

CURSO DE SEGURIDAD Y AUTOPROTECCIÓN EN ZONAS DE RIESGO



**INTERNATIONAL
UNIVERSITY
CENTRE FOR
PEACE
MISSIONS**

Centro
Internacional
Universitario para
Misiones
de Paz



**UNIVERSITY
NETWORK
HELSINKI ESPAÑA**

1

QUÉ ES CIUMP

El **Centro Internacional Universitario para Misiones de Paz** de Helsinki España (**CIUMP**) se crea en el 2003 bajo el auspicio del Ministerio de Asuntos Exteriores de España, la Unión Europea y la Organización para la Seguridad y Cooperación Europea (OSCE) con el objetivo de formar profesionales con las competencias y habilidades necesarias para trabajar en misiones de paz. Hoy en día, el Centro ofrece programas, cursos y jornadas sobre temas tan necesarios como prevención de conflictos, seguridad y construcción de la paz.

Para llevar a cabo las formaciones, el Centro ha forjado alianzas estratégicas con entidades relevantes como el Ministerio de Defensa, Ministerio de Asuntos Exteriores, Unión Europea y el Departamento de Operaciones de Paz de Naciones Unidas que contribuyen con profesionales expertos y recursos.

Entre sus programas destacados se encuentran:

- **REACT**: cinco semanas de entrenamiento para profesionales en operaciones de paz y seguridad internacional. Desde su inicio, ha formado a más de 600 profesionales de 70 países.
- **Curso de Naciones Unidas de Coordinación Cívico-Militar**: 6 días de clases dinámicas para la comprensión y asimilación de directrices internacionales que rigen la coordinación cívico-militar y los desafíos asociados en situaciones de desastres naturales o conflicto armado.
- **Hostile Environment Awareness Training (HEAT)**: cinco días de entrenamiento para preparar a los participantes a enfrentar situaciones críticas o de emergencia mientras están desplegados en misiones preservando su salud mental y su integridad física.

Además de estas formaciones, el CIUMP organiza cursos a medida para administraciones e instituciones, aprovechando su experiencia en derechos humanos, prevención de conflictos, seguridad y desarrollo.

El CIUMP ha ampliado su oferta formativa al **sector privado**, aprovechando su vasta experiencia en misiones de paz y entornos hostiles, para proporcionar capacitaciones adaptadas a las necesidades específicas de empresas y organizaciones que operan en contextos complejos y desafiantes.

2 CURSO

SEGURIDAD Y AUTOPROTECCIÓN EN ZONAS DE RIESGO

En un contexto marcado por la inestabilidad económica, política y el aumento de la criminalidad, muchas personas viven o trabajan en zonas donde **la seguridad se ha convertido en una preocupación constante**. Contar con formación especializada en seguridad personal no solo ayuda a **reducir riesgos**, sino que también mejora la **capacidad de reacción** ante posibles amenazas, brindando herramientas concretas para protegerse y actuar con mayor confianza en situaciones adversas.

El curso de Seguridad Personal y Autoprotección en Zonas de Riesgo está diseñado para dotar a los participantes de herramientas clave para **anticipar, identificar, prevenir y responder** eficazmente a amenazas en entornos hostiles. A través de un **enfoque práctico** y basado en **situaciones reales**, los asistentes aprenderán a **evaluar** su entorno, **minimizar** su exposición al peligro y **actuar** con rapidez ante escenarios de riesgo. Se trabajarán aspectos como defensa personal, protocolos en terremotos, seguridad en desplazamientos entre otros, con el objetivo de **desarrollar hábitos** de autoprotección y **toma de decisiones seguras**.

El centro formativo **CIUPM** imparte **formación ad-hoc** para profesionales que deban desarrollar su funciones en entornos de riesgo . Con más de 20 años de experiencia en este campo, CIUPM tiene una trayectoria sólida en preparar a personas a **lidar** eficazmente con situaciones críticas y **liderar** la respuesta ante emergencias preservando la **salud mental y la seguridad física**. CIUMP ha desarrollado este curso con un enfoque integral que busca incorporar la seguridad personal en los hábitos diarios de los participantes, asegurando que la toma de decisiones en situaciones de peligro se convierta en un proceso automático y eficaz.



Objetivo del Curso

- **Identificación, Anticipación y Gestión de Riesgos:** Capacitar a los participantes en la detección temprana y evaluación de amenazas en entornos de riesgo, permitiéndoles anticiparse a los peligros y gestionar situaciones críticas de manera efectiva para minimizar su impacto.
- **Preservación de la Integridad Física y Respuesta Rápida:** Proporcionar herramientas y técnicas para proteger la seguridad personal, incluyendo acciones rápidas y efectivas ante amenazas físicas o agresiones.
- **Adquisición de destrezas ante emergencias prehospitalarias** para responder eficazmente hasta la llegada de los equipos médicos.
- **Estrategias de Evacuación y Escape:** Dotar a los participantes de protocolos automatizados de evacuación, huida y escape en situaciones de peligro extremo, optimizando la toma de decisiones bajo presión.
- **Gestión de la Salud Mental:** Desarrollar estrategias para mantener el bienestar emocional y gestionar la ansiedad antes, durante y después de situaciones de crisis, asegurando una respuesta equilibrada y sostenida en contextos de alta presión.
- **Fomento de la Autoconfianza en Situaciones Críticas:** Desarrollar la capacidad de los participantes para tomar el control en una situación de emergencia, impulsando la toma de decisiones seguras y efectivas.

Metodología del curso

El curso combina teoría y práctica a través de:

- **Sesiones dinámicas** con expertos en seguridad y gestión de crisis.
- **Talleres prácticos y exposición a situaciones de incertidumbre.**
- **Simulaciones de escenarios realistas** para reforzar la toma de decisiones bajo presión.

Instructores:

- Miembros de las fuerzas de seguridad.
- Personal sanitario.
- Psicólogo.



🔷 **Temática destacada del curso:**

- **Análisis contextual.**
 - Evaluación de riesgos
 - identificación vulnerabilidades
- **Defensa personal.**
 - Simulacro robo con violencia.
 - Evasión agresión sexual.
 - Corre. Escondete. Lucha
- **Seguridad en residencia.**
 - Prevención de allanamientos
 - Pautas ante emergencias: terremoto, incendio
- **Seguridad en desplazamientos.**
- **Prevención riesgo secuestro.**
- **Primeros Auxilios**
 - RCP (Reanimación Cardiopulmonar)
 - Asistencia en hemorragias, anafilaxia, neumotórax, etc.
- **Gestión de conflictos y agresividad.** Disuasión y Persuasión.
- **Gestión de estrés y resiliencia** en situaciones críticas.

🔷 **Duración y formato**

- **Duración: 3 días**
- **Carga lectiva: 25h**
- **Modalidad: Presencial**
- **Atención personalizada en grupos reducidos,** con un instructor dedicado por grupo para asegurar la máxima calidad en la formación.



3 PROPUESTA ECONÓMICA

◆ Precio y condiciones

La cuota del curso es de **1.100€ por persona**.

INCLUYE

- Formación completa: clases y actividades
- EPIS (equipos protección individual): guantes, cascos, chalecos.
- Seguro de responsabilidad civil durante el curso.
- Alojamiento en régimen de pensión completa para el alumno.
- Transporte de los alumnos hasta el lugar del curso.
- Fotos de la actividad.
- Diplomas.

Política de cancelación / devolución

- La organización se reserva el derecho de posponer o cancelar el curso si no se alcanza el número mínimo de participantes o si los instructores no pueden asistir por razones de fuerza mayor. En ese caso, se realizará un reembolso completo a las personas inscritas.
- Si el alumno cancela su inscripción, no se podrá realizar un reembolso (incluyendo los casos relacionados con visados). No obstante, en caso de haberlo hecho con una antelación superior a 20 días podrá utilizar el importe del curso cancelado como crédito para participar en futuras ediciones.





**UNIVERSITY
NETWORK**
HELSINKI ESPAÑA

**INTERNATIONAL
UNIVERSITY
CENTRE FOR
PEACE
MISSIONS**

Centro
Internacional
Universitario para
Misiones
de Paz

*Centro Internacional Universitario
para Misiones de Paz (CIUMP)*
C/ Santa Cruz de Marcenado 11, 2ºA
28015 Madrid - España
Tlfno.: 91.533.54.55