



¿POR QUÉ HABLAR DE SALUD MENTAL EN AVIACIÓN?

El personal aeronáutico se expone a:

Turnos irregulares y tendencia a la fatiga.

Exposición a eventos críticos e incidentes.

Presión operacional constante.

Altos niveles de exigencia y evaluaciones permanentes de desempeño.



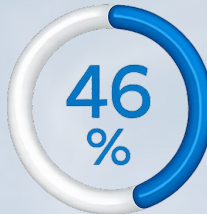
1 de cada 8 pilotos evaluados en una encuesta internacional cumplía criterios compatibles con **depresión** (12,6%).



4% de pilotos reportó **pensamientos suicidas** en las dos semanas previas a la encuesta.



56% de pilotos manifestó haber evitado buscar atención médica por **temor** a afectar su certificado médico o su carrera profesional.



46% de pilotos indicó haber buscado atención **médica informal** por las mismas razones.



27% de pilotos reconoció haber **omitido o retenido** información médica debido al temor de perder privilegios operacionales

*Datos tomados de un estudio desarrollado por Harvard con la participación de 1848 pilotos en más de 50 países, incluyendo Colombia.

"La salud mental también es seguridad operacional"

¿QUÉ ES UN PROGRAMA DE PEER SUPPORT?

Un **Programa de Apoyo entre Pares** es un sistema confidencial de ayuda donde personal entrenado brinda escucha, orientación y acompañamiento a compañeros que enfrentan situaciones personales, familiares, emocionales o laborales.

PRINCIPIOS

- ✓ Confidencialidad
- ✓ Voluntariedad
- ✓ No punitivo
- ✓ Apoyo profesional
- ✓ Centrado en el bienestar y la seguridad

SITUACIONES A VERIFICAR

- ✓ Estrés Operacional
- ✓ Fatiga y agotamiento
- ✓ Problemas familiares o de pareja
- ✓ Duelos y pérdidas

¿QUÉ NO ES UN PEER SUPPORT?

- ✗ No es una investigación.
- ✗ No es terapia psicológica.
- ✗ No reemplaza atención médica.
- ✗ No afecta licencias ni certificaciones.

BENEFICIOS PARA LA SEGURIDAD OPERACIONAL

- ✓ Favorece la detección temprana de factores de riesgo.
- ✓ Incrementa la cultura de reporte y confianza.
- ✓ Disminuye el estigma relacionado con la salud mental.
- ✓ Fortalece la resiliencia
- ✓ Mejora la gestión de amenazas y errores.

Referencias

EASA (2016). EPPSI: European Pilot Peer Support Initiative. Peer Support Sydney.

OACI (s.f). Working Paper, Assembly – 42nd sesión. Technical Comision. Promote the development of peer support programmes in aviation.

*Wu, et al. (2016). Airplane pilot mental health and suicidal thoughts: a cross-sectional descriptive study via anonymous web based survey. Environmental Health 15:121

