

CURSO DE SEGURIDAD Y AUTOPROTECCIÓN EN ENTORNOS SANITARIOS



CURSO DE SEGURIDAD Y AUTOPROTECCIÓN EN ENTORNOS SANITARIOS

Los profesionales sanitarios y asistenciales desarrollan su actividad en entornos especialmente sensibles, donde deben atender diariamente a personas que pueden encontrarse en situaciones de dolor, incertidumbre, estrés, vulnerabilidad o elevada carga emocional. En determinados contextos, estas circunstancias pueden **derivar en situaciones de tensión, conflicto, amenazas o violencia** que afectan tanto a los profesionales como a los pacientes y al funcionamiento de los centros.

El **Curso de Seguridad y Autoprotección en Entornos Sanitarios** es un programa de formación especializada diseñado para proporcionar a los profesionales del ámbito sanitario y asistencial **conocimientos, herramientas y habilidades prácticas para identificar, prevenir y gestionar situaciones de riesgo en el desarrollo de su actividad**.

La formación aborda la seguridad desde una **perspectiva integral, combinando prevención de riesgos, gestión de conflictos, respuesta ante agresiones, actuación ante situaciones de violencia, seguridad en las instalaciones, evacuación y gestión del estrés**, entre otros ámbitos.

A través de una **metodología eminentemente práctica**, los participantes entrenan sus capacidades mediante ejercicios, **role-playing y simulaciones de escenarios**, adaptados a las características del entorno asistencial y a las situaciones a las que pueden enfrentarse en su actividad profesional.

El programa está diseñado para trabajar no solo la **seguridad individual**, sino también la **capacidad de respuesta colectiva y organizacional**. Una organización sanitaria segura no depende únicamente de protocolos y medidas de protección, sino también de profesionales capaces de identificar señales de alerta, prevenir situaciones de riesgo, gestionar conflictos y actuar de forma coordinada cuando una situación se vuelve crítica.

Por ello, el curso contribuye al desarrollo de una **cultura de seguridad**, integrando la **prevención y la autoprotección en los hábitos cotidianos de los profesionales** y reforzando la capacidad de los centros para afrontar situaciones inesperadas de manera **segura, coordinada y eficaz**.



Objetivo del Curso

Proporcionar a los participantes conocimientos, herramientas y habilidades prácticas para prevenir y gestionar situaciones de riesgo, mejorando su capacidad de respuesta y contribuyendo a la seguridad y resiliencia de la organización.

Objetivos específicos

- **Identificar y evaluar situaciones de riesgo:** desarrollar la capacidad para reconocer señales de alerta, identificar factores de riesgo y evaluar situaciones potencialmente conflictivas durante la atención sanitaria y asistencial.
- **Prevenir y responder ante agresiones:** proporcionar herramientas para prevenir y responder adecuadamente ante agresiones físicas, amenazas, intimidaciones y situaciones de violencia, reforzando la autoprotección y la capacidad de reacción.
- **Mejorar la comunicación y la desescalada:** desarrollar habilidades de comunicación verbal y no verbal para gestionar situaciones de tensión, reducir la escalada de conflictos y favorecer interacciones seguras con pacientes, familiares y terceros.
- **Aplicar estrategias de autoprotección ante incidentes críticos:** entrenar a los participantes para tomar decisiones y actuar de forma segura ante situaciones de violencia grave, incluyendo incidentes con tirador activo, mediante principios de evacuación, búsqueda de refugio y autoprotección.
- **Reforzar la seguridad en las instalaciones:** desarrollar criterios para identificar vulnerabilidades en los espacios asistenciales y aplicar medidas de prevención y respuesta ante amenazas de bomba, situaciones de violencia, incendios y otras emergencias, incluyendo procedimientos de evacuación y coordinación.
- **Fortalecer la capacidad de actuación bajo presión:** proporcionar herramientas para gestionar las respuestas emocionales y mantener la capacidad de decisión y actuación durante situaciones de elevada tensión o riesgo.
- **Fomentar una cultura de seguridad y autoprotección:** integrar la prevención y la preparación en los hábitos profesionales, reforzando la responsabilidad individual, la coordinación entre equipos y la capacidad de respuesta colectiva ante situaciones inesperadas.



Equipo Instructor

Una formación en seguridad para entornos sanitarios requiere una perspectiva **multidisciplinar** que permita abordar tanto los riesgos físicos y operativos como los factores de comunicación, comportamiento y gestión emocional que intervienen en situaciones de tensión.

El equipo instructor reúne a **profesionales procedentes de fuerzas y cuerpos de seguridad, especialistas en psicología y gestión del trauma y expertos en comunicación y lenguaje no verbal**, con experiencia en diferentes contextos civiles y operativos.

Cuenta además con una **sólida experiencia en formación y entrenamiento práctico**, fundamental para transformar el conocimiento especializado en herramientas comprensibles y aplicables al entorno profesional de los participantes.

Un equipo que no solo explica qué hacer, sino que entrena a los profesionales para reconocer los riesgos, prevenir situaciones de conflicto y saber cómo actuar cuando una situación lo exige.



Metodología

De la formación puntual a una cultura de autoprotección.

El curso se basa en una metodología **práctica, dinámica y orientada a situaciones reales del entorno sanitario**. Cada bloque comienza con los conocimientos y pautas necesarios para comprender los riesgos y establecer criterios de actuación.

A partir de ahí, el aprendizaje se traslada a la práctica mediante **ejercicios, role-playing y simulaciones de escenarios**, en los que los participantes deben identificar señales de alerta, gestionar situaciones de tensión, tomar decisiones y poner en práctica las herramientas adquiridas.

Los escenarios se adaptan a las características y necesidades de cada organización, teniendo en cuenta el tipo de centro, los perfiles profesionales y las situaciones de riesgo a las que pueden estar expuestos sus equipos.

La formación busca que las respuestas no se queden en la teoría. Practicar cómo comunicarse, cómo prevenir una escalada, cómo reaccionar ante una agresión o cómo actuar ante una situación crítica permite **interiorizar habilidades** que pueden resultar decisivas cuando una situación real lo exige.

De este modo, la formación contribuye no solo a mejorar la capacidad individual de respuesta, sino también a **fortalecer una cultura de seguridad** dentro de la organización, basada en la prevención, la coordinación y la preparación.

Porque saber qué hacer es importante. Haberlo practicado antes, aún más.



Contenidos

Análisis contextual y gestión del riesgo

- Identificación de situaciones de riesgo durante la atención al paciente.
- Posicionamiento seguro en consultas, habitaciones y espacios asistenciales.
- Actuación segura durante intervenciones individuales.
- Detección de señales de alerta e identificación de situaciones potencialmente conflictivas.

Prevención y gestión de agresiones

- Prevención y respuesta ante agresiones físicas.
- Técnicas de liberación y evasión.
- Distancia, posicionamiento y autoprotección.
- Prevención y respuesta ante agresiones sexuales.
- Actuación ante situaciones de amenaza o intimidación.

Comunicación, gestión de conflictos y desescalada

- Identificación de conductas y factores de riesgo.
- Lenguaje verbal y no verbal en situaciones de tensión.
- Comunicación efectiva y comunicación no violenta.
- Técnicas de desescalada y manejo de la agresividad.
- Gestión de situaciones con pacientes, familiares o terceros en estados de elevada alteración.

Respuesta ante incidentes con violencia

- Actuación ante un incidente con tirador activo.
- Principios de Corre, Escóndete, Lucha (Run, Hide, Fight).
- Evacuación, búsqueda de refugio y autoprotección (cuarto seguro)

Seguridad en instalaciones sanitarias

- Evacuación y respuesta ante amenazas de bomba, incendios y otras emergencias.
- Coordinación y comunicación durante una evacuación o situación crítica.

Gestión del estrés y resiliencia

- Gestión del estrés en situaciones críticas.
- Validación emocional
- Control de las respuestas emocionales y contención emocional
- Estrategias para mantener la capacidad de actuación bajo presión.
- Recuperación tras situaciones de violencia o incidentes críticos.

Duración y formato

La formación se desarrolla **presencialmente** y su **duración y formato se adaptan** a las necesidades de cada organización y al alcance del programa.

Como referencia, el programa puede desarrollarse en **una jornada intensiva de aproximadamente 10 horas de formación, distribuida en diferentes bloques prácticos y teóricos, con pausas programadas y tiempo para almuerzo.**

La jornada permite abordar los principales ámbitos de la seguridad en entornos sanitarios, incluyendo conciencia situacional y detección de señales de alerta, respuesta ante incidentes con violencia, defensa personal, gestión del estrés y comunicación y desescalada.

Los contenidos y el peso de cada bloque se **adaptarán al perfil de los profesionales participantes y a las necesidades específicas de la organización.** Por ejemplo, en grupos formados principalmente por profesionales de psicología o salud mental, podrá reducirse el tiempo dedicado a gestión del estrés y resiliencia para reforzar otros contenidos, como comunicación, desescalada, lenguaje no verbal o gestión de situaciones de conflicto.

Cuando las necesidades de la organización requieran un mayor nivel de profundidad, más tiempo de práctica o la incorporación de escenarios y simulaciones específicas, el programa podrá ampliarse a más de una jornada, ofreciendo incluso la **posibilidad de formación en formato residencial.**

La duración definitiva, el número de participantes, los escenarios de entrenamiento y el formato se definirán conjuntamente con la organización.

La formación puede ser susceptible de bonificación a través de **FUNDAE**, de acuerdo con los requisitos y condiciones establecidos para la formación programada por las empresas. Nuestro equipo puede orientar a la organización sobre el proceso de gestión de la bonificación.



Beneficios para la Organización

La seguridad de una organización no depende únicamente de sus protocolos y medidas de protección. También depende de que **sus profesionales se sientan preparados, respaldados y capaces** de actuar ante situaciones difíciles.

- Hacer que los profesionales se sientan **cuidados y respaldados**, transmitiendo el **compromiso de la organización con su seguridad, integridad y bienestar**.
- Preparar a los equipos para prevenir y responder ante agresiones, proporcionándoles **herramientas prácticas** para identificar riesgos, gestionar situaciones de tensión y actuar adecuadamente cuando una situación se vuelve crítica.
- Mejorar la **gestión del estrés y la presión**, favoreciendo recursos personales que ayuden a afrontar situaciones difíciles y a **reducir factores asociados al desgaste profesional**.
- Fortalecer la **comunicación, la confianza y la coordinación entre los equipos**, mediante ejercicios prácticos que requieren actuar de forma conjunta ante situaciones de riesgo.
- Reducir el impacto de los incidentes sobre la organización, mejorando la **capacidad de respuesta** y contribuyendo a **limitar sus posibles consecuencias sobre la actividad, las instalaciones, los equipos y la continuidad del servicio**.
- **Proteger la confianza y la reputación de la organización**, favoreciendo una respuesta preparada y coordinada ante situaciones que puedan tener repercusión interna o externa.
- Consolidar una **cultura de seguridad**, integrando la prevención, la autoprotección y el cuidado de las personas como valores compartidos dentro de la organización.

Invertir en la preparación de los profesionales es también una forma de cuidarles, proteger la organización y fortalecer su capacidad para afrontar situaciones inesperadas.



CENTRO INTERNACIONAL UNIVERSITARIO PARA MISIONES DE PAZ

El Centro Internacional Universitario para Misiones de Paz (CIUMP) de Helsinki España se creó 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 su actividad formativa en resolución de conflictos, protección de civiles, misiones de paz y Derechos Humanos, el CIUMP desarrolla programas especializados en **seguridad, autoprotección e intervención operativa** para organizaciones e instituciones de distintos ámbitos. Esta experiencia incluye la formación de profesionales de ONG, empresas, centros educativos, hospitales y centros sanitarios, administraciones y otras instituciones, así como programas dirigidos a particulares que desean fortalecer su seguridad y capacidad de respuesta ante los riesgos del entorno en el que viven, trabajan o se desplazan.

Llevamos más de 30 años capacitando a profesionales para identificar y reducir riesgos, desescalar conflictos y gestionar el estrés sin empeorar las situaciones. Contribuyendo así a proteger la vida e integridad de los profesionales y de quienes trabajan junto a ellos.



CONTACTO:



HELSINKI ESPAÑA
International University Center
for Peace Missions



Helsinki España

iucpm@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 Training



Helsinki España



WWW.HELSINKIESPANA.ORG