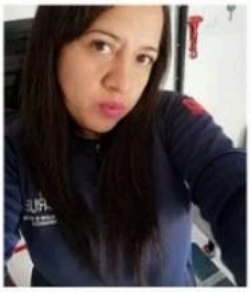
Bienestar & Salud Laboral

Bienestar y Salud Laboral IPS
Lic. de Salud Ocupacional No. 64 del 10-01-2017
Calle 134 # 7-83 cons 233, Bogotá D. C.
Tel.772 2181
www.bsl.com.co

Ingreso

11/20/2020



Trabajador

SANDRA MILENA PEREIRA CASTRO

Cédula	Cargo	Empresa
52503615	Auxiliar de enfermería	PARTICULAR

EXÁMENES REALIZADOS

☑ Examen Médico Osteomuscular ☑ Visiometría ☐ Audiometría ☐ Opto ☐ P. Lipídico ☐ Glicemia

ÉNFASIS

CONCEPTO

ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES

RECOMENDACIONES MÉDICAS

VISIÓN ADECUADA. NO PRESENTA RESTRICCIONES MUSCULO-ESQUELÉTICAS.

RECOMENDACIONES OCUPACIONALES

USO DE EPP : SEGUN RIESGOS DEL CARGO
PÁUSAS ACTIVAS E HIGIENE POSTURAL
CAPACITACIÓN : ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

HÁBITOS Y ESTILO DE VIDA SALUDABLES

HÁBITOS SALUDABLES
ACTIVIDAD FÍSICA AERÓBICA
DIETA BALANCEADA

RECOMENDACIONES LABORALES Y EXTRALABORALES POR UN AÑO:

IMPLEMENTAR EL PROGRAMA DE PAUSAS ACTIVAS, CON ACTIVIDADES DE AL MENOS 5 MINUTOS CADA DOS HORAS.
VERIFICAR QUE LAS ACTIVIDADES Y TAREAS A REALIZAR NO EXCEDAN LAS CAPACIDADES FÍSICAS DEL TRABAJADOR.
UTILIZAR UNA ADECUADA HIGIENE POSTURAL Y MECÁNICA CORPORAL PARA LA MOVILIZACIÓN DE CARGAS.
PROMOVER LA REALIZACIÓN DE EJERCICIO FÍSICO DIARIO Y DIETA BALANCEADA.
EVALUAR Y CALIFICAR OBJETIVAMENTE EL FACTOR DE RIESGO DE CARGA FÍSICA DINÁMICA EN LOS PUESTO DE TRABAJO DE ALTO RIESGO.
APLICAR PERIODICAMENTE EN LOS PUESTOS DE TRABAJO DE RIESGO, LA ENCUESTA DE SINTOMAS DE PATOLOGÍAS OSTEOMUSCULARES.
ESTABLECER MEDIDAS DE CONTROL DEL RIESGO OSTEOMUSCULAR EN EL DISEÑO DE LOS PUESTOS DE TRABAJO, EN LAS CONDICIONES DE TRABAJO Y EN LAS PERSONAS.

SEGUIR PROTOCOLOS DE SEGUIRIDAD DE LA EMPRESA, REPORTAR CUALQUIER ACCIDENTE O INCIDENTE A SU JEFE INMEDIATO.

JUAN JOSE REATIGA
REGISTRO MEDICO NO 14791
LICENCIA SALUD OCUPACIONAL 460
6 DE JULIO DE 2020

SANDRA PEREIRA
52503615

VOLVER

Scanned with Fast Scan