



HOSTILE ENVIRONMENT AWARENESS TRAINING (HEAT)



QUÉ ES HELSINKI ESPAÑA – 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, y el Ministerio de Asuntos Exteriores de España, la Unión Europea y el Departamento de Operaciones de Paz de Naciones Unidas que contribuyen con profesionales expertos y recursos.

Además de ofrecer formaciones en resolución de conflictos, protección de civiles, misiones de paz y Derechos Humanos, el IUCPM organiza cursos de seguridad dirigidos no solo a ONGs, empresas, administraciones e instituciones, sino también a personas particulares que desean fortalecer su seguridad ante los riesgos del entorno en el que viven o se desplazan.

Llevamos **más de 30 años** capacitando a profesionales en identificar y reducir riesgos, desescalar conflictos y gestionar estrés sin empeorar situaciones. Cuidando así, la vida e integridad de compañeros de trabajo y humanitarios.



CURSO HEAT

RESUMEN:

HEAT es un programa intensivo de formación de cinco días, en el que las personas participantes aprenderán a gestionar de manera eficaz situaciones críticas o de emergencia durante su despliegue en entornos hostiles mediante simulaciones realistas.

Este entrenamiento cumplirá con los siguientes objetivos:

- Dotar a los participantes de **habilidades esenciales** para operar en entornos hostiles, incluyendo la **identificación de riesgos**, la **toma de decisiones** en situaciones de crisis y la aplicación de **protocolos de seguridad** personal.
- Mejorar la capacidad para **prevenir, gestionar y responder** a incidentes de seguridad como ataques, secuestros, emboscadas o evacuaciones de emergencia.
- Fortalecer la **resiliencia emocional**, garantizando que los participantes puedan desempeñarse de manera efectiva bajo presión, protegiendo su bienestar y el de sus equipos.
- Mejorar las habilidades de **defensa personal** para preservar la integridad física y permitir una respuesta rápida y efectiva ante amenazas.
- Fomentar la **autoconfianza en situaciones críticas**, capacitando a los participantes para tomar el control, tomar decisiones informadas y actuar de manera decisiva en emergencias.

APRENDIZAJES:

- **Desarrollar competencias prácticas para el trabajo sobre el terreno:** Aplicar habilidades prácticas de seguridad, supervivencia y respuesta ante emergencias mediante simulaciones realistas diseñadas para preparar a las personas participantes frente a los desafíos físicos y operativos de trabajar en entornos hostiles y de alto riesgo.
- **Comprensión y Mantenimiento de la Seguridad en Entornos de Alto Riesgo:** Desarrollar una comprensión integral de la interacción entre la seguridad física y mental en entornos de alto riesgo, con un enfoque en mantener ambas bajo presión y en situaciones de crisis.
- **Detección Temprana, Evaluación y Gestión de Riesgos:** Adquirir conocimientos especializados en la identificación y evaluación temprana de riesgos, y aprender a anticipar, adaptar y gestionar estrategias de manera efectiva para afrontar los desafíos únicos que presentan los entornos hostiles.
- **Adquisición de Herramientas y Técnicas para la Gestión de Crisis:** Obtener herramientas y técnicas prácticas para garantizar la seguridad física y gestionar la salud mental durante crisis, mejorando la capacidad de respuesta en escenarios de alto riesgo como ataques, secuestros o evacuaciones de emergencia.
- **Desarrollo de Resiliencia y Preparación a través del Aprendizaje Experiencial:** Potenciar la capacidad de reaccionar con confianza y competencia ante emergencias mediante la experiencia en simulaciones de escenarios de alto riesgo, fomentando la resiliencia y la preparación para desafíos reales.
- **Mejora de la Comunicación y Coordinación en Situaciones de Crisis:** Desarrollar estrategias para una comunicación clara y eficiente durante emergencias y coordinarse de manera efectiva con actores locales e internacionales en contextos de conflicto armado y crisis.

CONTENIDO

- Concienciación sobre Amenazas y Gestión de Riesgos.
- Planificación operacional segura.
- Tácticas Defensa Personal.
- Respuesta ante intentos de Agresión Sexual.
- Primeros Auxilios tácticos.
- Traslado de heridos.
- Regulación Emocional, Gestión del Estrés y Resiliencia.
- Gestión de conflictos: Persuasión, Negociación y Desescalada.
- Orientación con brújula y lectura de mapas.
- Navegación en Puntos de Control y Bloqueos de Carretera.
- Minas, Artefactos Explosivos Improvisados (IED) y Municiones sin Detonar (UXO).
- Escondete. Corre. Lucha.
- Seguridad en Desplazamientos.
- Seguridad en Residencias.
- Evacuaciones. Terremotos e incendios.
- Seguridad de la información.
- Gestión de Amenazas en Multitudes, Manifestaciones, Protestas y Disturbios.
- Secuestro y Supervivencia de Rehenes.

Todos los contenidos del curso están diseñados para mejorar la seguridad, la preparación y la capacidad de actuación de profesionales de la cooperación internacional, la acción humanitaria, los derechos humanos, el tercer sector y otras empresas de productos o servicios que trabajan en entornos complejos y de alto riesgo.



EQUIPO DE INSTRUCTORES

Nuestro curso HEAT cuenta con un equipo multidisciplinar de profesionales altamente cualificados que han desarrollado su trayectoria en algunos de los entornos más exigentes del ámbito de la seguridad, la asistencia sanitaria y la gestión de crisis.

Nuestro personal instructor está compuesto por integrantes de **fuerzas y cuerpos de seguridad, profesionales sanitarios y especialistas en psicología del trauma**, todos ellos con una amplia experiencia operativa tanto en contextos civiles como militares. Además, cuentan con **experiencia específica en la formación y preparación de personal humanitario**, conocen los desafíos y las necesidades de quienes trabajan sobre el terreno y adaptan los ejercicios y escenarios de formación a las **realidades operativas de las organizaciones humanitarias y del tercer sector**.

- **Equipo instructor de Seguridad y gestión de riesgos:** liderado por profesionales procedentes de unidades militares de élite y fuerzas de seguridad con experiencia en operaciones especiales, misiones internacionales y entornos complejos. Su trayectoria incluye despliegues en diferentes regiones del mundo, así como la protección de personalidades de alto nivel, representantes institucionales, responsables políticos y líderes empresariales. Esta experiencia se adapta al contexto operativo de cooperantes, personal humanitario y profesionales que trabajan sobre el terreno.
- **Equipo instructor de asistencia sanitaria en entornos hostiles:** impartido por profesionales de la salud con experiencia directa en servicios de emergencias, respuesta a desastres, incidentes con múltiples víctimas y asistencia en situaciones de crisis humanitaria.
- **Gestión emocional y resiliencia:** dirigido por un especialista en **psicología** del trauma con experiencia en el acompañamiento de profesionales expuestos a situaciones críticas. La formación proporciona herramientas prácticas para fortalecer la resiliencia, gestionar el estrés y mantener la capacidad de actuación en entornos de elevada presión.

La combinación de experiencia operativa, conocimiento técnico y experiencia docente garantiza una formación práctica, actualizada y basada en lecciones aprendidas en escenarios reales de crisis, emergencia y entornos hostiles.

METODOLOGÍA

La formación combina una base teórica con un entrenamiento práctico en terreno, centrado en la simulación de escenarios reales a través de ejercicios de role-playing y simulacros.

- El **75% del curso es práctico** y el 25% es teórico.



LUGAR Y FECHAS

Estado de Puebla, México
24 al 28 octubre 2026

DURACIÓN DEL CURSO

5 días
50 horas.

IDIOMA

Español

DIPLOMA:

Los participantes que completen con éxito la formación recibirán un diploma HEAT del Centro Universitario Internacional para Misiones de Paz (IUCPM) de HELSINKI ESPAÑA. El certificado HEAT es ampliamente reconocido y aceptado por organizaciones internacionales, ONG y misiones ONU como una preparación válida para el despliegue en entornos hostiles y de alto riesgo.

PRECIO Y CONDICIONES

La cuota del curso es de **\$30.531 pesos mexicanos / 1.500€ por persona**

INCLUYE:

- Clases teóricas en aula, actividades en terreno y simulacros.
- EPIS (equipos protección individual).
- Fotos de la actividad.
- Diploma.
- Alojamiento en pensión completa.
- Transporte de los participantes desde Puebla (México) hasta el lugar del curso .

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.



PERFIL DEL PARTICIPANTE

Este entrenamiento está dirigido a personas que, por su labor profesional o situación personal, puedan encontrarse expuestas a contextos con la seguridad comprometida o de alto riesgo en México o en el extranjero.

El curso es especialmente útil para:

- **Personal humanitario y de cooperación internacional**, en especial quienes trabajan en territorios rurales o zonas con **presencia de actores armados**.
- **Periodistas que cubren conflictos territoriales, crimen organizado, minería ilegal, crisis medioambientales o protesta social**.
- **Líderes comunitarios que trabajan en la defensa de derechos humanos o en procesos de restitución de tierras**.
- **Personal de organizaciones sociales y ONG locales**, especialmente en zonas de difícil acceso.
- **Personas defensoras del medioambiente y el territorio**, en regiones con **presencia de economías ilegales**.
- **Integrantes de misiones internacionales, personal diplomático y observadores de derechos humanos**.
- **Equipos de atención a emergencias, gestión del riesgo y desastres naturales**.
- **Población expuesta por condiciones políticas, sociales o económicas**, incluyendo personas desplazadas o con **riesgo de violencia sociopolítica**.
- **Jóvenes profesionales o estudiantes** que se preparan para trabajar en terreno o zonas de con la seguridad comprometida.
- **Voluntarios** que realizan su trabajo en zonas de riesgo.

REQUISITOS

- Buena Condición Física.
- Capacidad para Trabajar Bajo Presión.
- Trabajo en Equipo y Adaptabilidad.
- Compromiso y Actitud Proactiva.

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

- Formulario de registro de HEAT.
- CV.
- Documento de identidad (INE).



Claudia Edwards

México. Participante HEAT 2025.



En un mundo cada vez más incierto, estar preparado para lo inesperado no es solo una ventaja, es una necesidad. El curso HEAT no solo me brindó herramientas para actuar en situaciones extremas, sino que también me enseñó habilidades prácticas que aplico en mi vida diaria. Cada lección es útil desde el día uno; no necesitas esperar a una crisis para poner en práctica lo aprendido. Este entrenamiento te transforma, te da confianza y te prepara para enfrentar cualquier desafío con mayor seguridad y conciencia.

Natalia Scopetta

Argentina. Participante HEAT 2025.



La formación **HEAT** fue una experiencia intensa, práctica y sumamente relevante para los desafíos reales que enfrentamos en el terreno. Me dio herramientas concretas para moverme con seguridad en contextos complejos y de alto riesgo, y me dejó con la confianza necesaria para enfrentar situaciones humanitarias difíciles. Destaco especialmente el excelente trabajo de los entrenadores y del equipo de coordinación, cuyo profesionalismo y compromiso hicieron posible una experiencia formativa de altísimo nivel. Recomendando esta formación a todas las personas que trabajan en el sector humanitario.

Guadalupe Orjuela

Colombia. Participante HEAT 2025.



Nada te prepara al 100% para una emergencia, ni para el conflicto. Pero como civiles, el HEAT es lo más cercano a vivirlo sin cruzar esa línea. Te entrena para pensar cuando todo grita, para cuidar sin exponerte, y para moverte con estrategia en medio de la incertidumbre. Nos recuerda que, en contextos volátiles, la preparación no es opcional: es la base ética y operativa para seguir haciendo nuestro trabajo sin convertirnos en parte del riesgo



Sofía Herra Vargas

México. Animalista

No puedo describir lo agradecida que estoy por haber participado en el programa HEAT de Helsinki España. Fue una semana increíblemente desafiante, tanto física como mentalmente, pero sin duda, una de las experiencias más humanas que he tenido.



Alejandro Dib Parada

México. Emprendedor

En **HEAT** aprendimos a afrontar de forma eficaz situaciones críticas y de emergencia durante misiones humanitarias en contextos hostiles.

La formación abarcó numerosos contenidos esenciales para el trabajo sobre el terreno: evaluación de amenazas y riesgos, primeros auxilios, sistemas de navegación, conducción defensiva todoterreno, negociación en situaciones límite, apoyo con drones, pasos seguros, protocolos de evacuación y escape, estrategias de supervivencia ante secuestros y ataques, gestión de amenazas en disturbios y mucho más. ¡Gracias a Helsinki España y a su equipo!



Jose Miguel Vera

México. Fotoperiodista

Una experiencia increíble, transformadora, pero sobre todo, tremendamente útil para los retos de nuestro sector. Un privilegio compartir con instructores tan top en lo que hacen.



Michael Minassie

Etiopía. Periodista

HEAT me ha proporcionado las habilidades necesarias para afrontar situaciones extremas como secuestros, emboscadas o incendios, entre otras, a las que podría estar expuesto en el desempeño de mi trabajo. Mi reconocimiento a Helsinki España por organizar este curso, impartido por profesionales y especialistas de alto nivel procedentes de diversos ámbitos, y por reunir a participantes de numerosos países, enriqueciendo así el intercambio multicultural.



Stéphanie Bouriel

Austria. Emergency Coordinator

Uno de los aspectos más impactantes de esta experiencia fue el esfuerzo intencional por reunir a personas de diversos orígenes, muchas de las cuales proveníamos de países afectados por diferentes formas de violencia. Esta diversidad enriqueció nuestras conversaciones y permitió un aprendizaje intercultural genuino que se extiende más allá del aula. Estoy especialmente agradecida al equipo por abrir espacios de diálogo y aprendizaje compartido, donde nuestras diferentes realidades, ámbitos profesionales y experiencias vividas se complementaron poderosamente. Gracias a este enfoque, cada participante no solo aprendió, sino que también contribuyó, y el conocimiento colectivo que construimos juntos reflejó la riqueza de nuestras perspectivas únicas.



Juan Camilo Pinzón

Colombia. Analista

HEAT es un entrenamiento practico que me proporcionó capacidades sólidas sobre como trabajar en situaciones de la vida real mientras se está desplegado en terreno. Junto con el conocimiento experto de los instructores, las actividades me ayudaron a desempeñarme de manera profesional en situaciones hostiles y de riesgo.



Benjamin Hindrichs

Alemania. Periodista

En tiempos de creciente hostilidad y violencia contra los periodistas, es crucial estar preparado y aprender a desenvolverse en entornos de alto riesgo, tanto en el propio país como en el extranjero. Como periodista que cubre el extremismo de ultraderecha y trabaja frecuentemente en investigaciones transfronterizas sobre violaciones de derechos humanos, migración o conservación militarizada, el curso HEAT de Helsinki España me ha sido extraordinariamente útil, brindándome las herramientas prácticas y teóricas que todo periodista, ya sea freelance o en plantilla, debería tener al trabajar en entornos desafiantes.



Jiayue Qian

China. Estudiante

Estoy muy agradecida por la experiencia inmersiva y práctica del curso HEAT. La sensación de realismo fue constante y adquirí conocimientos útiles y aplicables. Después de esta formación, me siento más preparada, tanto mental como técnicamente, para el trabajo de campo en situaciones reales.

Me llevo conmigo las lecciones y emociones vividas en HEAT, y mantendré siempre presentes los protocolos de seguridad y las técnicas de manejo del estrés al enfrentar emergencias.



Yoko Kojima

Japón. Estudiante.

HEAT por Helsinki España me ha dado la oportunidad de vivir una de las experiencias más valiosas dentro de mi aprendizaje en desarrollo internacional. Llenó el vacío que sentía en mi maestría en desarrollo internacional en el aula al ofrecer capacitación práctica sobre entornos hostiles incluyendo como lidiar con secuestros, robo de auto, agresión sexual y lo más importante de todo, como prevenir que nosotros estemos situados en un entorno hostil. El contenido presentado por los profesores de campo fue excelente, pero lo que más ha destacado ha sido las interacciones que tuvimos con otros participantes de todo el mundo quienes también están comprometidos con la ayuda humanitaria en el campo.

ORGANIZACIONES QUE HAN CONFIADO EN NOSOTROS



CONTACTO:



Helsinki España
mjaen@helsinkiespana.org
☎ **+34 915335455**
+34 629544873

Helsinki España - Dimensión Humana
Calle de Santa Cruz de Marcenado, 11, 2º A,
Madrid, C.P. 28015
ESPAÑA



@helsinkiespana



helsinkiespana



Helsinki España

