

SUGERENCIAS **Elena Méndez**

«Trabajar en llamas»

Henar Vega  
Edita: Lid  
192 páginas; 21,80 euros ebook 9,49 euros

Este libro ofrece el punto de vista científico, psicológico y humano para comprender en profundidad el síndrome del trabajador quemado o *burnout* y aprender a manejarlo de forma efectiva tanto a nivel individual como colectivo. Con un enfoque divulgativo y a través de historias reales de personas que han pasado por ello, el libro es una guía de referencia tanto para el que está pasando por ello, como para el líder de un equipo que quiere construir un entorno laboral saludable. Por medio de una fórmula personalizada, permite tener la combinación apropiada de herramientas para ayudar a prevenir, gestionar y eliminar el desgaste profesional.



«Un héroe con una misión»

Donald Miller  
Edita: Empresa Activa  
224 páginas; 14 euros, ebook 5,69 euros

Donald Miller utiliza su propia experiencia para ayudarnos descubrir si estamos interpretando el papel de villano o de víctima en nuestra historia. Para ello nos propone crear un plan de vida simple que nos traera claridad y significado para conseguir nuestras metas. Nos anima a ganar el control de nuestra vida eligiendo ser el héroe y a cultivar un sentido de la creatividad sobre lo que puede ser nuestra vida. Con este libro nos ayuda a identificar las posibilidades que tenemos de convertirnos en el héroe de nuestra propia vida, pero también las de caer en la trampa de convertirnos en la víctima. Nos lleva a desarrollar un plan único para hacer frente a los desafíos y encontrar la felicidad en el trabajo como en la vida.



«Tráguese ese sapo»

Brian Tracy  
Edita: Empresa Activa  
128 páginas; 10,40 euros, ebook 5.69

Brian Tracy ataca directamente los factores que determinan una eficaz administración personal del tiempo: decisión, disciplina y resolución. Detalla veintinueve pasos lógicos, acompañados de ejercicios específicos, que nos ayudarán a terminar con la postergación de las tareas importantes hoy mismo y a definir sus objetivos y metas globales. Porque lo determinante es saber cómo priorizar las tareas pendientes, a fin de poder completar cada día las más importantes. Según señala un viejo dicho, si la primera cosa que tienes que hacer cada mañana es tragarte un sapo, entonces te queda la satisfacción de saber que eso probablemente sea lo peor que harás en todo el día.



«La guía del autoestopista financiero»

Javier Alfayate  
Edita: Hoepli  
208 páginas; 18,95 euros

Alfayate desentraña los secretos del mundo de las inversiones, proporcionando herramientas prácticas para que podamos tomar buenas decisiones y construir un sólido futuro financiero. Este libro es una invitación a realizar un viaje de autodescubrimiento financiero. Alfayate nos desafía a pensar más allá de los números y a abrazar una mentalidad de inversión que va más allá de la mera acumulación de riqueza. Dividido en cinco capítulos aborda la elaboración de una cartera de inversión para enfrentarnos a las fluctuaciones del mercado, plantea estrategias rentables a lo largo de los años y nos ayuda a comprender la inversión en criptodivisas, la diversificación, el equilibrio de pesos en cartera, la inversión en dólares y la indexación.



David Fernández, director de operaciones de Aeroflota del Noroeste (AFN), en uno de los simuladores

# «Hay mucha escasez de pilotos a nivel mundial»

Con 27 años de experiencia, AFN sigue siendo la referencia del noroeste para formar a los **profesionales del aire**. «No hay mejor sitio que Galicia para aprender a volar»

**Gladys Vázquez**

«El aspirante a piloto debe ser una persona sana, equilibrada y, sobre todo normal, con mucho sentido común. El sentido común quizá sea el rasgo más importante». Así define David Fernández, piloto y director de operaciones de Aeroflota del Noroeste (AFN), a los llamados a ser los profesionales del futuro. De esto algo sabe. El es piloto desde hace más de tres décadas y ha formado a centenares de aviadores desde AFN, la única y veterana escuela del noroeste español. Ahora mismo están formando a unos 70 profesionales en sus instalaciones de Carral y Alvedro. «Estamos en un momento de mucho trabajo. Hay escasez de pilotos a nivel mundial. Actualmente, la demanda es elevada», explica.

AFN lleva 27 años llevando a sus alumnos al cielo. Crean que les eligen por ser «una escuela pequeña y con un trato muy personalizado. Tenemos uno de los porcentajes de inserción laboral más alto. Todos nuestros alumnos consiguen volar y vivir de ello si realmente es lo que quieren», asegura David Fernández sobre una profesión que siempre ha tenido la fama de ser inalcanzable. «Es cierto que no existe formación pública de piloto, pero también es cierto que estudiar en una universidad privada es significativamente más costoso que hacerlo en AFN. Si a eso le sumas el retorno de ejercer esta profesión, yo lo vería como una muy buena inversión, máxime si te gusta volar y quieres vivir de ello. Muchos de nuestros alumnos se han pagado la formación mien-

tras trabajaban, no es inalcanzable para nada».

Para acceder a la escuela tienen que pasar un reconocimiento médico en un centro autorizado por la Agencia Estatal de Seguridad Aérea. «Puedes usar gafas, por poner un ejemplo. No hay que ser un superhombre o una supermujer», añade. «Luego, deben acreditar unos conocimientos en física e inglés que les permitan realizar la formación. Esto se hace con una formación previa de bachiller mediante una prueba de acceso. De lo que debemos ser conscientes es de que, una vez completada la formación, nuestro nivel de inglés debe ser muy bueno, porque así nos lo requerirán en las compañías aéreas. Por eso me atrevo a decir a cualquier aspirante a piloto que trabaje el inglés desde ya», aconseja Fernández con el aval que le da que las líneas aéreas aprecien mucho a los pilotos formados en esta escuela. Y es que se siente orgulloso de su «personal docente del más alto nivel», de contar con «simuladores de última generación, una flota de

aviones magnífica para progresar desde cero hasta el ingreso en una línea aérea y, por supuesto, Galicia. No hay mejor sitio para aprender a volar». AFN puede hacer vuelo visual, instrumental o nocturno sin salir de la comunidad «y con un tráfico comercial que nos permite interactuar sin obstaculizar nuestras operaciones». Una formación que equivale a una antigua diplomatura. «Quien se esfuerce lo puede hacer en dos años. La media son tres».

**«DE MENOS A MÁS»**

La gran dotación tecnológica de esta escuela gallega enriquece la formación de su alumnado, que aprende a volar de «menos a más» en todas las condiciones. «La fase final se realiza en el simulador del Airbus 320 instalado en nuestro centro de simuladores. Eso permite al alumno salir con amplios conocimientos en la operación de reactores de tripulación múltiple, con lo que ello conlleva para incorporarse al mercado. Esta última fase se realiza de la mano de pilotos de compañías como Iberia y Air Europa».

Sus alumnos suelen ser gallegos, aunque llegan de todas partes. Lo que si faltan son mujeres. «No sabría explicar el porqué. No existe ningún motivo que impida a una mujer ejercer de piloto. Las que lo hacen suelen tener gran vocación y son magníficas profesionales. Cada vez se animan más», explica David Fernández, que asegura que tanto él como sus treinta profesionales siguen de cerca el después de sus pilotos. «A muchos les conseguimos empleo, aunque no es necesario. Hay mucha demanda», sentencia.

**«Vejo esta profesión como una buena inversión. Hay alumnos que se pagan la formación mientras trabajan. No es inalcanzable»**