

GESTIÓN DE SEGURIDAD DE PROCESOS MANTENIENDO LA INTEGRIDAD DEL ACTIVO

La gestión de los Activos se realiza desarrollando primordialmente las siguientes actividades:

- Inspecciones programadas
- Pruebas y ensayos
- Mantenimiento preventivo
- Mantenimiento predictivo
- Reparaciones
- Actividades de aseguramiento y control de calidad
- Rondas de inspección aleatorias
- Entrenamientos

Estas actividades deben ser programadas y la gestión debe ser optimizada con base en los riesgos identificados por la ingeniería y los que surjan durante la etapa de operación.



Como en los demás elementos de SP (seguridad de procesos) los programas efectivos de Gestión de Activos dependen del compromiso demostrado por los niveles directivos y los líderes de las operaciones para asegurar que:

- ✓ *Los equipos y sistemas se diseñen, se fabriquen y se instalen adecuadamente*
- ✓ *Se operen dentro de los límites establecidos por el diseño.*
- ✓ *Las actividades de Inspección, Pruebas y Mantenimiento Preventivo (ITPM) sean realizadas por personal calificado usando procedimientos aprobados y se implementen de acuerdo con un programa.*
- ✓ *Las reparaciones se realicen en conformidad con los códigos de diseño, los estándares de la industria y las recomendaciones de los fabricantes.*
- ✓ *Se tomen acciones adecuadas para corregir deficiencias y deterioro.*

El aseguramiento de la Integridad comprende un conjunto de actividades que incluyen:

- *Ejercicios de identificación y evaluación de riesgos*
- *Revisiones de Ingeniería, Seguridad, Salud e Impacto Ambiental*
 - *Estudios técnicos especializados*
- *Estrategias (operación, integridad, mantenimiento, corrosión, etc)*
 - *Filosofías (operación, relevo, control y seguridad, etc)*
- *Planes de HSE, Calidad, Compras y Contratación, Construcción, Comisionamiento y Arranque*
 - *Procedimientos (MoC, gestión documental, etc)*
 - *Participación de Expertos*
 - *Entrenamientos*



Los siguientes aspectos son claves al desarrollar, evaluar o al buscar la mejora del sistema de Gestión de Integridad de Activos:

- Contar con una práctica corporativa.
- Identificar los equipos y sistemas que están dentro del alcance de los programas de gestión de la Integridad y asignar actividades de inspección y mantenimiento preventivo.
- Desarrollar y mantener el conocimiento, las habilidades, los procedimientos y las herramientas que son necesarias para realizar las tareas correctamente.
- Asegurar que los equipos y sistemas se mantienen en buen estado y que son adecuados para el servicio que desempeñan.
- Corregir las fallas y deficiencias en los equipos.
- Analizar la información obtenida de los programas ITPM y de los incidentes asociados a los equipos para identificar deficiencias en la gestión de Integridad.
- Desarrollar programas de inspección basados en riesgo (Risk Based Inspection).



Día Mundial de Acción Contra el Sida

El 1 de diciembre de cada año se celebra el Día Mundial de la Lucha contra el Sida. Impulsada por la Organización de las Naciones Unidas (ONU), la jornada busca concientizar acerca de la gravedad de esta enfermedad y en este 2022, el organismo internacional llama a la acción para reducir las desigualdades. Se busca, ante todo, recordar a cada una de las personas que perdieron la vida por enfermedades vinculadas al virus de la inmunodeficiencia humana y también apoyar a todos aquellos que lo padecen. De acuerdo con datos del Programa Conjunto de las Naciones Unidas sobre el VIH/Sida (ONUSIDA), ya son 78 los millones de personas que contrajeron el virus y 35 los millones que murieron por enfermedades relacionadas

El VIH ocasiona el SIDA y, además, interfiere con la capacidad del cuerpo de combatir infecciones. El virus se puede transmitir mediante el contacto con la sangre, el semen o los fluidos vaginales infectados. Al cabo de pocas semanas de la infección con el VIH, pueden aparecer síntomas como fiebre, dolor de garganta y fatiga. Luego, la enfermedad suele ser asintomática hasta que se convierte en SIDA. Los síntomas incluyen pérdida de peso, fiebre o sudores nocturnos, infecciones recurrentes y fatiga. No existe una cura para el SIDA, pero la observancia estricta de la terapia antirretroviral puede disminuir significativamente el progreso de la enfermedad y evitar infecciones y complicaciones secundarias.

EL VIH PUEDE SER TRANSMITIDO		EL VIH NO SE TRANSMITE	
 Mediante el contacto sexual	 Al compartir las agujas para inyectarse drogas	 A través del aire o del agua	 Mediante la saliva, el sudor, las lágrimas o los besos con la boca cerrada
 Durante el embarazo, el parto o el pecho/lactancia materna		 Por los insectos o por las mascotas	 Al compartir el inodoro, los alimentos o las bebidas

PROTÉJASE DEL VIH

- Hágase la prueba al menos una vez o con más frecuencia si tiene ciertos factores de riesgo.
- Use condones de la manera correcta cada vez que tenga relaciones sexuales anales o vaginales.
- Elija actividades que impliquen poco o nada de riesgo, como las relaciones sexuales orales.
- No se inyecte drogas, pero si lo hace, no comparta las agujas, jeringas, u otro equipo de inyección de drogas.



Ante cualquier duda consulte a su médico.

¿AMAR O DEPENDER? (1 de 2)

6 SEÑALES DE DEPENDENCIA EMOCIONAL

LAS HORAS DE TU DÍA DEPENDEN
DE LA PRESENCIA O AUSENCIA DE
LA OTRA PERSONA.



CUANDO SOLO PIENSAS EN RECIBIR
EL MENSAJE O LLAMADO DE ESA
PERSONA.

SI NO TE COMUNICAS CON ESA
PERSONA TE SIENTES TRISTE.



TIENES UNA VISIÓN IDEALIZADA DE
TU PAREJA O DE LA RELACIÓN

SENTIMIENTOS DE CELOS O
POSESIVIDAD



UN MIEDO PERSISTENTE A QUE SU
PAREJA LO DEJE POR OTRA PERSONA

La dependencia emocional define una vinculación afectiva permanente y excesiva con otra persona, y se asocia con una baja autoestima que encubre carencias afectivas.

Síntomas de la dependencia emocional

- **Se antepone el bienestar de la pareja y sus deseos:** actúa como si las necesidades, la comodidad y el placer de la otra persona estuviesen por encima del suyo propio, y sólo disfruta a través de la otra persona.
- **Idealización del otro(a):** sobrevalora las cualidades de la pareja y no es capaz de ver los aspectos más negativos.
- **Complacencia y evitación del conflicto:** justifican los enfrentamientos, críticas o infidelidades de su pareja como un mal menor.
- **Angustia o miedo exagerado a la separación:** aparece un miedo irracional al abandono en forma de sospecha permanente de que la otra persona está pensando en poner fin a la relación.
- **Baja autoestima:** presentan una baja satisfacción con ellos mismos, se someten a una desvalorización permanente.

- **Modificaciones del comportamiento:** aparecen cambios notables en la forma de ser y de actuar al estar en pareja, pueden modificar su rutina y sus gustos, y llegar a inhibir aspectos fundamentales de su personalidad.
- **Control del otro(a):** necesitan controlar la vida de su pareja (móvil, WhatsApp, redes sociales, etc.) para saber continuamente dónde o con quién está, pudiendo llegar a desarrollar una obsesión.
- **Ruptura con amigos y familiares:** tiende al aislamiento social, reduce la frecuencia de actividades de ocio con personas allegadas, desatiende las relaciones personales y es frecuente que se produzcan enfrentamientos.



8 de Diciembre
"Día de
La Inmaculada
Concepción
de María"



Virgen María
A tí consagramos
en este día,
todo nuestro ser
y todo nuestro
amor;
te consagramos
nuestra vida,
nuestro trabajo,
nuestras alegrías,
nuestras
enfermedades y
nuestros dolores.

Amen

El cambio climático y sus consecuencias

La atmósfera terrestre está compuesta por diferentes gases cuya función es mantener una temperatura apropiada para la vida. A este fenómeno natural se le llama efecto invernadero. Es necesario que exista equilibrio en la emisión de gases de efecto invernadero para conservar su justa proporción, sin embargo, las actividades humanas han aumentado la producción de estos gases provocando el llamado calentamiento global, principal causa del cambio climático.



CAUSAS DEL CAMBIO CLIMÁTICO

1. Destrucción de ecosistemas terrestres y deforestación
2. Aumento desproporcionado de gases de efecto invernadero: El Dióxido de carbono (CO_2), Metano (CH_4), Compuestos halogenados, Ozono troposférico, Óxido de nitrógeno son provocados principalmente por la quema de combustibles fósiles para la generación de electricidad, el transporte, la calefacción, la industria y la edificación. También provocados por la ganadería, la agricultura (principalmente el cultivo del arroz), el tratamiento de aguas residuales y los vertederos entre otros.
3. Crecimiento acelerado de la población

CONSECUENCIAS DEL CAMBIO CLIMÁTICO

- Acidificación del agua de los océanos.
- Fenómenos meteorológicos como los huracanes, ciclones, lluvias, sequías extremas.
- Extinción de especies
- Proliferación de enfermedades
- Alteración del ciclo del agua.
- Aumento del nivel del mar y de la temperatura global a causa del deshielo
- Agotamiento de recursos naturales necesarios para la vida humana.

¿CÓMO REDUCIR LOS EFECTOS DEL CAMBIO CLIMÁTICO?

- ✓ Plantar árboles es un de las acciones que ayudan a mitigar los efectos del cambio climático. Entre sus funciones destacan la de purificar el aire, captar agua para los acuíferos y reducir la temperatura del suelo.
- ✓ Opta por energías renovables
- ✓ Transporte eficiente (bicicletas y autobuses)
- ✓ Reducir, reutilizar y reciclar