

FATIGA EN PERSONAL AERONÁUTICO

Asunto: Prevención y Gestión de la Fatiga en Personal Aeronáutico

Referencia: Doc 8984 de la OACI – Manual de gestión de la fatiga

Fecha: 18 de setiembre de 2025

1. Objetivo

Brindar lineamientos y recomendaciones al personal aeronáutico para prevenir y gestionar la fatiga, de acuerdo con el Doc 8984 de la OACI, contribuyendo a mantener niveles óptimos de seguridad operacional.

2. Alcance

Aplica a tripulación de vuelo (pilotos y copilotos), tripulación de cabina, técnicos de mantenimiento aeronáutico, despachadores de vuelo y personal de operaciones.

3. Definición de Fatiga

La fatiga es un estado fisiológico de reducción de la capacidad de desempeño, derivado de falta de sueño, descanso inadecuado, períodos prolongados de actividad o efectos circadianos. Afecta la vigilancia, atención, memoria y toma de decisiones.

4. Factores que Contribuyen a la Fatiga

- a) Operacionales: jornadas prolongadas, cambios de turnos, vuelos nocturnos y de largo alcance.
- b) Individuales: falta de sueño, hábitos inadecuados, consumo de alcohol o café en exceso, mala alimentación.
- c) Ambientales: ruido, iluminación deficiente, presión laboral, estrés.

5. Síntomas de Fatiga

- a) Somnolencia excesiva.
- b) Disminución de la concentración.
- c) Olvido de procedimientos.
- d) Irritabilidad o cambios de humor.
- e) Respuestas lentas o inadecuadas.

6. Estrategias de Prevención y Mitigación

- a) Responsabilidad Organizacional:
 - Implementar programas de gestión de la fatiga (FRMS).
 - Diseñar turnos con descansos adecuados.
 - Capacitación periódica sobre gestión de fatiga.

b) Responsabilidad del Trabajador:

- Dormir 7–8 horas diarias.
- Mantener rutinas de sueño regulares.
- Evitar cafeína, alcohol y comidas pesadas antes de dormir.
- Reportar la fatiga que afecte la seguridad operacional.

c) Estrategias Operacionales:

- Descansos controlados (cuando sean autorizados).
- Rotación adecuada de tripulación en vuelos largos.
- Planificación preventiva de vuelos nocturnos.

7. Reporte de Fatiga

Se promueve un sistema de reporte confidencial y no punitivo. Todo trabajador debe informar si la fatiga afecta su desempeño. El objetivo es gestionar el riesgo, no sancionar.

8. Conclusión

La fatiga representa un riesgo real para la seguridad aérea. La prevención requiere compromiso compartido entre organización y trabajador. Este documento refuerza la necesidad de una cultura de seguridad alineada al Doc 8984 de la OACI.

CONSULTAS Y COMENTARIOS

medicina.aeronautica@dinacia.gub.uy