

## **CULTURA DE SEGURIDAD Y AUTOCUIDADO**

Guía de referencia para personal aeronáutico – Autocuidado en el marco del SMS

### **1. Importancia del Autocuidado en el SMS (Sistema de Gestión de Seguridad)**

El autocuidado es un pilar fundamental del Sistema de Gestión de Seguridad (SMS). Cada trabajador es responsable de mantener su estado de salud física y mental en condiciones óptimas, ya que cualquier deterioro puede impactar la seguridad operacional. Promover hábitos saludables contribuye a la prevención de incidentes y fortalece la cultura de seguridad.

### **2. Responsabilidad Compartida entre Compañía y Trabajador**

La seguridad operacional depende de un compromiso conjunto:

- La compañía debe implementar programas de salud ocupacional, capacitación y seguimiento médico.
- El trabajador debe cumplir con las recomendaciones médicas, evitar conductas de riesgo y reportar oportunamente cualquier condición que afecte su desempeño.

Este enfoque colaborativo garantiza un ambiente de trabajo más seguro y eficiente.

### **3. Reporte Temprano de Condiciones Médicas**

El reporte inmediato de cualquier condición médica es esencial para prevenir incidentes. La organización debe fomentar una cultura de reporte no punitiva, donde el trabajador pueda comunicar síntomas o diagnósticos sin temor a sanciones injustas. Esto permite adoptar medidas preventivas, garantizar la recuperación adecuada y proteger la seguridad de las operaciones aéreas.

### **4. Mensaje Final**

La cultura de seguridad y autocuidado fortalece la aviación segura. Cada decisión individual impacta en la seguridad colectiva. El autocuidado no es solo una responsabilidad personal, sino también un compromiso con la tripulación, los pasajeros y la compañía.