



ESCUELA DE TAEKWONDO FENIX QUILPUE
ASOCIACION DE TAEKWONDO FENIX CHILE
Federación Nacional Deportiva de Taekwondo W.T.
Federación Mundial de Taekwondo W.T.



TESIS DE DEFENSA PERSONAL PARA “CURSOS DE FORMACION Y PERFECCIONAMIENTO DE GUARDIAS DE SEGURIDAD PRIVADA”





ESCUELA DE TAEKWONDO FENIX QUILPUE
ASOCIACION DE TAEKWONDO FENIX CHILE
Federación Nacional Deportiva de Taekwondo W.T.
Federación Mundial de Taekwondo W.T.



"DEFENSA PERSONAL PARA CURSOS DE FORMACION Y PERFECCIONAMIENTO DE GUARDIAS DE SEGURIDAD PRIVADA"

TESIS

Presentada a la Federación Nacional Deportiva de Taekwondo

Por:

JUAN PEDRO ARRIAZA LEDESMA
Cinturón Negro 4to. Dan KUKKIWON

DIRECTOR DE LA ESCUELA FENIX CHILE
ERIC VALDIVIA ARAYA
Cinturón Negro 6to Dan KUKKIWON

Federación nacional deportiva de taekwondo

Respetable señor coordinador

Al saludarle le informo que en su oportunidad fui nombrado asesor del trabajo de tesis titulado Defensa Personal para cursos de Formación y Perfeccionamiento de Guardias de Seguridad Privada, estudio realizado por la experiencia en su práctica, y como Capacitador de Defensa Personal en las diferentes empresas de capacitación y Formación de Guardias de Seguridad, elaborado por el Maestro de taekwondo cinturón negro 4to. Dan JUAN PEDRO ARRIAZA LEDESMA.

Me permito informarle que esta tesis es producto de un trabajo y estudio con respecto a la Defensa Personal para Guardias de Seguridad Privada e investigación bibliográfica, lo que constituye un valioso aporte para todos los profesores e instructores que practican este deporte a nivel nacional, a mi juicio este trabajo está concluido y cumple con los requisitos exigidos por la Federación Nacional deportiva de Taekwondo W.T.

Saluda a Ud.

ERIC VALDIVIA ARAYA
Cinturón Negro 6to. Dan
Federación Nacional Deportiva de Taekwondo



ESCUELA DE TAEKWONDO FENIX QUILPUE
ASOCIACION DE TAEKWONDO FENIX CHILE
Federación Nacional Deportiva de Taekwondo W.T.
Federación Mundial de Taekwondo W.T.



AGRADECIMIENTOS

A Dios: Por regalarme la vida, capacidades, oportunidades y muchas bendiciones.

A mi distinguida SRA. ALEJANDRA VERONICA RAMIREZ LEIVA, Por brindarme su amor, comprensión y apoyo incondicional en cada momento, del cual estamos viviendo y lo importante que es, en esta etapa de mi vida.

A mi Maestro ERIC VALDIVIA ARAYA, por haberme dado la oportunidad y brindarme su apoyo como maestro para seguir por el camino del **DO**, por seguir perteneciendo a su prestigiosa Escuela Fénix Chile y seguir perfeccionándome cada día más.

A mis Amigos: Por permitirme formar parte de su vida, por compartir momentos especiales y apoyarme siempre.

A la Federación Nacional Deportiva de Taekwondo: por aceptarme como Maestro y ser un integrante más por pertenecer a esta Federación.

A Usted: Por tomarse el tiempo de leer este ejemplar.

DEDICATORIA

A Dios: Que este logro pueda reflejar lo mucho que estoy agradecido con Él por convertirme en la persona que soy, por rodearme de seres especiales que hacen mi vida mejor, por llenarme de muchas bendiciones y regalarme todo lo que tengo. Sin olvidar el amor, cuidado y protección que a diario y desde siempre me ha brindado.



INDICE

N° DE ORDEN	MATERIAS	PAGINAS
I.	INTRODUCCION	1
	A. Defensa Personal de Guardias de Seguridad	
	B. Situaciones de riesgo que se nos pueden presentar	2
	C. Actitud, seguridad y distancia de un GG.SS	3
	D. Fases de un procedimiento	4
	E. Conocimiento anatómico básico del cuerpo humano para la defensa personal	7
	F. Puntos vitales del cuerpo humano	8
	G. Efectos de los ataques a los puntos vitales	17
	H. Técnicas de bloqueos y golpes de mano	20
	I. Técnicas de liberación y defensa personal	33
	J. Registro y conducción de personas	33
		34
II.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	37
	Objetivo general	
	Objetivos Específicos	
III.	CONCLUSIONES	38
IV.	RECOMENDACIONES	39
IV	REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	40



R E S U M E N

La Defensa Personal para la formación y perfeccionamiento de los Guardias de Seguridad Privada, son una demostración de la aplicación de las Técnicas de Artes Marciales en un encuentro violento. El objetivo del Curso de GG.SS., en la Defensa Personal no es resaltar la violencia, o dejar implícito que es la primera respuesta de un Artista Marcial ante una situación peligrosa, sino para demostrar la habilidad del Guardia de Seguridad entrenado, para una situación que necesite el uso de la fuerza para repeler el ataque de uno o más atacantes.

Esta tesis surge como necesidad del perfeccionamiento y dentro de ella tiene como objetivo, proponer una metodología de enseñanza para la defensa personal, para los capacitadores en empresas de formación, capacitación y perfeccionamiento en donde se imparten los cursos de Guardias de Seguridad.

La investigación presenta el fundamento teórico básico para la enseñanza de la Defensa Personal.

Tratando definiciones tales como: el proceso de aprendizaje y las metodologías de enseñanza, en la determinación del estado real de las necesidades de la Defensa Personal.

Lo que constituye un elemento esencial para la difusión de los Cursos de Formación y Perfeccionamiento de los Guardias de Seguridad.



I. INTRODUCCIÓN

La especie humana desde su creación, en su lucha por subsistir ha debido enfrentarse a sus semejantes valiéndose de ello de una infinidad de sistemas, técnicas, procedimientos y métodos para lograr sus objetivos. Por eso, el hombre desde tiempos remotos y obedeciendo a su natural instinto de conservación, ha ido perfeccionando sus sistemas de lucha individual, profundizando el estudio de lo que llamamos las Artes Marciales, hasta llegar a convertir su cuerpo en una poderosa arma, cuyos miembros pueden causar la muerte de su oponente.

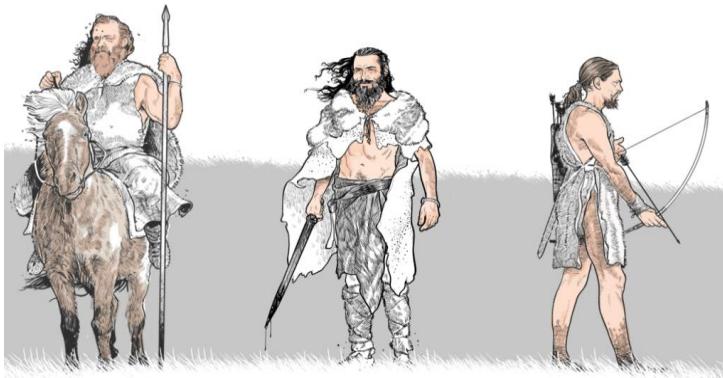
El hombre es considerado como un animal racional, pues, aunque la evolución lo ha convertido en un ser civilizado, no ha dejado atrás esa parte instintiva que le ha permitido buscar alimento, enfrentar desafíos y protegerse de los peligros, principalmente los que amenazan la integridad física y por ende la vida.

El presente trabajo da continuidad a una línea de investigación que defiende que la defensa personal es un contenido pedagógicamente congruente con el currículo del estudio de las artes marciales. Entre otros motivos, porque impulsa el debate pedagógico de qué es la violencia y cómo afrontarla, facilitando que desde las aulas se enseñe, aprenda que la violencia es, en sí misma, la pérdida de toda razón y dignidad de la persona que la ejerce y que, desde un punto de vista técnico o de las artes marciales, la mejor forma de resolver la violencia es con no violencia.

La Defensa Personal es parte de la formación y preparación de los Guardias de Seguridad, todos los cursos que se imparten en los Centros de Capacitación, donde ellos no solo deben adquirir un elevado conocimiento teórico intelectual, sino, además una adecuada integralidad física y de las técnicas que le faciliten defenderse sin riesgos, para complementar las exigencias profesionales que demanda la sociedad.

Los Guardias de Seguridad deben ser capaces de defenderse, que sepan emplear como corresponde la Defensa Personal y estar bien preparados físicamente. Y toda esa introducción Metodología para la enseñanza de los combates de Defensa Personal en los Centros de Capacitación.

La valoración de lo expresado anteriormente resalta las funciones esenciales, en primer lugar, la función valiosa de los Guardias de Seguridad Privada la otra importancia de la preparación para el cumplimiento de sus funciones. Donde la Defensa Personal se convierte en instrumento de trabajo para el cumplimiento de los deberes y la tranquilidad ciudadana.



A. DEFENSA PERSONAL GUARDIAS DE SEGURIDAD

Esta no puede ser vista o trabajada como un método de combate, pelea o deportivo.

Lo importante es aprender a evitar problemas, no generarlos

Gran parte del aprendizaje de la defensa personal se basa en cómo evitar situaciones conflictivas y de peligro. Si puedes evitarlas, hazlo; si puedes solucionar el problema hablando hazlo.

NO SE TRATA DE CREAR HÉROES, SINO DE SALIR SANO DE UN CONFLICTO

Para lo que respecta a este tema hay que enfocar a un trabajo en el que permita aprender conceptos generales de autoprotección, ya que, el conocimiento en esta área requiere que la persona trabaje y entrene por un tiempo y constantemente en determinadas técnicas de defensa.

Por lo tanto, la simplicidad de las técnicas de defensa personal, no se requiere gran cantidad de tiempo de práctica para ponerlas en ejecución, como en las artes marciales, donde consiste precisamente en la repetición



de estímulos (defensas y ataques) infinidad de veces para que estos se hagan una segunda naturaleza y se expresen espontáneamente para cuando sean necesarias. Esto es totalmente valido para la defensa personal.

Por ello, las técnicas que veremos deberán ser practicadas y repasadas mentalmente todo cuanto sea posible, hasta "hacerlas intimas" a cada Uno.

B. SITUACIONES DE RIESGO QUE SE NOS PUEDEN PRESENTAR

Las situaciones que se presentan ante el encargado de seguridad tienen diferentes niveles de riesgo, desde un nivel prácticamente nulo hasta el máximo enfrentamiento mortal.

El nivel adecuado es aquel que nos dé sensación de seguridad. Con todo esto pretendo decir es que el nivel de seguridad ha de ser flexible y adaptable a la situación que se plantea.

Podemos encontrar las siguientes situaciones:

1. Situación de riesgo normal
2. Situación de Riesgo medio
3. Situación de riesgo alto

1. SITUACIÓN DE RIESGO NORMAL

Es aquella que comporta un riesgo mínimo de efectos leves. Se inscribe dentro del trabajo cotidiano del guardia. No hay un aviso sistemático de indicios de peligro, aunque el guardia ha de mantenerse atento a la evolución de la situación ante la cual actúa.

2. SITUACIÓN DE RIESGO MEDIO

Es aquella donde hay indicios, hechos o expresiones que hacen que haya que reforzar la atención y tomar precauciones suplementarias. Es suficiente que estos indicios sean ligeros. Los indicadores de esta situación son los siguientes:

- Las personas que, coinciden en su aspecto, con autores de delitos, siempre que se haya recibido sobre la comisión del hecho.
- Las personas que, observan atentamente al guardia, sin razón especial
- Las personas que, levantan la voz de manera intimidatoria

- Las personas que, ante las preguntas del guardia, cambian de posición de sus pies como para huir o responder agresivamente o bien esconden las manos en los bolsillos.
- Las personas que, aunque no sean peligrosas, han cometido alguna falta penal.

3. SITUACIÓN DE RIESGO ALTO

El peligro es inmediato. Hay probabilidad de enfrentamiento. Los efectos del riesgo son imprevisibles. Es necesario extremar las medidas de seguridad. El enfrentamiento puede ir más allá del enfrentamiento verbal

Los indicadores de este tipo de situación, entre otros son los siguientes:

- Las personas que, a la vez gritan, intentan empujar al guardia
- Las personas que gesticulan de forma agresiva
- Las personas que, dicen que tienen un arma
- Las personas sobre las cuales se tiene la certeza de que ha cometido un acto delictivo.

C. ACTITUD, SEGURIDAD Y DISTANCIA DE UN GG.SS

1. CONSEJOS PARA UN PROCEDIMIENTO SEGURO
 - a. Actitud
 - b. No actuar solo
 - c. Advertir los signos de peligro
 - d. Relajarse con falsas alarmas
 - e. Tomar las precauciones necesarias cuando comenzamos el procedimiento
 - f. El uso de la Fuerza
 - g. Usar un adecuado vocablo por los intercomunicadores o cuando se dirige a una persona
 - h. Uso de la radio
 - i. Presentación personal
- a. Actitud
 - Cuando este de servicio concentrarse en el trabajo
 - Si la tarea se realiza en parejas o grupos, debe evitar mantener conversaciones animadas, en voz alta o con risas, por cuanto denota que no estamos concentrados en la tarea

- Dejar de lado los problemas personales
 - La distracción puede costarnos caro, el uniforme nos hace un blanco fácil
 - Evitar el uso innecesario del teléfono celular
- b. No actuar solo
- Para reducir los riesgos debemos procurar actuar siempre con apoyo
 - Al estar solo debemos apelar a los medios necesarios (radio, teléfono celular) para solicitar apoyo y brindar un cuadro de superioridad
- c. Advertir los signos de peligro
- Estar atentos al entorno, advirtiendo detalles de lo que nos rodea.
 - Nos despierta el olfato para detectar signos de peligro, como ser (movimientos, actitudes sospechosas, automóviles con ocupantes que despierten sospecha)
 - Ropas abultadas que supongan la presencia de armas d fuego
 - “Actitudes sospechosas” debemos extremar los cuidados y acercarnos con precaución.
- d. Relajarse con falsas alarmas
- Las falsas alarmas tienen un efecto negativo en nuestra actitud, porque nos relajan y hacen que bajemos la guardia
 - Existen antecedentes que muchos Agentes, han resultado fallecidos o heridos por haber estado en una situación que a primera vista parecía una rutina de “SIN NOVEDAD” y resultó ser un hecho grave, con consecuencias graves en la integridad física
- e. Tomar las precauciones necesarias cuando comenzamos el procedimiento
- Si nos acercamos a identificar o dialogar con una persona que está en una actitud sospechosa, debemos prestar atención en sus manos
 - La experiencia, la responsabilidad con que asumimos nuestra tarea



ESCUELA DE TAEKWONDO FENIX QUILPUE
ASOCIACION DE TAEKWONDO FENIX CHILE
Federación Nacional Deportiva de Taekwondo W.T.
Federación Mundial de Taekwondo W.T.



- El constante perfeccionamiento en conocimiento y las técnicas adecuadas para cada circunstancia a que nos exponemos, nos darán el aplomo, seguridad y eficacia en la tarea de EVITAR el delito
 - f. El uso de la fuerza
 - En primer lugar, se ha de recurrir a medios “NO VIOLENTOS”
 - Se utilizará la fuerza sólo cuando sea estrictamente necesario
 - No se admiten excepciones ni excusas para los usos ilegítimos de la fuerza
 - El uso de la fuerza será siempre proporcional a los objetivos ilícitos
 - La fuerza se utilizará siempre con moderación
 - Se deben reducir al mínimo daños y lesiones
 - g. Usar un adecuado vocablo por los intercomunicadores o cuando se dirijan a una persona
 - Para identificar a una persona o sospechoso, no usar garabatos
 - No llegar en forma agresiva
 - Ser atento
 - Siempre saludar
 - h. Uso de la radio
 - No distraerse jugando con la radio (PTT)
 - i. Presentación personal
 - Uniforme del Agente bien presentado
 - Zapatos bien lustrados
 - Si usa barba bien arreglada
 - Mujeres con el pelo tomado
2. SEGURIDAD Y DISTANCIA
- a. No dar la espalda al público
 - b. Situarse en un lugar que tenga dominio del área y su entorno
 - c. No perder de vista a su compañero
 - d. Al acercarse a una o varias personas siempre mantener la distancia

**D. FASES DE UN PROCEDIMIENTO
EN UN PROCEDIMIENTO LAS FASES SON LAS SIGUIENTES:**

1. Fase de aproximación
2. Fase de reducción
3. Fase de inmovilización
4. Fase de registro
5. Fase de conducción (traslado)

Hay que tener claro el objetivo de cada componente y analizar las diferentes técnicas que combinadas correctamente logren resultados óptimos, que no nos comprometan procesalmente.

La actuación ante un caso de resistencia ha de realizarse bajo los siguientes aspectos:

- ✓ Los derechos de la persona afectada, el delito que se trate, y el peligro para otros ciudadanos.
 - ✓ Las consecuencias sociales de la actuación
- En caso de resistencia por parte del detenido debe evitarse que pueda conseguir el apoyo del público observador y también tener en cuenta, que la detención debe causar el menor daño posible y que cuenta con la presunción de inocencia.

1. FASE DE APROXIMACION

Cuando nos vamos a acercar a un sospechoso se debe:

1. Identificar a este, no toda persona es delincuente
2. Seleccionar el flanco de aproximación
3. La aproximación podrá ser distante o cercana, tendrá que elegir de acuerdo la situación

2. FASE DE REDUCCION

Esta consiste en el sometimiento del sospechoso y/o delincuente. Se tendrá que ocupar técnicas controladas racionalmente para evitar lesiones que comprometan futuras demandas.

Esta será conforme a la situación del momento, ejecución apropiada e inteligente.

Para el éxito de esta se complementará (Técnica, Experiencia e Inteligencia).

3. FASE DE INMOVILIZACIÓN

Como indica la palabra esta debe ser una técnica que coarte el movimiento del detenido, este no se podrá mover. Si esto no ocurre no hay inmovilización, en esta etapa se puede esposar.

4. FASE DE REGISTRO

En esta fase se procede a la revisión del sospechoso, se tendrá que diferenciar los niveles de registro de acuerdo con la necesidad del momento.

E. CONOCIMIENTO ANATOMICO BASICO DEL CUERPO HUMANO PARA LA DEFENSA PERSONAL

1. Del cuerpo humano

a. GENERALIDADES

La enseñanza, práctica y aplicación de la Defensa Personal requiere como fundamento básico el de conocer la anatomía humana en su funcionamiento, capacidades, limitaciones y vulnerabilidad de los órganos y sistemas que lo conforman.

b. OBJETO

Su objetivo, por lo tanto, tiende a instruir y preparar al GG.SS. En la localización de las zonas vitales del cuerpo humano, conociendo su ubicación, los efectos y repercusiones ante la acción de presiones, torciones en las articulaciones. Ello le ha de permitir saber dónde atacar para defenderse de su atacante en el menor tiempo posible y a la vez defenderse en mejor forma de un agresor.

2. División anatómica

Conforme a lo expuesto en el punto anterior y como aplicación a la Defensa Personal, se puede dividir el cuerpo humano en cuatro grupos principales y seis sistemas o aparatos orgánicos para su estudio.

Grupos principales

a. La cabeza

Representada por el rostro, el cuello y la bóveda craneana (parte cubierta por el cuero cabelludo). (Fig. 1)

b. El tronco

Lo componen el pecho, abdomen, espalda y periné (región situada entre el orificio anal y los genitales). (Fig. 2)

c. Miembros superiores

Están formados desde el tronco hasta su extremidad libre, por el brazo, antebrazo y la mano (comprende los huesos húmero, radio, cúbito, huesos carpianos de la muñeca, huesos metacarpianos de la mano y falanges). (Fig. 3)

d. Miembros inferiores

Compuesto por el muslo, pierna y pie (comprende los huesos fémur, rótula, peroné, tibia, tarso, metatarso, astrágalo y calcáneo) (Fig. 4)



Fig. 1



Fig. 2

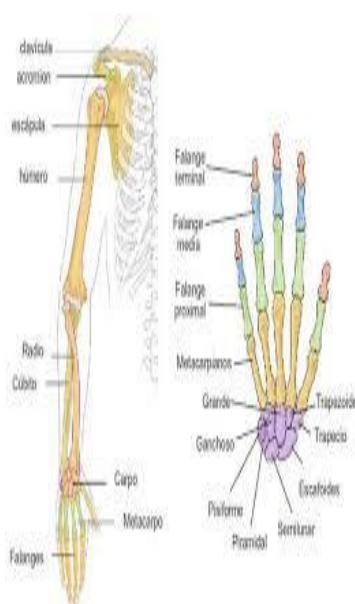


Fig. 3

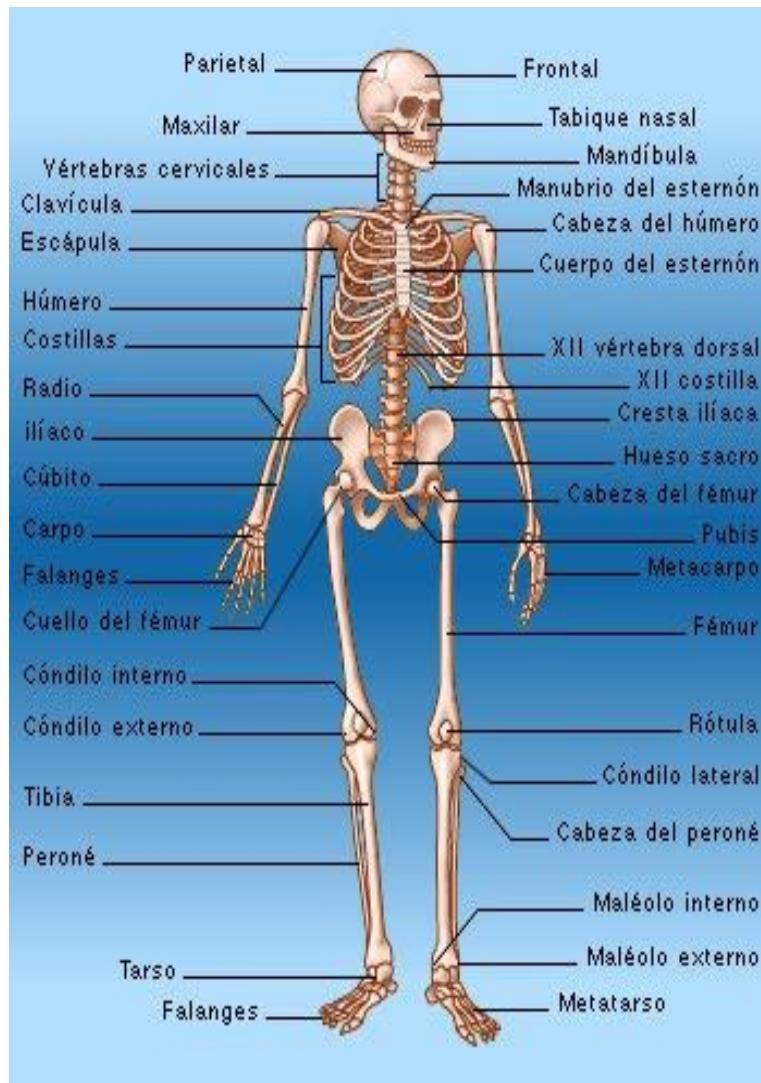


Fig. 4

3. Sistemas o aparatos principales

a. Osteología

Es el estudio de los huesos del cuerpo humano, estos se clasifican, según su forma, en largos, planos e irregulares



4. La columna vertebral

La columna vertebral es el pilar fundamental que mantiene la posición erguida del cuerpo, en su interior se encuentra la médula espinal y la red de centros nerviosos que emiten los impulsos necesarios para realizar movimientos. En ella distinguimos las siguientes partes.:

Vista de costado

- Vértebras cervicales
- Vertebras torácicas
- Columna lumbar
- Sacro
- Cóccix

Vista posterior

- Región cervical
- Región dorsal
- Región lumbar
- Región sacra
- Cóccix

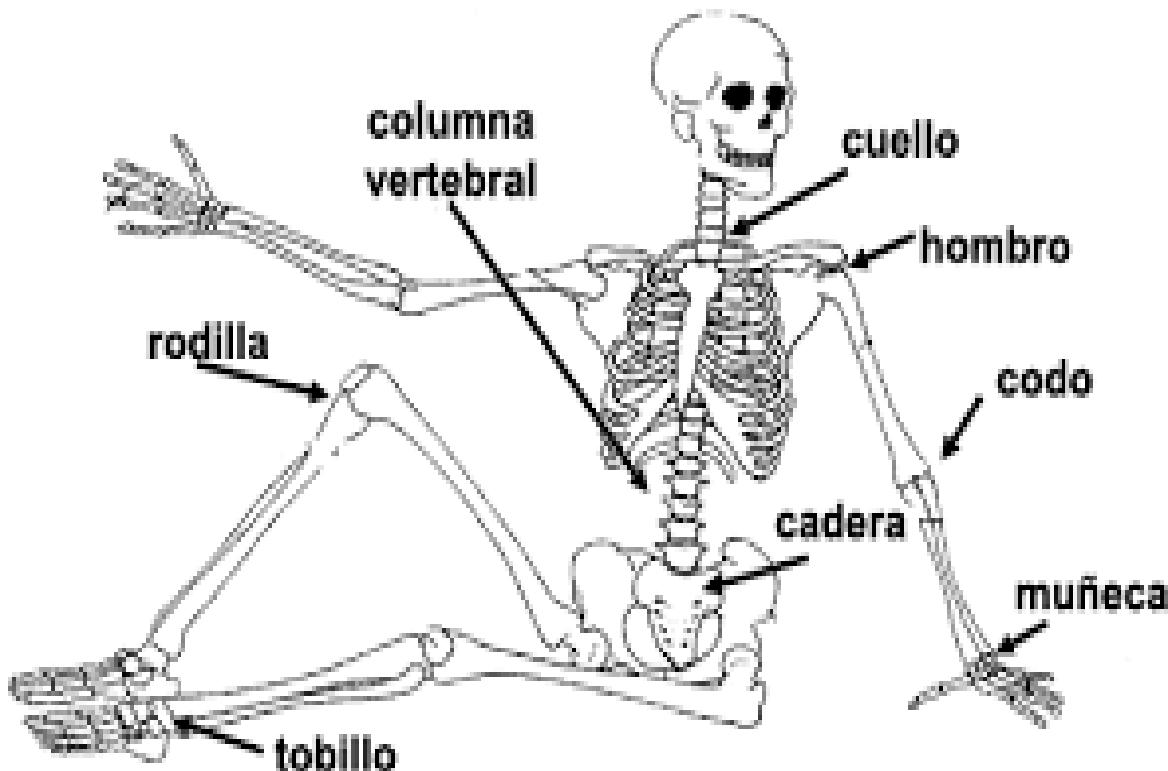


5. Artrología

Es la parte de la anatomía que estudia las articulaciones.

Las articulaciones conforman un conjunto de partes blandas y duras, que constituyen la unión de uno o más huesos próximos, las articulaciones más importantes y vulnerables son las siguientes:

- Hombros –Codos –Muñecas –Caderas –Rodillas –Tobillos Columna.



6. Circulatorio

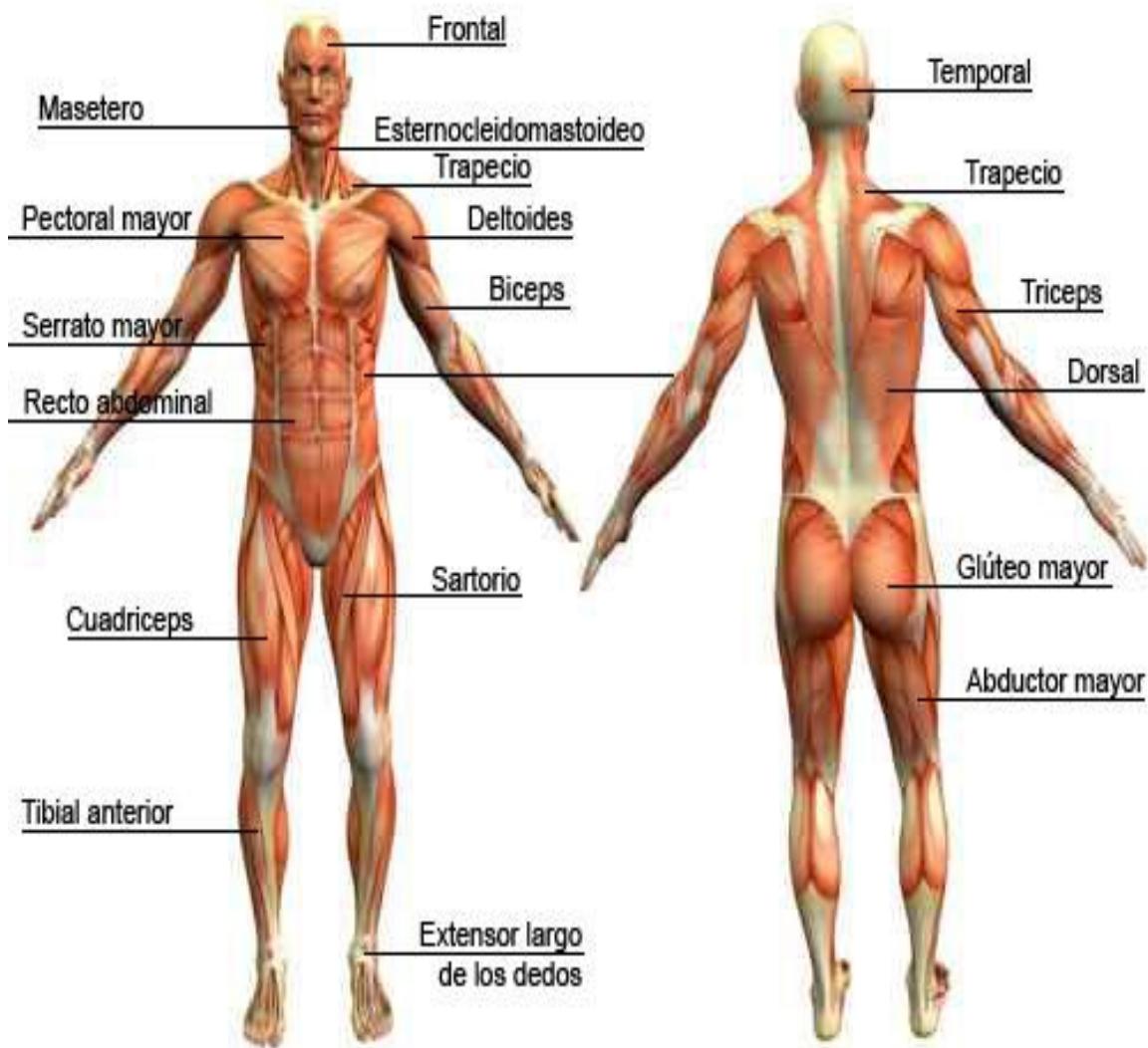
Es un conjunto de órganos y vasos destinados a mantener el flujo sanguíneo, desde y hacia el corazón.

Lo componen los siguientes elementos.

- a) Corazón: órgano de paredes musculares, fuertemente contráctiles, que funciona como una bomba aspirante y expelente, se encuentra ubicado entre ambos pulmones.
- b) Vasos sanguíneos: Son los conductores por los cuales circula la sangre y se divide en arterias y venas.

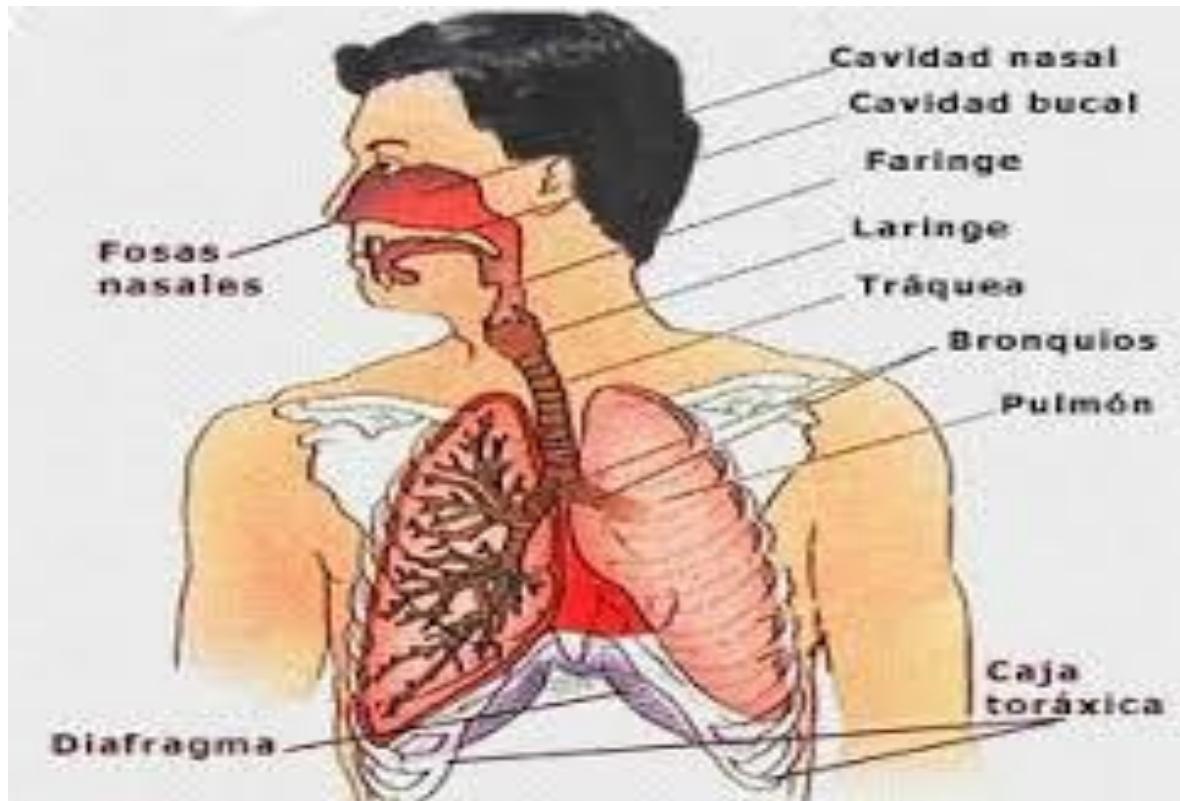
- c) Las Arterias: son vasos cilíndricos que poseen movimientos de ondulación, contracción y relajación, conducen la sangre purificada; las principales son La carótida, aorta, bronquial y femoral.
 - d) Las venas vasos sanguíneos muy dilatables y menos pulsátiles que las arterias, conducen la sangre impura al corazón.
 - e) Las capilares: vasos de calibre muy pequeño, que constituyen las últimas ramificaciones de las arterias y a la vez el inicio de las venas.
 - f) El Bazo: Órgano que secreta una sustancia encargada de la destrucción de glóbulos rojos caducos, y a la vez de reconstruirlos (formar glóbulos rojos) se encuentra ubicado bajo las costillas en el costado interior e inferior izquierdo del estomago
 - g) Los riñones: Dos órganos que cumplen la misión de filtrar y eliminar las impurezas de las corrientes sanguíneas.
7. Miología: Es el estudio del aparato o sistema muscular del cuerpo humano.
- a) Clasificación de los músculos
 - 1) Según su acción
 - ✓ Voluntarios: se contraen bajo la influencia de la voluntad y se encuentran agrupados alrededor de las diferentes piezas óseas del esqueleto.
 - ✓ Viscerales: No están bajo la influencia de la voluntad y son responsables en parte del funcionamiento de las vísceras del cuerpo humano.
 - ✓ Músculo cardiaco: Destinado a mantener los movimientos de contracción y distensión del corazón.
 - 2) Según su forma
 - ✓ Largos: El bíceps, tríceps branquial, etc.
 - ✓ Anchos: Pectorales, oblicuos, romboides, etc.
 - ✓ Cortos: Inter vertebrados (se encuentran alrededor de las articulaciones)
 - ✓ Mixtos: Presentan características de una y otra dimensión
 - 3) Cantidad de músculos del cuerpo humano
 - ✓ De la cabeza: 63 músculos
 - ✓ Del tronco: 190 músculos
 - ✓ De los miembros superiores: 98 músculos
 - ✓ De los miembros inferiores: 104 músculos
 - ✓ Del aparato de la vida nutritiva: 46 músculos
 - ✓ Total, de músculos del cuerpo humano: 501 músculos

Músculos más importantes del cuerpo humano



8. Aparato respiratorio para su estudio se divide en:

- | | | | |
|------------------|------------------|------------------|-------------|
| 1. Fosas nasales | 2. Cavidad Nasal | 3. Cavidad bucal | 4. Faringe |
| 5. Laringe | 6. Tráquea | 7. Bronquios | 8. Pulmones |
| 9. Caja torácica | 10. Diafragma | | |

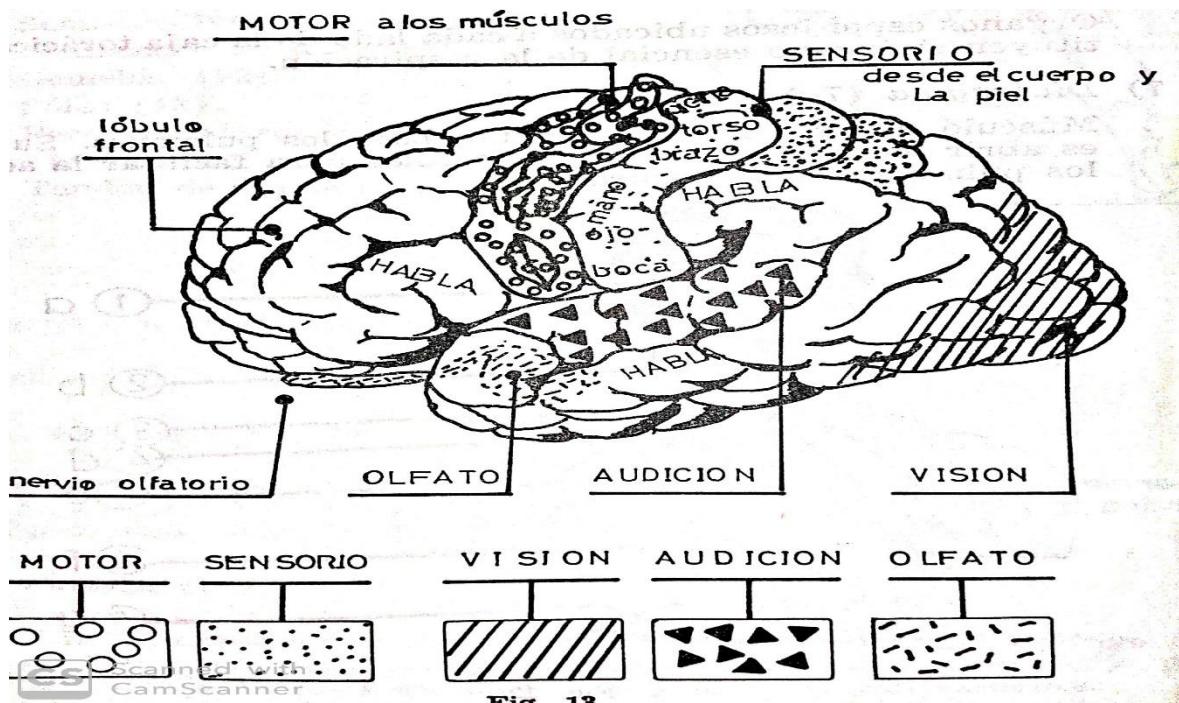




9. Sistema nervioso

En la figura que se verá a continuación se aprecia el cerebro; en él están, las regiones motoras (que dan origen a los movimientos), y las regiones sensoriales (captación de estímulos).

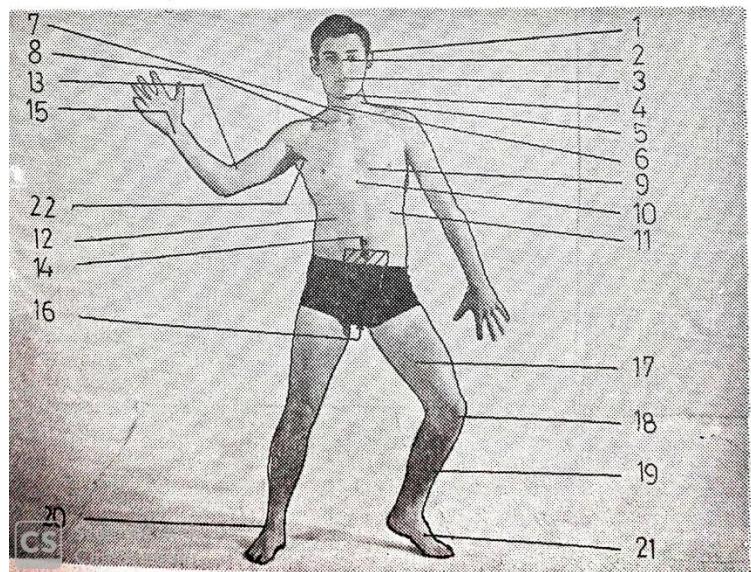
Al propinar un golpe en alguna de estas regiones, causara la perdida total, parcial o temporal de algunas de las funciones específicas del cerebro del oponente, provocándole ceguera, sordera, inmovilidad, perdida del conocimiento o la muerte.



F. PUNTOS VITALES DEL CUERPO HUMANO

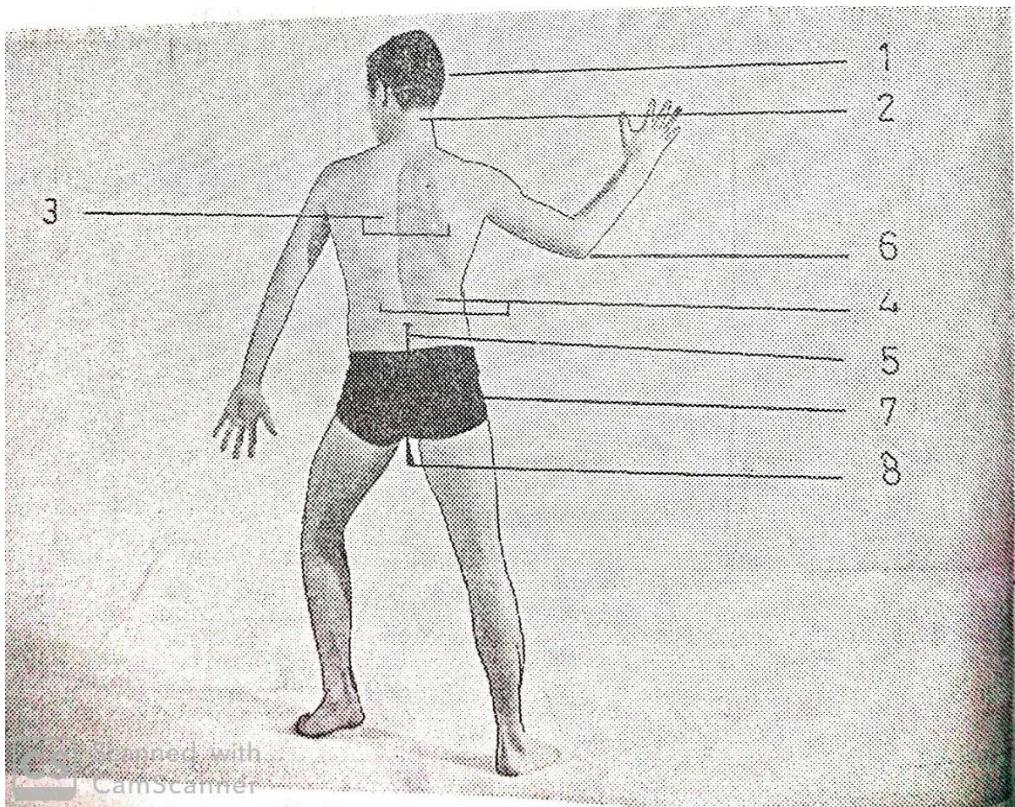
PUNTOS VITALES DEL CUERPO HUMANO PLANO ANTERIOR

1	Temporal	2	Sutura fronto nasal
3	Labio superior en la base nariz	4	Mentón (maxilar inferior)
5	Carótida	6	Yugular
7	Tráquea (Nuez)	8	Clavícula
9	Corazón	10	Plexo solar
11	Bazo	12	Hígado
13	Arteria bronquial	14	Región hipogástrica
15	Arteria radial (Muñeca)	16	Testículos
17	Arteria femoral	18	Rótula
19	Tibia	20	Tobillo
21	Empeine	22	Axilas



PUNTOS VITALES DEL CUERPO HUMANO PLANO POSTERIOR

1	Región occipital	2	Base de la nuca
3	Ambos pulmones	4	Ambos Riñones
5	Vértebras lumbares	6	Codo
7	Glúteos	8	Cóccix





ARMAS NATURALES DEL CUERPO HUMANO

CABEZA	FRONTAL OCCIPITAL
MIEMBROS SUPERIORES A. BRAZO	CODO ANTEBRAZO MUÑECA
B. MANO	PUÑO NUDILLOS BORDE EXTERIOR BORDE INTERIOR TALON DE LA MANO MAZO PALMA
C. DEDOS	ARTICULACION DEL DEDO MEDIO ARTICULACION DEL DEDO INDICE ARTICULACION DEL DEDO PULGAR ARTICULACIONES DEL DEDO INDICE AL MEÑIQUE GARRA PUNTA DEL DEDO PUNTA DE DOS DEDOS PUNTA DE DEDOS
MIEMBROS INFERIORES A. RODILLA	VERTICAL HORIZONTAL
B. PIE	TALON DEL PIE EMPEINE BORDE EXTERIOR BORDE INTERIOR PUNTA DEL PIE



G. EFECTOS DE LOS ATAQUES A PUNTOS VITALES

En los ataques a zonas y puntos vitales de un oponente, pueden causar los siguientes efectos o combinación de ellos, tales son: efectos de muerte, de desvanecimiento, de parálisis y de rompimiento.

ZONAS DE MUERTE PLANO ANTERIOR

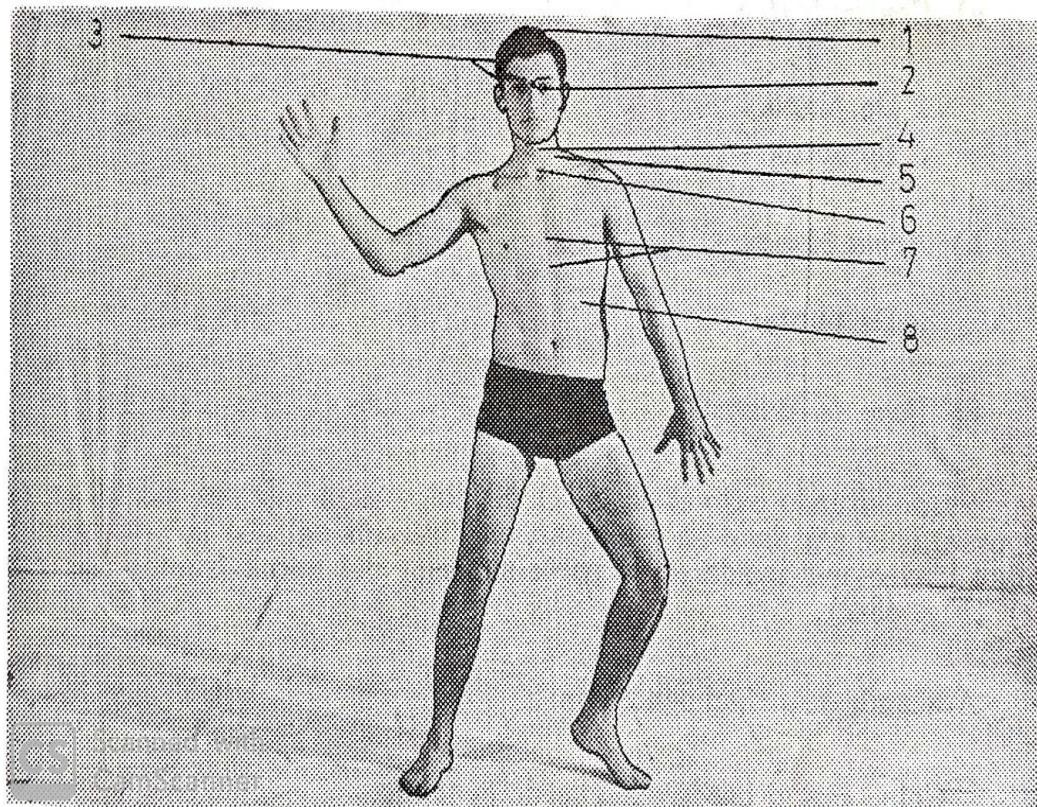
	ATACANDO CON GOLPES MANO	CONTUNDENTE	ARMA BLANCA
FONTANELLA ANTERIOR	Golpe de puño Golpe de codo Golpe de talón	De punta De plano De mazo	De punta De mazo
SUTURA FRONTO NASAL	Golpe de puño Golpe de codo Golpe borde exterior de la mano Golpe con el talón de la mano Golpe de talón y/o punta del pie	De punta De plano De mazo	De punta De mazo
TEMPORALES	Golpe de nudillo Golpe de puño dedo medio Golpe de codo Golpe borde exterior de la mano Golpe de rodilla	De punta De plano De mazo	De punta De mazo



ESCUELA DE TAEKWONDO FENIX QUILPUE
ASOCIACION DE TAEKWONDO FENIX CHILE
Federación Nacional Deportiva de Taekwondo W.T.
Federación Mundial de Taekwondo W.T.



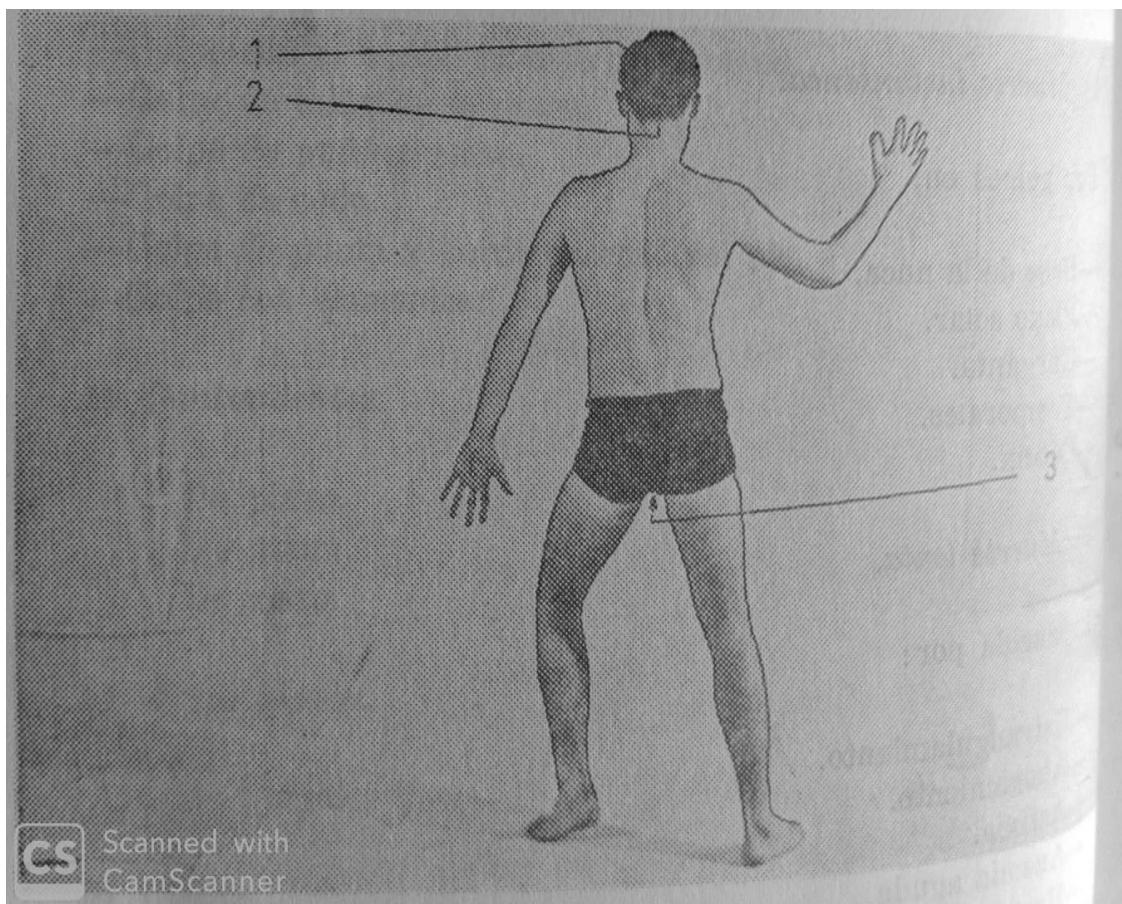
	ATACANDO CON GOLPES MANO	CONTUNDENTE	ARMA BLANCA
CARTILAGO TIROIDEO (NUEZ DE ADAN)	Golpe borde exterior de la mano Golpe de talón de la mano Golpe de nudillos Golpe de punta de dedos Golpe de punta y talón del pie	De punta De plano De mazo	De punta De tajo
CUELLO COSTADO IZQUIERDO	Golpe de borde exterior de la mano Golpe de puño Golpe del talón de la mano Golpe de punta y borde exterior del pie	De plano	De punta De tajo
TRAQUEA	Golpe de punta de dedos Golpe de puño con dedo medio Golpe de punta del pie	De punta De mazo	De punta
PLEXO SOLAR	Golpe de puño Golpe de puño con dedo medio Golpe de codo Golpe de punta y talón del pie	De punta De mazo	De punta
BAZO	Golpe de puño Golpe de puño dedo medio Golpe de codo Golpe de punta del pie	De punta	De punta



ZONAS DE MUERTE PLANO POSTERIOR

	ATACANDO CON GOLPES MANO	CONTUNDENTE	ARMA BLANCA
APEZ CRANEANO	Golpe de mazo y puño Golpe con el borde externo de la mano Golpe de codo Golpe con la punta y talón del pie	De plano De mazo	De punta
BASE DE LA NUCA	Golpe con el borde externo de la mano Golpe de talón de la mano Golpe de puño y mano	De punta De plano De mazo	De punta

	Golpe de codo Golpe de punta y borde externo del pie		
COCCIX	Golpe de punta del pie	De punta	De punta



Scanned with
CamScanner



EFECTOR MORTALES

LA MUERTE DERIVADA DE LOS ATAQUES ANTES MENSIONADOS SE PUEDE PRESENTAR EN LAS SIGUIENTES FORMAS:

	POR GOLPES EN:	PRODUCIDA POR:
MUERTE INSTANTANEA	Base de la nuca Plexo solar Garganta Temporales Cóccix	
MUERTE LENTA		Estrangulamiento Ahogamiento Asfixia Anemia aguda Hemorragias

ZONAS DE DESVANECLIMIENTO PLANO ANTERIOR

	ATACANDO CON GOLPES MANO	CONTUNDENTE	ARMA BLANCA
BORDE CUENCA ORBITAL	Puño (haciendo sobresalir la articulación de uno de los dedos tales como el pulgar, apoyando la yema sobre el índice o la articulación del dedo medio). Punta del pie	De punta De plano De mazo	-.-



ESCUELA DE TAEKWONDO FENIX QUILPUE
ASOCIACION DE TAEKWONDO FENIX CHILE
Federación Nacional Deportiva de Taekwondo W.T.
Federación Mundial de Taekwondo W.T.



	ATACANDO CON GOLPES MANO	CONTUNDENTE	ARMA BLANCA
NACIMIENTO DE LOS POMULOS	Golpe nudillos, puño y/o mano Golpe canto o talón de la mano Golpe de codo Golpe de punta del pie, empeine y/o talón Golpe de rodilla	De punta De plano	-.-
BASE DE LA NARIZ	Golpe talón de la mano Golpe de canto Golpe de codo ascendente Golpe de punta y borde externo del pie	De punta De Plano	-.-
MAXILAR INFERIOR	Golpe de puño Golpe talón de la mano Golpe de punta y/o talón del pie Golpe de codo y rodilla	De plano De punta	-.-
CUELLO	Golpe borde externo de la mano Golpe de puño Golpe de punta, talón y borde externo del pie	De punta De plano	-.-
AXILAS	Golpe de puño Articulaciones de uno de los dedos como el pulgar, el índice y el medio Golpe talón de la mano Golpe de codo Punta, talón, empeine y borde exterior del pie Golpe de rodilla	De punta De mazo	-.-
ESTOMAGO	Golpe de puño y/o punta de dedos	De punta	-.-



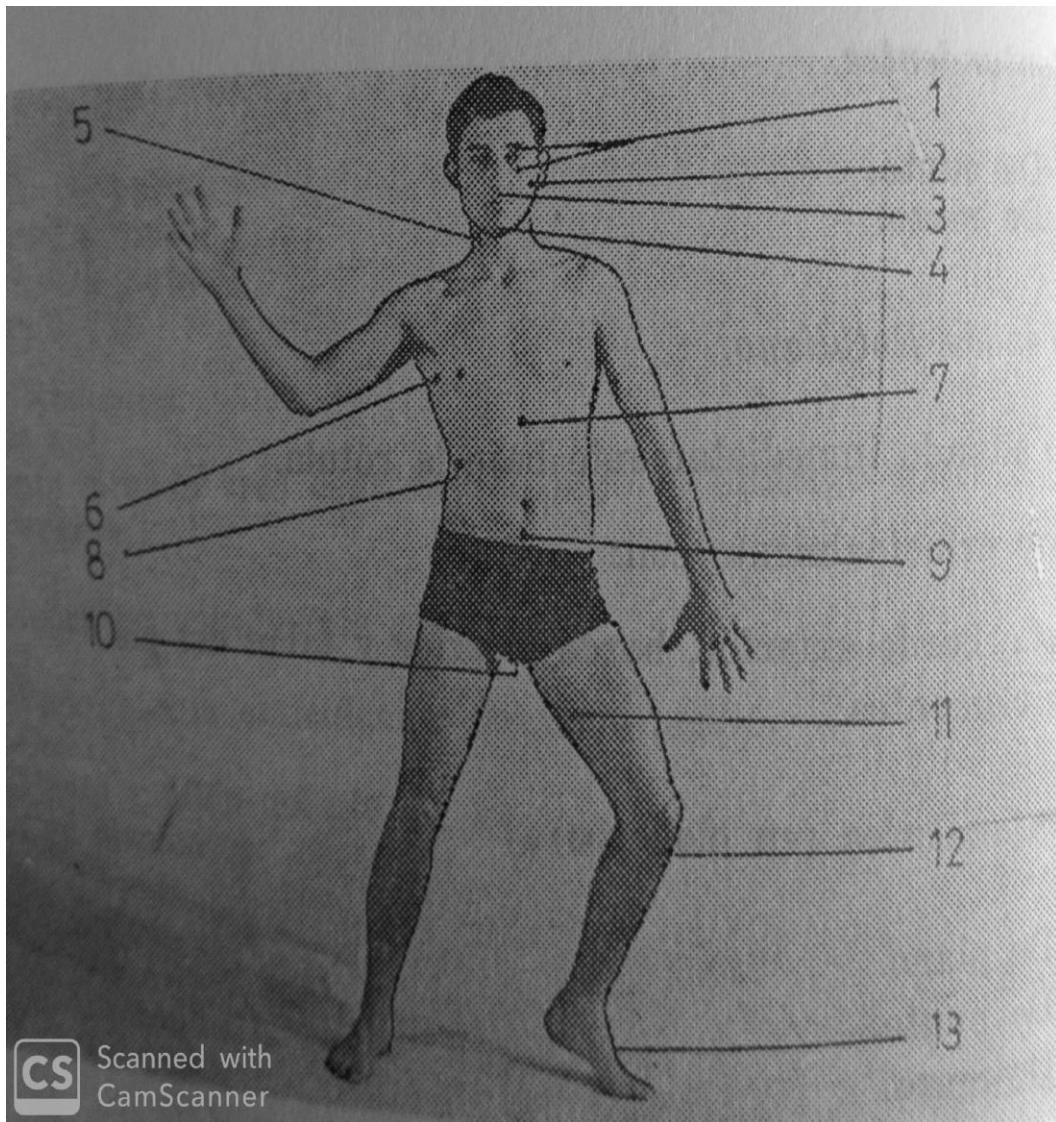
ESCUELA DE TAEKWONDO FENIX QUILPUE
ASOCIACION DE TAEKWONDO FENIX CHILE
Federación Nacional Deportiva de Taekwondo W.T.
Federación Mundial de Taekwondo W.T.



	Golpe de codo Golpe talón de la mano Punta, empeine, talón y borde exterior del pie Golpe de rodilla		
COSTILLAS FALSAS	Golpe borde exterior de la mano Golpe de codo Golpe de puño y articulaciones dedos Golpe de punta, talón, empeine y borde exterior del pie	De plano De punta	-.-
ABDOMEN	Golpe de puño, con la articulación dedo medio Golpe de codo Golpe de punta y talón del pie	De punta De mazo	-.-
TESTICULOS	Golpe talón de la mano Golpe borde interior de la mano Punta, empeine y talón del pie	De punta De mazo De plano	-.-
MUSLO	Golpe de punta y talón del pie	De punta De mazo	-.-
TENDON ROTULIANO	Golpe de punta, borde exterior, borde interior y talón del pie	De punta De mazo De plano	-.-
EMPEINE	Golpe codo y puño en los bloqueos Talón y borde externo del pie	De plano De mazo De punta	-.-



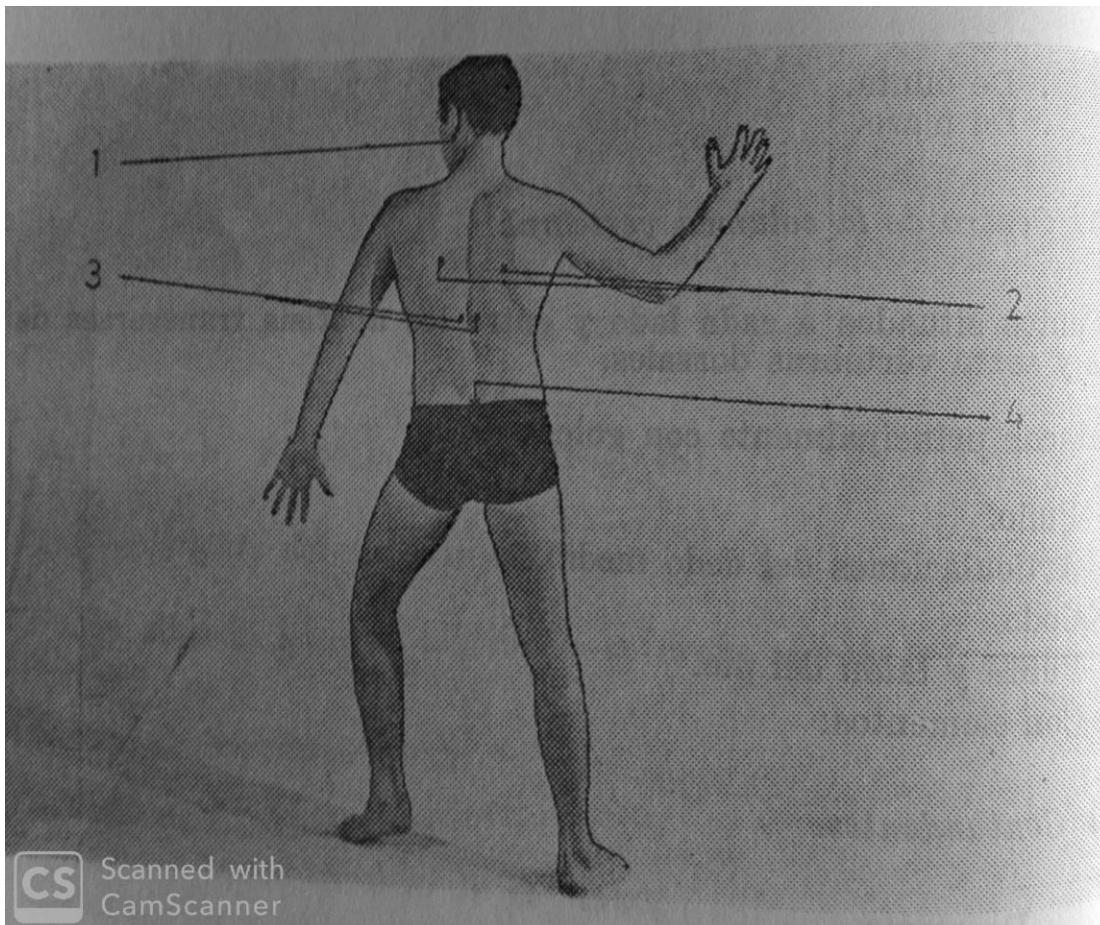
ESCUELA DE TAEKWONDO FENIX QUILPUE
ASOCIACION DE TAEKWONDO FENIX CHILE
Federación Nacional Deportiva de Taekwondo W.T.
Federación Mundial de Taekwondo W.T.





ZONAS DE DESVANECLIMIENTO PLANO POSTERIOR

	ATACANDO CON GOLPES MANO	CONTUNDENTE	ARMA BLANCA
NACIMIENTO DEL MAXILAR INFERIOR	Golpe de puño Golpe de talón y borde externo de la mano Golpe de codo Punta, talón empeine y borde externo del pie	De punta De mazo	-.-
BORDE INTERNO DEL OMOPLATO	Golpe de puño Golpe de codo Golpe de punta y talón del pie	De punta De mazo	-.-
CENTRO DE LA COLUMNA VERTEBRAL	Golpe de puño Golpe de codo Golpe con articulaciones del dedo medio Golpe de punta y talón del pie	De punta De mazo	-.-
TRAMO INFERIOR DE LA COLUMNA VERTEBRAL	Golpe de rodilla Golpe de punta y talón del pie	De mazo De punta	-.-



ZONAS DE PARALISIS

Son aquellas zonas en el cuerpo humano que a consecuencia de un golpe impide al individuo reaccionar limitándole su capacidad funcional.

De acuerdo con el golpe y a la zona impactada el efecto de la paralización puede presentarse de las siguientes formas:

- ❖ TOTAL
- ❖ PARCIAL
- ❖ TEMPORAL
- ❖ PERMANENTE



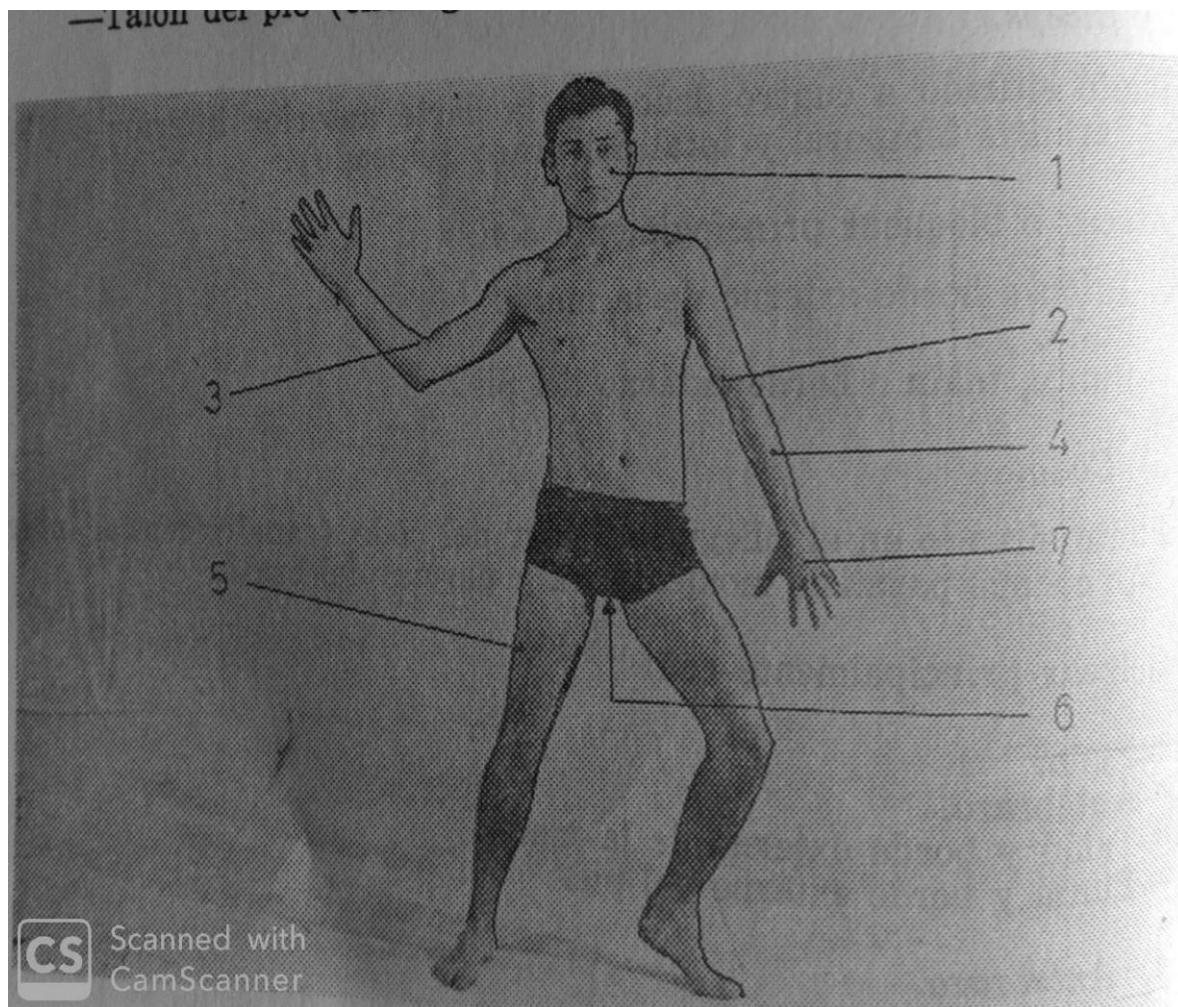
ZONAS DE PARALISIS PLANO ANTERIOR

	ATACAR PRINCIPALMENTE CON:	CONTUNDENTE	ARMA BLANCA
BAJO EL POMULO	Puño, adelantando la articulación del dedo medio o del pulgar o la del pulgar	--	--
BICEPS	Talón o borde externo de la mano Puño Punta, talón o borde externo del pie	--	--
CODO	Puño Antebrazo Talón y borde externo de la mano Punta y borde externo del pie	--	--
ANTEBRAZO	Talón y borde externo de la mano Punta y talón y borde interno o externo del pie	..	--

MUSLO: Punto situado en la cara anterior – exterior de la pierna en el tramo medio de esta. Se produce parálisis temporal y parcial de la pierna

TESTICULOS: Se produce parálisis que de acuerdo con la intensidad del golpe puede ser total, parcial, temporal y en algunos casos permanente. Se puede atacar con cualquiera de las armas naturales.

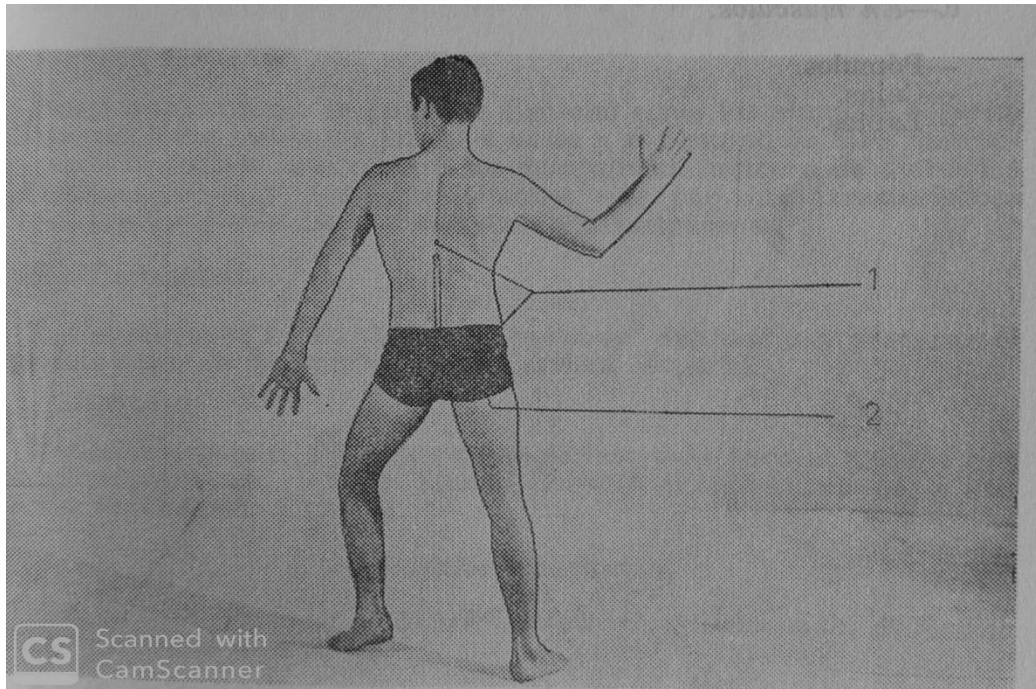
DORSO DE LA MANO: Es un punto situado al centro de ella produce parálisis temporal y parcial de la mano. Atacar principalmente con: Puño, adelantando la articulación del dedo medio o pulgar.



ZONAS DE PARALISIS PLANO POSTERIOR

COLUMNA VERTEBRAL: Desde el tercer espacio intercostal, a la altura del borde inferior – interior del omóplato, hasta el cóccix. Cualquier golpe dado en esta zona puede producir ya sea desvanecimiento o parálisis total, parcial, temporal o incluso permanente.

GLUTEOS: Punto situado sobre las nalgas en el nervio ciático. Produce parálisis temporal y total de las piernas. Golpear con punta y talón del pie.



ZONAS DE ROMPIMIENTO

EN HUESOS	CRANEO MAXILAR INFERIOR BRAZOS PIERNAS COSTILLAS TABIQUE NASAL CLAVICULA OMOPLATO FRONTAL
EN ARTICULACIONES	CODOS MUÑECAS Y DEDOS RODILLAS PIES Y DEDOS
EN MUSCULOS	POMULOS CEJAS LABIOS



H. TECNICAS DE BLOQUEOS Y GOLPES DE MANO

1. TECNICAS DE BLOQUEOS

Son aquellas acciones que se realizan con los miembros superiores para impedir, parar, obstaculizar o desviar los golpes dirigidos a nuestro cuerpo por un ataque del oponente.

Los bloqueos más comunes son:

- a. Bloqueo Bajo
- b. Bloqueo Alto
- c. Bloqueo medio exterior
- d. Bloqueo medio interior

2. TECNICAS DE MANO (GOLPES)

Pero antes de enseñar las técnicas de bloqueo toda persona, debe comenzar por aprender algunos golpes principales básicos como los que veremos a continuación:

- a. Golpes de Puño (Alto, medio bajo)
- b. Golpe de Canto (Normal y de revés)
- c. Golpes puntas de dedos

I. TECNICAS DE LIBERACION Y DEFENSA PERSONAL

1. Definición

Las técnicas de liberación son procedimientos por los cuales la persona impide ser aprehendida por el oponente o le permiten neutralizar al agresor.

- 2. Objetivo: es entrenar y capacitar a los GG.SS., en los procedimientos técnicos de liberación, reducción, e inmovilización, para contrarrestar la acción del oponente cuando este pretenda sujetarlo e inmovilizarlo.
- 3. Partes vulnerables del cuerpo humano

Como hemos aprendido, el cuerpo humano está constituido por un gran número de huesos, articulaciones y nervios asociados. La mayoría de estos pueden romperse o dislocarse, produciendo lesiones graves, si se aplica presión o torsión de una determinada manera, hasta el punto de producir dolor e incluso la perdida de conciencia.



J. REGISTRO Y CONDUCCION DE PERSONAS

1. REGISTRO DE PERSONAS

Existen varios métodos y técnicas de registro de personas

- a. Registro Preliminar
- b. Registro de pie con apoyo
- c. Registro arrodillado
- d. Registro Tendido o de cubito abdominal

PARA EL ÉXITO DE ESTOS PROCEDIMIENTOS DE REGISTRO
CONSIDERAR LO SIGUIENTE:

- ❖ Dominio de la situación: dirigirse al sospechoso con seguridad, con ordenes verbales claras y fuertes, con decisión.
 - ❖ Coloque al sospechoso en situación de inferioridad física, utilizando las técnicas correspondientes para mantener en desequilibrio al oponente, cuanto más incomoda sea la posición, menos problemas tendremos.
 - ❖ El registro debe ser **TOTAL, RAPIDO, METODICO Y MINUCIOSO**, para lo cual debe ser practicado hasta que salga de tal modo.
 - ❖ Emplear una sola mano, la otra debe estar libre para controlar al sospechoso, no apartar la vista del oponente.
 - ❖ Realizar el registro, siempre con un compañero de apoyo
 - ❖ Es necesario palpar y oprimir, a fin de descubrir cualquier objeto o arma.
 - ❖ Evite insultar al sospechoso, no se irrite por la resistencia que el mismo pudiera ofrecer, evite contacto físico innecesario.
 - ❖ Nunca de un trato denigrante al sospechoso
 - ❖ Realice un trabajo profesional
- a. Registro Preliminar

Cuando se realiza la detención de una persona, y este se encuentra inmovilizado, como norma de seguridad se debe realizar un registro preliminar revisando, las partes del cuerpo de este, para eventualmente detectar algún arma u otros objetos peligrosos, que pueda ser usada por el oponente contra el guardia.



- b. Registro de pie con apoyo
- El detenido debe quedar apoyado en la pared dejando los pies separados del muro, con la punta de los pies hacia afuera, con un simple barrido en una de sus piernas el oponente pierda el equilibrio, para impedir cualquier ataque
 - Las manos deben estar apoyadas por el dorso de estas y bien puestas en la pared
 - La cabeza debe estar apoyada en una de sus mejillas mirando hacia el lado opuesto, que se produzca el registro
 - Una vez que tenga al oponente en esta posición y me encuentre seguro procedo al registro.
- c. Tendido o decúbito abdominal
- Ordénele al sospechoso, que se tienda en el piso boca abajo, con las piernas separadas, los brazos abiertos en forma de cruz, las palmas de las manos hacia arriba y la cabeza apoyada sobre uno de los lados (derecho o izquierdo).
 - Pisar el codo del sospechoso o pisar el tobillo de este
 - Proceda al registro
2. CONDUCCIÓN.
- Estas técnicas de conducción son para trasladar a un oponente desde un lugar a otro, por un corto periodo de tiempo, se puede conducir mediante diversas tomadas que le imposibiliten la fuga o el intento de agresión.
- Se usan los siguientes procedimientos:
- a. Conducción por el pelo o brazo a la espalda
 - b. Conducción en X o palanca de codo
 - c. Conducción por el brazo adelante
- a. Conducción por el pelo o brazo a la espalda
 - Con la mano derecha tomamos la muñeca derecha del detenido, llevándola a su espalda para levantar hacia arriba, mientras ponemos el dedo índice en la nariz o tomamos el pelo, para echar hacia atrás el detenido



ESCUELA DE TAEKWONDO FENIX QUILPUE
ASOCIACION DE TAEKWONDO FENIX CHILE
Federación Nacional Deportiva de Taekwondo W.T.
Federación Mundial de Taekwondo W.T.



- b. Conducción en X o palanca de codo
 - Con la mano izquierda tomamos la solapa del detenido y con la mano derecha muñeca derecha dejándole levemente diagonal el brazo mientras presionamos su codo con nuestro pecho.
- c. Conducción por el brazo adelante
 - Colocándonos al lado derecho del detenido, con mano izquierda tomamos muñeca derecha del oponente, metiendo su codo entre nuestra axila y con mano izquierda presionamos dorso de mano del detenido.



II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Objetivo general: Elaborar una guía técnica metodológica de los deportes de combate, que rige en una disciplina deportiva “Taekwondo” como base fundamental hacia la práctica de la defensa personal.

Objetivos específicos: Mejorar la enseñanza de la defensa personal en base a nuestro deporte que es el Taekwondo, facilitando un correcto aprendizaje y buen desenvolvimiento personal.

Socializar con Maestros, Profesores e Instructores sobre la metodología y su enseñanza para aquellos que le interese ser un capacitador de defensa personal, para el perfeccionamiento de los guardias de seguridad privada sobre el fin común de la defensa personal en el Taekwondo.

Planificar un plan de clase que contribuya a la formación de los Guardias de Seguridad Privada sobre la defensa personal.

La época actual en la que nos desenvolvemos diariamente, nos obliga también a buscar una alternativa a la problemática de este fenómeno social llamada violencia, que está en cualquier esquina de nuestro bello y amado país, donde los principios parece que se pierden al paso del tiempo y los conceptos de respeto y tolerancia se excluyen del diccionario aplicado, cuestión que al aprender y practicar la defensa personal en los cursos de Formación Capacitación y perfeccionamiento nos dará más tranquilidad, confianza y seguridad para desenvolverse en mejor forma en su trabajo cotidiano como guardia.



III. CONCLUSIONES

- A. El estudio en las principales empresas que imparten estos cursos, en donde se realizó esta Tesis, facilitó determinar los sustentos teóricos metodológicos básicos, que permitieron precisar lo esencial acerca del:
 - ❖ Proceso de enseñanza aprendizaje, logrando extender estas consideraciones a las Artes Marciales (Taekwondo), y concretar finalmente sobre técnicas de Defensa Personal, dentro de las empresas en donde se imparten estos Cursos de Guardias de seguridad Privada.
- B. Las metodologías de enseñanza de la Defensa Personal para las empresas capacitadoras, orientó al investigador para la elaboración de la metodología empleada, así como los instrumentos aplicados permitieron que se pudieran constatar los resultados metodológicos lo cual posibilita que:
 - ❖ Se diagnostico acerca de las necesidades que presenta en las condiciones actuales el proceso de enseñanza de la Defensa Personal, de las empresas en donde se imparten los cursos para guardias.
- C. Concretándose que existen condiciones favorables tales como:
 - ❖ la existencia de los principales documentos y las orientaciones metodológicas, que las empresas capacitadoras desarrollan y cuentan con los planes de lecciones y que estos están elaborados, en lo que refleja a la práctica de la labor del docente de Defensa personal.
 - ❖ También la triangulación metodológica facilitó contar con las principales debilidades que presenta la enseñanza de la Defensa Personal, en las condiciones actuales en las empresas capacitadoras, donde se demuestran necesidades teóricas y metodológicas que aún subsisten en el proceso de enseñanza de la citada disciplina.
 - ❖ La metodología para la enseñanza de la práctica de Defensa Personal, en las Empresas que imparten los Cursos de formación capacitación y perfeccionamiento, permitieron determinar los procedimientos y acciones metodológicas, para la enseñanza de la Defensa Personal.



IV. RECOMENDACIONES

1. Proponer el estudio de la propuesta para que se diseñe una capacitación a los diferentes directores de Escuelas, Clubes de Taekwondo de nuestro País con los aspectos teóricos y metodológicos de los resultados investigativos.
2. Proponer a la Dirección y a la Comisión, el estudio de esta propuesta y su instrumentación para dar continuidad investigativa a estos resultados.
3. Sugerir la preparación de Defensa Personal, en incluir esta propuesta metodológica como parte de la preparación metodológica de los profesores de Defensa Personal.
4. Proponer para que se analice como un resultado investigativo la inclusión de un programa de entrenamiento para los profesores de Defensa Personal, en la formación y capacitación para Guardias de Seguridad.
5. Para el Guardia de seguridad es necesario tener el conocimiento y manejo de estrategias en la defensa personal, que permitan hacer uso adecuado de la agresividad en caso de presentarse esta, principalmente cuando se trata de resolución de conflictos, para evitar incurrir en el uso excesivo de la fuerza.
6. El Guardia de Seguridad debe tener la capacidad de dominar su agresividad al enfrentarse con otra persona, sin pasar de esta a la violencia.



V. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Defensa Personal, Wikipedia https://es.wikipedia.org/wiki/defensa_personal

Defensa Personal historia, técnicas <https://sialdeportes.com/c-defensa-personal/defensapersonal>

<https://www.Defensapersonal.com>

Curso de Supervisor de Seguridad Libercap certificaciones
<https://www.libercap.com>

Gold Security
<https://goldsecurity.cl> Viña del Mar V Región de Valparaíso

Nepo Security
<https://www.neposecurity.cl> Villa Alemana V Región de Valparaíso