



# Formación: **LIDERAZGO EN MONTAÑA**

**PRESENTACIÓN**



Más información en:

-----  
[INFO.CONTACTO@CEM-FUNDACION.ORG](mailto:INFO.CONTACTO@CEM-FUNDACION.ORG)

## PRESENTACIÓN

La Formación de “Liderazgo en montaña” se enmarca en un proceso de adquisición de competencias en montaña, buscando que los participantes se introduzcan en las técnicas de liderazgo y conducción en montaña, reforzando a la vez las técnicas para efectuar el montañismo de manera autónoma aplicando las técnicas de la gestión del riesgo. A su vez, la formación busca fortalecer el conocimiento de los futuros aspirantes a la formación de Guía de Montaña UIMLA.

## CARACTERÍSTICAS DE LA FORMACIÓN

<b>Objetivo</b>	Liderar y conducir grupos de montaña aplicando técnicas de gestión de grupo y gestión del riesgo en las etapas de diseño y desarrollo.
Competencias deportivas esperadas	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aplicar técnicas de gestión del riesgo</li><li>• Diseñar itinerarios en montaña</li><li>• Diseñar y desarrollar actividades en montaña</li><li>• Navegar en montaña utilizando instrumentos</li><li>• Aplicar técnicas de seguridad en montaña</li><li>• Utilizar técnicas de gestión de grupo en montaña</li><li>• Aplicar técnicas de liderazgo y conducción en montaña</li></ul>
Carga horaria	Horas teóricas: 56 hrs Horas Terreno: 184 hrs (23 días) Total carga: 240 hrs
Nº de bloques	8
Ratio Instructor/Participantes	1/8 Actividades en Estival 1/7 Actividades Invernal y Altura

## REQUISITOS DE ENTRADA

### Currículo deportivo

Los participantes deben poseer experiencia mínima en actividades de montaña, las cuales no pueden ser repetidas.

- 5 ascensiones en montaña de duración de 1 día
- 5 actividades de duración de 2 días
- 2 itinerarios en condiciones invernales
- 2 ascensiones sobre 4.000 msnm

### Estado físico

Se realiza una evaluación física al inicio de la formación que tiene como objetivo verificar que los participantes presentan un el estado físico apto para la formación.



## METODOLOGÍA

La metodología del proceso está basado 8 sesiones formativos que integran clases teóricas y práctica. La etapa práctica se desarrolla en terreno de montaña en condiciones estivales, invernales y de altitud. Las clases teóricas serán impartidas de forma presencial o por medio de videoconferencia sincrónico. Cada módulo es desarrollado en forma independiente y continuo.

La carga total del programa de estudio corresponde a 224 horas pedagógicas distribuidas en clases teóricas y prácticas.

La formación presenta un enfoque metodológico basado en el desarrollo de competencias y habilidades técnicas asociadas a la conducción integral de actividades en montaña. De esta forma lo(a)s participantes deberán conducir actividades en montaña con la supervisión total del o los instructore(a)s a cargo.

La formación esta diseñada con el fin de que los y las participantes puedan ser preparados para ser parte del proceso de formación de Guías de Montaña UIMLA.

El programa de estudios está estructurado a partir de 4 principales líneas formativas, que se van desarrollando y evolucionado a lo largo de la formación de manera transversal. Estas 4 líneas formativas se desarrollan en etapas teóricas y prácticas siguiendo la metodología general del proceso formativo. Estas son:

- Guiado y liderazgo
- Medio ambiente y patrimonio
- Medicina de montaña y rescate
- Seguridad en montaña

## EVALUACIÓN

La formación cuenta con una evaluación final la contiene una parte teórica y otra práctica. Esta evaluación final tiene como objetivo verificar competencias relacionadas al liderazgo y conducción en montaña de acuerdo al programa formativo.



# Programa

## Evaluación de entrada

Bloque	Nombre	Horas teóricas	Horas prácticas (días de terreno)
0	<ul style="list-style-type: none"><li>Evaluación inicial</li></ul>	2 hrs	8 hrs 1 día

## Programa de estudio

Bloque	Nombre	Horas teóricas	Horas prácticas (días de terreno)
1	<ul style="list-style-type: none"><li>Planificación y Gestión del riesgo</li></ul>	8 hrs	16 hrs (2 días)
2	<ul style="list-style-type: none"><li>Alimentación y Cuidado personal</li></ul>	8 hrs	16 hrs (2 días)
3	<ul style="list-style-type: none"><li>Cartografía y Navegación</li></ul>	6 hrs	16 hrs (2 días)
4	<ul style="list-style-type: none"><li>Medio ambiente de montaña</li></ul>	8 hrs	16 hrs (2 días)
5	<ul style="list-style-type: none"><li>Gestión de riesgo invernal</li></ul>	6 hrs	24 hrs (3 días)
6	<ul style="list-style-type: none"><li>Liderazgo y logística en montaña</li></ul>	8 hrs	16 hrs (2 días)
7	<ul style="list-style-type: none"><li>Expediciones en montaña</li></ul>	8 hrs	56 hrs (7 días)

## Evaluación

Bloque	Nombre	Horas teóricas	Horas prácticas (días de terreno)
8	<ul style="list-style-type: none"><li>Evaluación</li></ul>	4 hrs	16 hrs (2 días)
<b>Total programa</b>		<b>56 hrs</b>	<b>184 hrs (23 días)</b>



## CARGA HORARIA PROCESO FORMATIVO

Sesión	Asignaturas y taller	Horas teórica	Temáticas y actividades	Horas
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Planificación</li> <li>Gestión del riesgo</li> <li>Historia y organización del deporte</li> <li>Taller - Planificación de terreno</li> </ul>	2 hrs 2 hrs 2 hrs 2 hrs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestión del riesgo – 3x3</li> <li>Campamentos</li> <li>Técnicas de marcha - progresión</li> <li>Ascensión y/ travesía</li> </ul>	16 hrs
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alimentación en montaña</li> <li>Primeros auxilios en montaña en montaña</li> <li>Taller - Planificación de terreno</li> </ul>	2 hrs 4 hrs 2 hrs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Seguridad en montaña</li> <li>Rescate en montaña</li> <li>Supervivencia</li> <li>Ascensión y/ travesía</li> </ul>	16 hrs
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cartografía</li> <li>Orientación</li> <li>Taller - Planificación de terreno</li> </ul>	2 hrs 2 hrs 2 hrs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utilización de equipo de navegación</li> <li>Navegación terrestre</li> <li>Ascensión y/ travesía</li> </ul>	16 hrs
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>Protección de medio ambiente</li> <li>Meteorología</li> <li>Geografía y geología básica en montaña</li> <li>Taller - Planificación de terreno</li> </ul>	2 hrs 2 hrs 2 hrs 2 hrs	<ul style="list-style-type: none"> <li>NDR</li> <li>Observación del medio</li> <li>Ascensión y/ travesía</li> </ul>	16 hrs
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nieve y avalanchas</li> <li>Gestión de riesgo invernal</li> <li>Taller - Planificación de terreno</li> </ul>	2 hrs 2 hrs 2 hrs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Búsqueda con DVA</li> <li>Rescate en avalanchas</li> <li>Refugios</li> <li>Progresión en nieve</li> <li>Ascensión y/ travesía</li> </ul>	24 hrs
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liderazgo y conducción en montaña</li> <li>Equipamiento y Logística</li> <li>Telecomunicaciones</li> <li>Taller - Planificación de terreno</li> </ul>	2 hrs 2 hrs 2 hrs 2 hrs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liderazgo en montaña</li> <li>Gestión del riesgo invernal-3x3</li> <li>Ascensión y/ travesía</li> </ul>	16 hrs
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>MAM</li> <li>Planificación de expediciones</li> <li>Calidad turística y normativas legales</li> <li>Taller - Planificación de terreno</li> </ul>	2 hrs 2 hrs 2 hrs 2 hrs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liderazgo en altura</li> <li>Aclimatación</li> <li>Ascensión y/ travesía</li> </ul>	56 hrs
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>Evaluación teórica</li> <li>Taller evaluativo - Planificación de terreno</li> </ul>	2 hrs 2 hrs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vivac en montaña</li> <li>Asistencia con cuerda</li> <li>Ascensión y/ travesía</li> </ul>	16 hrs
<b>Total teórico</b>		<b>56 hrs</b>		<b>176</b>

## EQUIPO PERSONAL

El equipo requerido debe ser provisto por el mismo aspirante.

### Orientación y Navegación

- Brújula deportiva
- Cartas topográfica del lugar
- Porta carta
- Altímetro-reloj

### Equipo estival

- Vestimenta de montaña adaptada al frío.
- Zapato de montaña
- Guantes de trabajo (preferente de cuero)
- Mochila de montaña (tamaño según la duración)
- Elementos de campamento (según la duración)

### Equipo Invernal

- Vestimenta de montaña adaptada a las condiciones invernales y frío.
- Zapato de montaña adaptado a la nieve.
- DVA
- Pala de rescate con hoja metálica y mango extensible
- Sonda de avalanchas (2,4 metros mín/estándar MountainSafety)
- Raquetas de nieve
- Piolet
- Crampones
- Mochila de montaña (tamaño según la duración)
- Elementos de campamento (según la duración)

### Equipo de campamento

- Saco de dormir
- Utensilios de cocina

### Supervivencia

- Linterna frontal
- Saco de vivac 2 personas
- Encendedor y vela
- Kit de reparación (alicate, destornillador, cinta americana, etc)

### Equipo de progresión

- Bastones de trekking (ajustables)
- Cordín 5m x Ø7mm o Ø6mm Aramida/Kevlar
- 2 x anillas de 120cm
- 3 mosquetones HMS

### Equipo común

- Botiquín completo
- Carpa
- Cocinilla



### Kit primeros auxilios

- Manta térmica de supervivencia
- Vendaje de compresión
- Tijeras
- Desinfectante: H2O2 isobetadina líquida, gel de isobetadina
- Suero fisiológico (ojos)
- Pegamento de sutura
- Hilo de coser, aguja de coser (ampollas)
- Fisioterapeuta vendaje 2,5 cm. (kinesiotape)
- Guantes quirúrgicos
- Rollos de gasa y Compresas de gasa 5cm x 5cm
- Compresas de gasa 10cm x 10cm y Vendaje con film plástico (Tegaderm)
- Sutura adhesiva (Steri Strip)
- Tick tweezer (Pinzas de punta para sacar garrapatas y espinas pequeñas)
- Pocket mask (mascarilla de RCP)

