



SAFETY MANAGEMENT SYSTEM  
SEGURIDAD OPERACIONAL  
AEROCCIDENTE



**AEROCCIDENTE**  
ESCUELA DE  
AVIACIÓN



**TALLER  
AERONÁUTICO**  
AEROCCIDENTE



**SEGURIDAD OPERACIONAL**  
**NUESTRO**  
**COMPROMISO**

# BOLETÍN

## Seguridad Operacional

Aerooccidente Centro de Instrucción Aeronáutica y el TAR Aerooccidente, han realizado con éxito las tareas previstas en la normatividad vigente, con la consiguiente aprobación de nuestro Sistema de Gestión de Seguridad Operacional (SMS).

Para nuestra organización es de vital importancia la participación de nuestros clientes, colaboradores, contratistas y autoridades para continuar incrementando nuestros niveles de seguridad en la operación de vuelo y mantenimiento.



# Cuidemonos en Navidad

La época decembrina es una buena opción para disfrutar en familia, con las amistades, en el trabajo, pero cuídate: pues hay eventos que se presentan o enfermedades que nos visitan a causa de los excesos o falta de determinación al no llevar un estilo de vida saludable.

Las fiestas permiten que las personas celebren con alegría; pero, hay factores que hacen que el cuerpo se enferme, hay que tomarlos en cuenta para evitarlos.

En Navidad hay ciertas enfermedades que son más comunes que otras.

Aunque está temporada se relaciona con la convivencia, el compartir, la reflexión y la esperanza de un nuevo comienzo, en esta época también se hacen presentes algunos incidentes, accidentes y problemas de salud que pueden hacerse comunes.

Es necesario saber cuáles son los más frecuentes para de esta manera prevenirlos.

En relación con enfermedades:

**El resfriado:** esta infección viral de las vías respiratorias superiores afecta a los adultos de 2 a 6 veces al año. Su incidencia incrementa durante el invierno, época que coincide con la Navidad y una de las razones puede ser porque el virus se esparce más fácilmente durante las reuniones.

**La gripe:** es más incapacitante que un resfriado e incluso produce fiebre. También tiene un pico durante el invierno y se esparce en gran

*Reporta toda novedad  
ocurrida durante la  
operación usa la  
lista M.O.R .*



Aeroccidente Escuela de Aviación y Taller Aeronautico reconocen el compromiso de nuestro valioso grupo humano orientado al logro de los objetivos de seguridad y el cumplimiento de nuestra política de seguridad operacional ..Recuerda usa los medios a tu alcance!!

**Reporta!!**

medida gracias a las reuniones en espacio cerrados.

El dolor en la parte baja de la espalda: correspondiente a la parte lumbar de la columna vertebral es algo muy común en la población; no obstante, la Navidad es propicia para levantar más peso por las compras o por los arreglos en casa, lo que hace que este dolor se agudice.

Problemas estomacales o digestivos: algo que hay que tener en cuenta es que Navidad es propicia para comer desmedidamente, esto puede generar mala digestión, reflujo, acidez y dolores estomacales.

**Fatiga:** los excesos alimenticios en Navidad producen mucho cansancio, sueño y falta de energía, ya que el organismo se resiente por todo el trabajo digestivo que debe hacer

**Estrés:** sí, el estrés es común en cualquier época del año, pero puede aumentar durante las fiestas, ya que hay que organizar desde los preparativos hasta los regalos. Esto se ve reflejado en los músculos. ¿Lo ideal? Descansar y tomar las cosas con calma.

En relación con eventos no deseados:

Navidad supone un mayor riesgo de incidentes domésticos y laborales, por ejemplo: accidentes de tráfico, episodios de ansiedad, intoxicaciones etílicas o alimentarias, incendios, fugas de gas, emergencias por pirotecnia.

Por ello Aeroccidente recomienda vivir la navidad de manera segura y evitar los peligros que se presentan durante este tiempo; consolidando estilos de vida saludables, mitigando los riesgos al avanzar con mejores hábitos, poder asumir con determinación el reto para el mejoramiento continuo en el día a día y más aún tener el acierto de contar con una mejor actitud frente a los cambios en nuestra vida profesional y personal.

Aeroccidente Escuela y Taller los exhorta a pacificar sus corazones para recibir al niño Dios en sus vidas, recuerden que las buenas practicas físicas y espirituales harán la diferencia en estas épocas que el ruido y el comercio se roban el verdadero significado de la época más especial del año.



**AEROCCIDENTE ESCUELA DE AVIACIÓN Y TALLER AERONÁUTICO**



**Dirección de Seguridad Operacional**  
**[www.aeroccidente.com](http://www.aeroccidente.com)**