acrescenta Ricardo Fernandes.

O bombeiro e atleta sublinha que com um orçamento de cerca de 15 mil euros suportado exclusivamente por patrocinadores, o Bombeiro de Elite gera impacto na economia de Braga e da região.

"Mais de 100 participantes vêm instalar-se na hotelaria, o que rende milhares de euros, além do dinheiro que deixarão noutras actividades, uma vez que alguns deles estão cá cinco a seis dias. A importância deste evento foi reconhecida pelo Presidente da República que, não podendo estar presente por se encontrar nas Nações Unidas, enviará uma mensagem através de um representante da Presidência, que estará no evento", traduz o organizador.

Contra o tempo, pelos bombeiros

Daniela Viana participa pela segunda vez, mas a primeira como bombeira profissional – em 2018 era recruta e ficou em 2.º lugar no escalão feminino de menos de 25 anos, com 9m48s, atrás da polaca Kinga Kula (8m47s, não muito longe do recorde feminino de 8m24s na posse da compatriota Sylwia Herman, obtido em 2018 no escalão B – 25 aos 29 anos).

"Fiz os escadórios em maio. Na altura consegui 9 minutos e tal. O objectivo é melhorar o tempo e principalmente acabar a prova, que é muito dura. Ter de levar todo o equipamento às costas, cerca de 30 quilos, e subir 566 degraus por entre turistas é muito exigente", analisa a mulher que para ser bombeira teve de interromper os estudos — "tive de interromper, fiquei no 2.º ano de Desporto e Lazer, que frequentava na Escola Superior de Desporto e Lazer, em Melgaço".

Além do instinto competitivo, Daniela salienta que a participação de bombeiros em provas físicas é uma mais-valia para a classe. E para os cidadãos. "Somos 800 a participar na maior prova europeia, o que dá mais confiança e segurança porque as pessoas veem que estamos em forma e somos capazes de prestar um socorro mais eficaz", comenta.

E o treino? "Tenho ido muito ao ginásio e tenho feito muito trabalho de pernas e cardiovascular", informa. Numa prova em que é preciso subir 566 degraus em 615 metros com um desnível de 116 metros no menor tempo possível, a capacidade cardiorrespiratória é decisiva.

Por isso, Daniela lembra os incêndios florestais ocorridos este mês no Sameiro. "Exigiu muito esforço físico, sempre a subir e a descer montes. A arrastar mangueiras, a enrolar mangueiras", recorda. "Mas como se faz em equipa, não custa", junta.

Sobre a curta carreira de bombeira profissional, nota que "as pessoas parece que têm mais à vontade com mulheres". "Sobretudo em casos específicos como na assistência ao parto", exemplifica.

Ambição da última a sair

O futuro vai trazer muitos desafio à bombeira profissional Daniela Viana. Como a da ambição: "Nunca pensei nisso, mas claro que quero evoluir na minha carreira. Vou ser a última a sair de lá", ri-se Daniela, a mais jovem bombeira da Companhia de Sapadores Bombeiros de Braga. "A Ana Sofia [a outra pioneira] tem 25", regista.

"Entrei com salário que achava que ia ter para o resto da vida e, entretanto, as coisas já evoluíram [com a entrada em vigor a 2 de Julho do Estatuto de Bombeiro Profissional, acabou a distinção entre municipais e sapadores, com os primeiros a deixarem de auferir o salário mínimo sendo incluídos na carreira única de sapador/profissional]. Temos equipamento individual e vamos receber ambulância nova em breve. Estamos bem preparados e seguros", comentou a jovem de 21 anos, que por lei só se pode reformar aos 60 anos.

Até lá, a par da carreira e das competições, continuará a ter uma vida pessoal muito ligada aos bombeiros. Se o pai, de 48 anos, já é bombeiro voluntário há 30, não tardará muito a que um novo membro da família Viana se junte à causa.

"O meu pai levava-me para o quartel e apresentava-me àquela realidade. Mostrava-me o material, a mim e ao meu irmão. Como é uma paixão dele, tentava-nos transmiti-la", conta Daniela. E se a paixão do pai já fez uma nova bombeira, outro se seguirá. "O meu irmão vai pelo mesmo caminho. Fez 16 este ano e tenciona vir a ser bombeiro", remata Daniela Viana.

Este sábado, sigam o dorsal 638. Daniela Viana, aos 21 anos, é o presente, mas estará intimamente ligada ao futuro dos bombeiros. De Braga e de Portugal.

Fonte: O Minho

https://ominho.pt/daniela-a-profissional-em-busca-de-historia-no-bombeiro-de-elite-em-braga/

DN

27.09.19

Cinco minutos e 44 segundos. Este foi o tempo que Paulo Santos demorou no ano passado a subir os 566 degraus do escadório do Bom Jesus do Monte, em Braga, com... 30 quilos de equipamento às costas. Um recorde que vai ser posto à prova este sábado por 800 bombeiros, muitos deles de outros países.

Paulo Santos, 32 anos, venceu as duas primeiras edições do Bombeiro de Elite, em 2017 e 2018, e detém o recorde da cronoescalada do escadório do Bom Jesus. Este sábado, terá a forte concorrência dos polacos, mas quem já ganhou provas europeias e mundiais para polícias e bombeiros olha para as maiores dificuldades deste ano como uma motivação para ganhar e melhorar o seu registo.

Esta será mesmo a maior prova da Europa. Os campeonatos de polícias e bombeiros não ultrapassam os 100 atletas. O Bombeiro de Elite, agora, já vai em 800. "A projeção da imagem é importante: em dois anos, aumentou oito vezes, é fundamental para mostrar que o bombeiro está bem preparado, logo é melhor no socorro. Se não estiver bem preparado fisicamente, em vez de uma vítima temos duas. Aumenta a confiança dos cidadãos nos bombeiros profissionais e voluntários", resume o homem que persegue o tri este sábado no Bombeiro de Elite, em Braga.

Subscreva as newsletters **Diário de Notícias** e receba as informações em primeira mão.

Esta será mesmo a maior prova da Europa. Os campeonatos de polícias e bombeiros não ultrapassam os 100 atletas. O Bombeiro de Elite, agora, já vai em 800

Natural de Santarém, Paulo começou cedo a prestar socorro. Na verdade, **metade da vida passou-a como bombeiro - e a outra metade como filho de bombeiro. "O meu pai é comandante dos Voluntários de Carcavelos e São Domingos de Rana. Foi comandante em Alcanede, Santarém. O bichinho vem do meu pai", assume o subchefe de 2.ª classe da 3.ª companhia (Alvalade) do Regimento de Sapadores Bombeiros de Lisboa.**

"Comecei como bombeiro aos 16 anos. Comecei a frequentar o quartel de Alcanede em 2003 e, em 2010, passei a profissional em Lisboa, depois de um ano de recruta", explica o bombeiro-atleta que já venceu provas nacionais e internacionais e integra uma equipa de BTT da Benedita - Rodinhas Santos Silva. E também tem o sucesso desportivo que consegue nas provas para bombeiros? "Estou há três anos na equipa, mas não consigo ganhar. Até entrar nos dez primeiros é muito difícil porque há malta profissional da coisa", ri-se.

"Fui bombeiro de 3.ª classe nos voluntários. Acumulava com o trabalho. Fui carteiro, motorista de autocarro escolar e conciliava com o voluntariado nos bombeiros. Em 2009, quando soube que abriram as inscrições no Regimento de Sapadores de Lisboa, tornei-me profissional, após o ano de recruta. Antes, fiz o curso da Escola Nacional de Bombeiros para entrar nos Voluntários de Alcanede", explica.

Para Paulo Santos, não há divisões entre o bombeiro e o atleta. "Noutros países é possível ser-se apenas bombeiro-atleta. Em Portugal, não sei se é possível. Mas eu não gostava, porque gosto do que faço e se deixasse de ser bombeiro deixava de fazer sentido", faz questão de dizer.

No entanto, a competição está-lhe na massa do sangue. "Surge nos voluntários com os passeios de bicicleta. Depois, comecei a meter-me mais a sério em 2014, já nos Sapadores. Começámos a frequentar algumas provas e obtive bons resultados", contextualiza.

Resultados bons e relevantes, em campeonatos europeus e mundiais de polícias e bombeiros, por exemplo. "São uma espécie de jogos olímpicos de polícias e bombeiros, com todas as provas", esclarece. "Em 2017, fui campeão mundial de ICM em Los Angeles. O ICM são umas maratonas de bicicleta com pendentes. São quatro voltas a um circuito de 7 quilómetros, 28 no total. Em 2018, ganhei o mundial só para bombeiros, na especialidade de duatlo, em França, onde fui vice-campeão europeu de ICM", puxa dos galões competitivos o bombeiro. "Quem ganhou foi o meu colega Ricardo Vicente, do Regimento de Sapadores Bombeiros de Lisboa, da 1.ª companhia, na D. Carlos I", junta Paulo Santos.

"Este ano, no campeonato europeu para polícias e bombeiros, em Algeciras [Espanha], fui vice-campeão de contra-relógio em linha de 30 km em bicicleta. E recentemente, ganhei o 3º Challenge Up 360º, nas Amoreiras", continua a desfiar o bombeiro-atleta. Esta última prova é aberta a todos os interessados, que competem em traje de atletismo, e consiste na subida cronometrada dos 17 andares da Torre 1 do Shopping Amoreiras, em Lisboa, que implica galgar 380 degraus. A 8 de setembro, Paulo conseguiu-o em 2 minutos e 22 segundos, menos um segundo do que o 2.º classificado, Evandro Barata, igualmente dos Sapadores de Lisboa.

Das escadas para o escadório

Paulo Santos, 32 anos, é bombeiro sapador em Lisboa

© João Vieira/Global Imagens

Dos 380 degraus nas Amoreiras, Paulo Santos passa para um senhor escadório. "O Bombeiro de Elite é abismal, assustador", analisa. Primeiro, é um contra-relógio contra 566 degraus em 615 metros e com um desnível de 116 metros. Depois, são os 30 quilos às costas.

"O nosso equipamento pesa cerca de 30 quilos. É composto pelas botas, pelas calças, pelo casaco, pela cógula [máscara parecida com as da Fórmula 1], luvas, capacete e a arica (o nosso aparelho respiratório)", discrimina.

Mas há mais: o escadório do Bom Jesus, que há dois meses foi classificado como Património da Humanidade pela UNESCO, não está fechado ao público. E abundam os turistas e curiosos pelas escadas abaixo e acima. "Talvez seja melhor não andarem nos escadórios [risos]", alerta. "É bom que vão aplaudir, para dar mais visibilidade e entusiasmo aos atletas. Se tivermos pessoas a dar-nos força é melhor para nós, mas que não atrapalhem", pede.

Até porque o crescimento de 100% do Bombeiro de Elite (de 400 para 800 competidores) já vai trazer mais obstáculos. Dificuldade em chegar ao tri? "Talvez. As partidas vão ser menos espaçadas, porque há mais bombeiros a subir o escadório e vamos ter de fazer mais ultrapassagens, o que torna tudo mais difícil", antevê.

E bater o recorde, que lhe pertence há um ano - subiu em 5 minutos e 44 segundos? "É difícil, mas vamos ver se consigo. O ano passado cheguei ao final para lá do limite físico. Não acredito que se consiga baixar o meu recorde, mas este ano foi o ano em que me preparei melhor", diz o bicampeão (a prova é dividida em sete escalões, masculinos e femininos, mas campeão é quem obtiver o melhor tempo absoluto).

"Fiz treinos específicos para subir escadas, em busca do tri. No nosso trabalho, da parte da manhã temos alguma preparação física, e esse tempo foi aproveitada para subir escadas e melhorar o VO2 máx [trata-se do volume máximo de oxigénio que o corpo consome durante o exercício físico; quanto maior é o VO2 máximo, mais limitado é o desempenho do atleta]", prossegue Paulo Santos, que acha que um fator é determinante "a capacidade pulmonar é o que vai fazer diferença".

"Vão ser cerca de 600 metros a subir 566 degraus. Basicamente, é subir escadas em contra-relógio. As maiores dificuldades são as físicas e a presença de turistas e competidores atrasados", antecipa do ponto de vista estrutural e ambiental. Mas do ponto de vista competitivo, há outra grande dificuldade: os polacos. "Não trabalham como bombeiros, competem apenas. Fizeram o curso de bombeiros e formaram uma equipa de competição, a Firefighters Team Poland. O ano passado, em 2.º ficou o Mateusz Drozda, acho que a seis segundos", aponta o bicampeão em direção aos grandes rivais. Na verdade, Drozda fez mais dez segundos. Mas, mais segundo, menos segundo, em princípio os polacos são mesmo os grandes rivais do campeão.

Transmitir confiança aos cidadãos

© Paulo Jorge Magalhães/Global Imagens

No entender de Paulo Santos, há muitos ganhos com a realização de provas que atingem este patamar de interesse e qualidade. "É importante testar o limite de um bombeiro. É fundamental para saber como se comporta no teatro de operações. Normalmente, nós vamos por onde as outras pessoas fogem. Nós vamos para as salvar, costumamos ter um bocado mais de coragem, o que não quer dizer que não tenhamos medo. E se nos virem em forma, as pessoas ficam mais confiantes na capacidade dos bombeiros".

E por falar em medo, como se lida com ele? "Tenta-se contornar, manter a calma e com a experiência torna-se menos complicado", explica. "Até porque com o tempo de serviço percebemos que às vezes é preciso um pouco de improviso para a vítima ter o melhor socorro possível. Por vezes, tudo o que aprendemos na escola não é literal, uma mudança de local altera tudo e temos de meter uma nova ferramenta para melhorar as possibilidades de sucesso", comenta o bombeiro.

"Vêm de muitos países, como Espanha, França, Croácia, Ucrânia ou Brasil. Mais de 120 são mulheres e a dias da competição continuamos a receber pedidos de inscrição"

O Bombeiro de Elite é uma das quatro provas que se realizam em Portugal. "Há o Bombeiro de Ferro, que já vai em seis ou sete edições, que conta com cerca de 120 participantes da Federação dos Bombeiros do Distrito do Porto. O Firefighter - Tower Run, na torre da RTP em Vila Nova de Gaia, o Monte da Virgem, que não costuma ter 100 inscritos. E o Superbombeiro, organizado em Sete Rios, Lisboa, mas que não se realizou em 2018 e este ano", explica o organizador, e também participante, Ricardo Fernandes, que é profissional na Companhia de Bombeiros Sapadores de Braga e secretário regional do Norte da Associação Nacional de Bombeiros Profissionais.

"Braga tinha um diamante por lapidar, porque não havia nenhuma prova em ambiente natural. Em 2017, lancei o evento em mês e meio. Igualámos o Bombeiro de Ferro em número de participantes no primeiro ano e, em 2018, crescemos para 468 atletas. Este ano, tivemos de fechar as inscrições a 30 de Agosto, porque decidimos que 800 é o número que faz sentido nesta fase do Bombeiro de Elite. Queremos crescer de forma sustentada e com qualidade", contextualiza o participante - simbolicamente - número 800 do Bombeiro de Elite 2019. A grande novidade deste ano é que os concorrentes usarão um *chip* que controlará eletronicamente os tempos, garantindo maior transparência numa competição em que cada segundo pode ser fundamental.

A terceira edição conquistou o interesse de mais bombeiros e de mais países. "Vêm de muitos países, como Espanha, França, Croácia, Ucrânia ou Brasil. Mais de 120 são mulheres e a dias da competição continuamos a receber pedidos de inscrição. Estamos muito orgulhosos do que conseguimos, sabendo que podemos ainda fazer mais e melhor. E sem pedir um cêntimo ao município, que nos ajuda logisticamente, como com o transporte dos participantes", acrescenta Ricardo Fernandes.

O bombeiro sublinha que com um orçamento de cerca de 15 mil euros suportado exclusivamente por patrocinadores, o Bombeiro de Elite gera impacto na economia de Braga e da região. "Mais de 100 participantes vêm instalar-se na hotelaria, o que rende milhares de euros, além do dinheiro que deixarão noutras atividades, uma vez que alguns deles estão cá cinco a seis dias. A importância deste evento foi reconhecida pelo Presidente da República que, não podendo estar presente por se encontrar nas Nações Unidas, enviará uma mensagem através de um representante da Presidência, que estará no evento".

ANBP - Associação Nacional de Bombeiros Profissionais