

Nery Brenes venció su temor a las agujas y predicó con el ejemplo

El atleta acudió al llamado a donar sangre, debido el faltante que experimenta el país, por la emergencia por el covid-19

Por Juan Diego Villareal / 8 de julio del 2020

LA NACIÓN



Piense en voz alta.

Active sus conocimientos previos sobre lo que sugiere el título de la noticia y responda:

¿Por qué es importante donar sangre? ¿Todas las personas pueden donar su sangre o hay que cumplir algunos requisitos?

El atleta Nery Brenes estiró el brazo izquierdo, volvió a ver al lado opuesto y solo sintió como una aguja perforó su vena. De esta forma, el especialista en los 400 metros lisos, se sumó al llamado del presidente ejecutivo de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), Román Macaya, quien solicitó donadores de sangre ante el faltante del preciado **plasma**¹.

Debido a la emergencia de la pandemia por el covid-19, las reservas en el país se han ido acabando. Es por eso que el viernes anterior Macaya, en conferencia de prensa, solicitó la colaboración de los costarricenses.

Nery, a pesar de su miedo a las agujas, se comunicó por teléfono para apartar una cita y el lunes anterior acudió al Banco de Sangre, en Zapote, al igual que cientos de ticos, quienes atendieron el llamado.



“Uno debe predicar con el ejemplo y antes de pedir a las personas que vayan y donen sangre, es mejor ir a colaborar con la gente que lo necesita. Uno debe guardar **empatía**² en momentos en que el país nos necesita. Son días muy difíciles para las familias y en lo que podamos, debemos aportarle a Costa Rica para salir adelante todos juntos.”, comentó Brenes.

campeón mundial bajo techo de los 400 metros lisos, en Turquía 2012, recordó que la enfermera que lo atendió y le tomó los **signos vitales**³ lo conocía y le extrañó que asistiera a donar sangre, pues sabía de su temor a las agujas.

¹ **plasma**: componente líquido de la sangre.

² **empatía**: capacidad de pensar en los demás y colaborar activamente en beneficio de otros.

³ **signos vitales**: el ritmo cardíaco, la frecuencia respiratoria, la temperatura y la presión arterial de cada cuerpo.

“Ella sabe que soy ‘alérgico’ a las agujas, solo recuerdo que me metieron una y después tuve que estar como 10 minutos esperando. Pero a como entré salí sin problemas. Uno tiene que colaborar, ser solidario en estos instantes, porque cada uno de nosotros puede hacer la diferencia; ya sea donando sangre o bien quedándose en casa y respetando las indicaciones del Ministerio de Salud”, admitió Brenes.

Aunque en un principio el **velocista**⁴ caribeño había vuelto a los entrenamientos en el Estadio Nacional, suspendió sus visitas al **inmueble**⁵ debido a la alerta naranja en San José.

Por ahora, se mantiene realizando ejercicios específicos en las instalaciones del Comité Olímpico Nacional, en Vásquez de Coronado, donde reside en una de las cabañas.

“Es complicado ir a las prácticas por la distancia y la cantidad de contagios de los últimos días. Para evitar poner en riesgo a mi familia, mejor me quedo en el Comité Olímpico, donde hay espacio y además puedo ir al gimnasio. Son momentos complicados para todos y es necesario hacer caso para no contagiarse”, manifestó Brenes.

Sin fechas para eventos internacionales, o regresar a las competencias, Nery aseguró estar tranquilo, recargando baterías y tomando las cosas con tranquilidad, con el fin de estar listo para el llamado y buscar la marca de clasificación a Juegos Olímpicos de Tokio 2021, en los 400 metros lisos, la cual es de 44 segundos y 90 centésimas (44:90).

“Hay que tener paciencia, de lo contrario uno puede llenarse de frustraciones. porque no se sabe qué va a pasar o cuándo regresaremos a los eventos. A raíz de la pandemia, todos estamos sufriendo, por lo que lo más importante es ser solidarios y mantenernos con salud para continuar con nuestras vidas una vez que todo esto pase”, enfatizó Brenes.

⁴ **velocista**: atleta que se dedica a correr distancias en el menor tiempo posible, a la mayor velocidad que sea capaz.

⁵ **inmueble**: lote, casa o edificio que es propiedad de una persona o del estado.



Piénselo bien.

Responda las siguientes preguntas (encierre en un círculo la respuesta correcta):

1. ¿A qué se refiere la expresión "predicar con el ejemplo"?

- a. Demostrar que los atletas tienen buena salud.
- b. Hacer uno lo que quisiera que los demás hicieran también.
- c. Ofrecerse voluntariamente a realizar algo.

2. ¿Cuál fue el mayor logro de Nery Brenes como atleta?

- a. Clasificarse para los Juegos Olímpicos de Tokio en el 2021.
- b. Donar sangre.
- c. Ganar la prueba de 400 metros lisos en los Juegos Olímpicos de Turquía en el 2012.

3. ¿Cuál es el consejo de Nery Brenes para evitar la frustración?

- a. Tener paciencia.
- b. Demostrar empatía.
- c. Evitar poner en riesgo a la familia.



Más allá del texto.

Todas las personas, sin importar la edad, la profesión o dónde vivamos debemos contribuir con los demás con acciones y actitudes. ¿En qué forma usted ha demostrado solidaridad durante la crisis causada por el Coronavirus?

Esta guía aborda el siguiente contenido curricular procedimental del Programa de Estudio de Español para I ciclo:

Segundo y tercer año escolar:

11.1. Realización de producciones de textos descriptivos y explicativos, en forma escrita (con oraciones cortas pero de significado completo) para la comunicación e información.

Avalado por:



LA NACIÓN

Esta noticia fue publicada originalmente por el periódico La Nación. Grupo Nación S.A. autoriza su reproducción en la Biblioteca Virtual (https://micuentofantastico.cr/biblioteca_virtual/) con fines educativos. La guía de trabajo fue desarrollada por la Asociación Amigos del Aprendizaje (ADA). Derechos reservados por ADA. Prohibida su venta o reproducción en otros sitios web sin previa autorización de ADA.