EXAMEN OPTOMETRÍA

ZONMEDICA
Nit. 900170994-9

INFORMACIÓN DEL PACIENTE

Fecha y Lugar: 7/09/2021 BOGOTA D.C
Paciente: BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA
Género FEMENINO **Edad:** 43
Fecha Nacimiento: 28/04/1978
Estado Civil: SEPARADO
Dirección VILLA GLADYS SANTA ROSA DE CABAL
Empresa SENA - RISARALDA

Tipo de Examen: SEGUIMIENTO
Identificación: 42132263
Teléfono 0 **Móvil:** 3225317447
Cargo: INSTRUCTOR
EPS: NO REPORTA
Escolaridad: ESPECIALIZACION

EVALUACIÓN

Usa Computador : S **Horas al día :** **Iluminación Artificial :** N **Iluminación Natural :** N Última Evaluación : 0
Tiene algún tipo de exposición a compuestos químicos : N **¿Cuales? :**
Accidentes oculares: NO REFIERE
Antecedentes Personales: NO REFIERE
Sintomatología : NO REFIERE
Cirugía ocular : S REFRACTIVA AO HACE 15 AÑOS
Usa Corrección N
¿Gafas? : N **¿Lentes de Contacto?** N

Agudeza Visual

Visión Lejana	**Sin Corrección**	**Derecho: 20/ 20**	**Ambos: 20/ 20**	**Izquierdo: 20/ 20**
	Con Corrección:	**Derecho: 20/**	**Ambos: 20/**	**Izquierdo: 20/**
Visión Próxima	**Sin Corrección**	**Derecho: 20/ 20**	**Ambos: 20/ 20**	**Izquierdo: 20/ 20**
	Con Corrección	**Derecho: 20/**	**Ambos: 20/**	**Izquierdo: 20/**
Lensometría	**Izquierdo :**		**Derecho :**	**ADD :**

Examen Externo: SANO

Examen Motor: NORMAL

Oftalmoscopia: SANO

VIsión cromática OD: NORMAL - OI: NORMAL

Campo Visual OD: NORMAL - OI: NORMAL

Estereopsis: NORMAL

Queratometría OD: NO EXAMINADO - OI: NO EXAMINADO

Retinoscopia OD: N - OI: N

Subjetivo OD: - AV: 0 - Subjetivo OI - AV: 0

Cie10: EXAMEN DE OJOS Y DE LA VISION-Z010
Cie10: -
Cie10: -
Recomendaciones: CONTROL ANUAL POR OPTOMETRÍA.

Diagnóstico: EMETROPE

Concepto: PACIENTE SANO

Formula Final: OD: OI:
ADD : **Distancia Pupilar :**
Ingresar al Sistema de Vigilancia Epidemiológica : N Remitido: -

Cindy Vanegas B.
OPTÓMETRA
T.P. 2479

CINDY STEPHANY VANEGAS BARRANTES -
Profesional

BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA 42132263
Firma y cédula del Paciente

USO EXCLUSIVO DEL PACIENTE

ANEXO NUTRICIÓN

ZONAMEDICA
Nit. 900170994-9

INFORMACIÓN DEL PACIENTE

Fecha y Lugar: 7/09/2021 BOGOTA D.C
Paciente: BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA
Género FEMENINO **Edad:** 43
Fecha Nacimiento: 28/04/1978
Estado Civil: SEPARADO
Dirección VILLA GLADYS SANTA ROSA DE CABAL
Empresa SENA - RISARALDA

Tipo de Examen: SEGUIMIENTO
Identificación: 42132263
Teléfono 0 **Móvil:** 3225317447
Cargo: INSTRUCTOR
EPS: NO REPORTA
Escolaridad: ESPECIALIZACION

HISTORIA

Peso Saludable: 60 **Peso Meta Inicial:** 0 Medicamentos:
Desayuno: S - **Hora:** 8AM - **Observaciones:** CHANGUA+ AREPA
Nueves: - **Hora:** - **Observaciones:**
Almuerzo: S - **Hora:** 1PM - **Observaciones:** SOPA DE ARROZ+ POLLO
Onces: - **Hora:** - **Observaciones:**
Comida: S - **Hora:** 7PM - **Observaciones:** HUEVO CON AREPA+ CHOCOLATE

Lacteos: 1
Pescado: 1
Hueno: 1
Frutas: 1
Cereales: 1
Tubérculos/Raíces: 1
Azúcares/Dulces: 1
Agua: 1

Carnes: 1
Pollo: 1
Leguminosas: 1
Hortalizas: 1
Productos de Panaderia: 1
Plátanos: 1
Greasas: 1
Otros

DIAGNÓSTICO: SOBREPESO

RECOMENDACIONES INCREMENTE EL CONSUMO DE ALIMENTOS RICOS EN FIBRA: LEGUMBRES, FRUTA, VERDURAS Y CEREALES INTEGRALES. EVITE INGERIR ALIMENTOS 2-3 HORAS ANTES DE ACOSTARSE. LIMITE EL APORTE DE ALIMENTOS RICOS EN GRASAS. TOMAR AGUA ANTES Y DESPUES DE COMER

USO EXCLUSIVO DEL PACIENTE

YURANIS VANESSA SOTOMAYOR LLANOS -
Profesional

BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA 42132263
Firma y cédula del Paciente

LABORATORIO CLÍNICO

ZONAMEDICA
Nit. 900170994-9

ZONAMEDICA MR SAS - IPS
900170994

INFORMACIÓN DEL PACIENTE

Fecha y Lugar: 7/09/2021 BOGOTA D.C
Paciente: BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA
Género FEMENINO **Edad:** 43
Fecha Nacimiento: 28/04/1978
Estado Civil: SEPARADO
Dirección VILLA GLADYS SANTA ROSA DE CABAL
Empresa SENA - RISARALDA

Tipo de Examen: SEGUIMIENTO
Identificación: 42132263
Teléfono 0 **Móvil:** 3225317447
Cargo: INSTRUCTOR
EPS: NO REPORTA
Escolaridad: ESPECIALIZACION

Informe de Laboratorio: 380347

EXÁMENES REALIZADOS

Exámenes	Resultados	Valores de Referencia	Notas
GLICEMIA - FECHA Y HORA EXACTA: 2021-09-07 08:51:25.6160	91,0mg/dl	70-110 mg/dl	
PERFIL LIPIDICO - FECHA Y HORA EXACTA: 2021-09-07 08:51:28.7420			
COLESTEROL HDL	48,4 mg/dl	Mayor de 40 mg/dl	
COLESTEROL LDL	149 mg/dl	Hasta 160 mg/dl	
COLESTEROL TOTAL	233 mg/dl	Hasta 200 - Riesgo Medio<239 - Riesgo Alto>240	
TRIGLICERIDOS	179,6 mg/dl	Hasta 200 mg/dl	

Dra. Julieth Cristina Rozo S.
BACTERIOLOGA U.C.M.C
C.C. 33.702.009

JULIETH CRISTINA ROZO SALINAS - BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA 42132263

Profesional Firma y cédula del Paciente

USO EXCLUSIVO DEL PACIENTE

ANALISIS DE VOZ Y CALIDAD VOCAL

ZONAMEDICA
Nit. 900170994-9

INFORMACIÓN DEL PACIENTE

Fecha y Lugar:	7/09/2021 BOGOTA D.C	**Tipo de Examen:**	SEGUIMIENTO
Paciente:	BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA	**Identificación:**	42132263
Género	FEMENINO **Edad:** 43	**Teléfono**	0 **Móvil:** 3225317447
Fecha Nacimiento:	28/04/1978	**Cargo:**	INSTRUCTOR
Estado Civil:	SEPARADO	**EPS:**	NO REPORTA
Dirección	VILLA GLADYS SANTA ROSA DE CABAL	**Escolaridad:**	ESPECIALIZACION
Empresa	SENA - RISARALDA		

EVALUACIÓN DE VOZ

ANAMNESIS

1. ¿Ha estado en tratamiento fonoaudiológico en los últimos 3 años	NO
En caso de respuesta afirmativa, indique:	
a) Dificultades a nivel del habla y lenguaje	
b) Disfonías, Afonías	
c) Dificultades articulatorias y de fluidez	
d) Dificultades a nivel auditivo	
e) Otros	
2. Etiología	
a) Ronquera	NO
b) Dolor al momento de hablar	NO
c) Pérdida de la intensidad de la voz y/o fatiga	NO
d) Odinofagia	NO
e) Rinitis - Sinusitis - Asma	NO
f) Enfermedades digestivas - Reflujo gastroesofágico	NO
g) Otros	NO
3. Hábitos	
a) ¿Fuma?	NO
b) ¿Consume licor?	Ocasional
c) ¿Gusta de comidas picantes	NO
d) ¿Gusta de bebidas en exceso frías o calientes?	SI
e) ¿Acostumbra a consumir bebidas oscuras, como tinto, té o gaseosas?	SI
f) ¿Se automedica?	NO
g) ¿Tiende a elevar la voz, realizar variaciones de voz o gritar	SI
4. Antecedentes laborales - Labores desempeñadas mediante el uso de la voz:	
a) Docencia	SI
b) Asesor de Call center / Contact center / Chat	NO
c) Conferencista	NO
d) Cantante	NO
e) Locutor de radio / Periodista	NO
- Tiempo desempeñando la profesión:	NO
- Promedio diario en horas:	13 Años Meses
- Posición adoptada durante el trabajo:	6
	Bípeda

5. Condiciones del lugar de trabajo

a) Ambiente ruidoso	NO
b) Exposición a humo (Chimeneas, Cigarrillo)	NO
c) Exposición a agentes químicos	NO
d) Exposición a bajas temperaturas	NO
e) Exposición a altas temperaturas	NO

VALORACIÓN DE LAS CUALIDADES VOCALES

TONO: 0 Hz - NORMAL - MEDIO

FRECUENCIA FUNDAMENTAL Fo. (Media Fo.) (100 Hz a 300 Hz) : 0 Hz -

JITTER: 0 %

SHIMMER : 0 % -

TIEMPO MÁXIMO DE FONACIÓN (a): 16.75 seg - NORMAL

TIEMPO FISIOLÓGICO DE FONACIÓN (s): 21.03 seg - NORMAL

COEFICIENTE FONATORIO (Índice a/s): 1.2 - Normal

TIPO RESPIRATORIO: COSTAL SUPERIOR

MODO RESPIRATORIO: NASAL

INTENSIDAD DE LA VOZ:

Voz Normal (50 - 55 dB): 55 dB

Hablar en Público (60 - 65 dB): 0 dB

Voz con Esfuerzo (70 - 75 dB): 0 dB

Voz Cantada (80 - 85 dB): 0 dB

Máxima (90 dB): 0 dB

Impresión Diagnóstica:

Comportamiento vocal típico. Parámetros vocales acorde con género, edad y contextura física.

Concepto:

Cualidades de voz normal.

Recomendaciones:

Pautas de respiración, (respiración diafragmática-abdominal) hidratación permanente con agua a temperatura ambiente, evitar esfuerzos vocales, evitar exposición a cambios de temperatura fuertes, manejo de una buena postura corporal, ejercitar la voz y la respiración mediante técnicas, evitar inadecuados hábitos como gritar, carraspear, consumo de alcohol, cafeína, cigarrillo, bebidas negras, dulces mentolados, bebidas muy calientes o frías, alimentos muy condimentados o picantes.

NORMA CONSTANZA CABRERA MOTTA -

Profesional

BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA 42132263

Firma y cédula del Paciente

EXAMEN AUDIOMETRÍA

ZONAMEDICA
Nit. 900170994-9

INFORMACIÓN DEL PACIENTE

Fecha y Lugar: 7/09/2021 BOGOTA D.C
Paciente: BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA
Género FEMENINO **Edad:** 43
Fecha Nacimiento: 28/04/1978
Estado Civil: SEPARADO
Dirección VILLA GLADYS SANTA ROSA DE CABAL
Empresa SENA - RISARALDA

Tipo de Examen: SEGUIMIENTO
Identificación: 42132263
Teléfono 0 **Móvil:** 3225317447
Cargo: INSTRUCTOR
EPS: NO REPORTA
Escolaridad: ESPECIALIZACION

ANTECEDENTES LABORALES

EMPRESA	CARGO	EXPOSICION A RUIDO	PROTECCION AUDITIVA	TIEMPO
SENA	INSTRUCTORA CONTABILIDAD	NO	NO	13 AÑOS

HISTORICO ANTECEDENTES PERSONALES

ANTECEDENTE	FECHA	OBSERVACIONES
1. OYE EN CONVERSACIÓN CORRIENTE	7/09/2021	NORMAL

ANTECEDENTES PERSONALES

ANTECEDENTE	HALLAZGO	OBSERVACIONES
1. OYE EN CONVERSACIÓN CORRIENTE	S	NORMAL
2. TRASTORNO DE EQUILIBRIO	N	
3. TRASTORNO DE LENGUAJE	N	
4. ACUFENOS	N	
5. OTORREA	N	
6. TRAUMAS	N	
7. CIRUGIAS	N	
8. DOLOR O.D. O.I.	N	
9. OTITIS	N	
10. EXP. EXTRALABORAL	N	
11. UTILIZA MEDICAMENTOS OTOTOXICOS	N	
12. PRESENTA ANTECEDENTES CONGENITOS	N	
13. OTROS	N	

HISTORICO ANTECEDENTES EXTRALABORALES

ANTECEDENTE	FECHA	OBSERVACIONES
5. MOTO	7/09/2021	USO DIARIO

ANTECEDENTES EXTRALABORALES

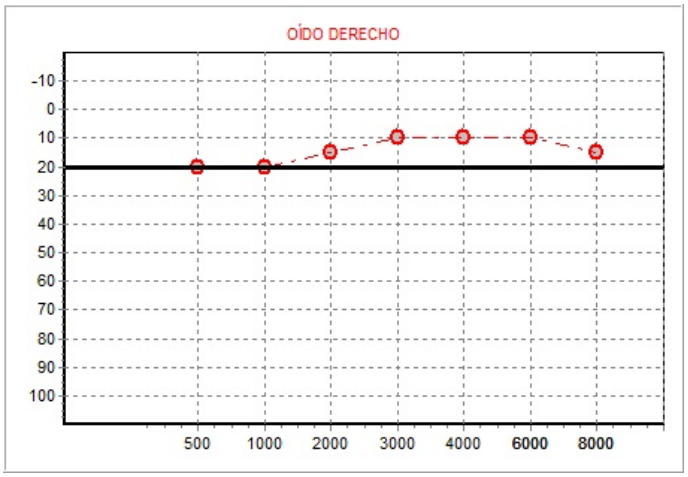
ANTECEDENTE	HALLAZGO	OBSERVACIONES
1. POLIGONO	N	
2. MUSICA CON AUDIFONOS	N	
3. MUSICA A ALTO VOLUMEN	N	
4. BUCEO	N	
5. MOTO	S	USO DIARIO
6. TEJO	N	
7. OTROS.	N	

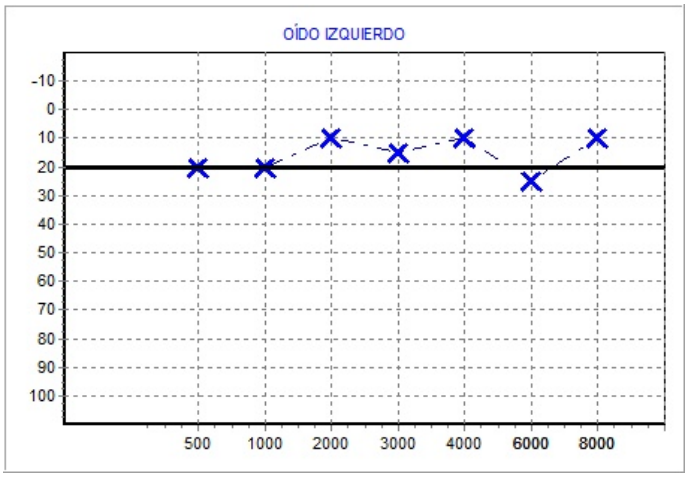
EVALUACIÓN

EQUIPOS QUE MANEJA No Aplica
MATERIAS PRIMAS E INSUMOS No Aplica
ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL No Aplica
REPOSO AUDITIVO: S **FECHA DE ÚLTIMO EXAMEN: -NOV 2020**
OTOSCOPIA OI: NORMAL
OTOSCOPIA OD: MEMBRANA TIMPáNICA OPACA

USO EXCLUSIVO DEL PACIENTE

AUDIOGRAMA





CONCLUSIONES

IMPRESIÓN DIAGNÓSTICA

OD: AUDICION NORMAL OI: AUDICION NORMAL
PTA OIDO DERECHO 16.25 - Audición Normal PTA OIDO IZQUIERDO 16.25 - Audición Normal

OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES

1. CONTROL ANUAL, 2. PAUTAS DE CUIDADO AUDITIVO, 3. EVITAR USO PROLONGADO DE AUDIFONOS DE MÚSICA, ROTAR DE OIDO USO DE AURICULAR CADA 30 MINUTOS PARA EVITAR FATIGA AUDITIVA.

CONCEPTO Normal

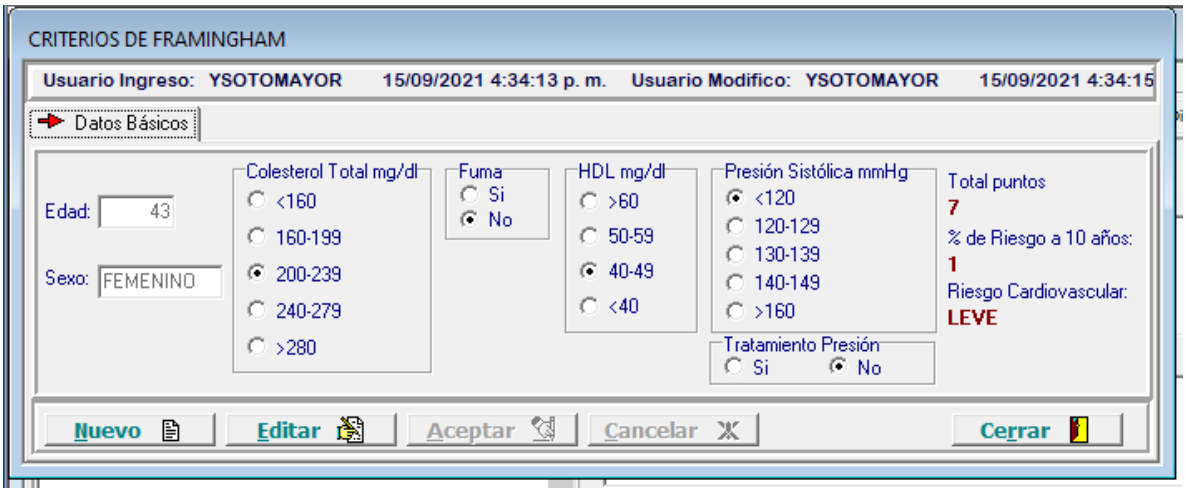
AUDICIÓN NORMAL BILATERAL

GATISST: OD: AUDICION NORMAL OI: AUDICION NORMAL

EQUIPO Y FECHA CALIBRACIÓN:

NORMA CONSTANZA CABRERA MOTTA -
Profesional

BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA 42132263
Firma y cédula del Paciente


CRITERIOS DE FRAMINGHAM
Usuario Ingreso: YSOTOMAYOR 15/09/2021 4:34:13 p. m. Usuario Modifico: YSOTOMAYOR 15/09/2021 4:34:15
Datos Básicos
Edad: 43
Sexo: FEMENINO
Colesterol Total mg/dl
<160
160-199
200-239
240-279
>280
Fuma
Si
No
HDL mg/dl
>60
50-59
40-49
<40
Presión Sistólica mmHg
<120
120-129
130-139
140-149
>160
Tratamiento Presión
Si
No
Total puntos
7
% de Riesgo a 10 años:
1
Riesgo Cardiovascular:
LEVE
Nuevo
Editar
Aceptar
Cancelar
Cerrar

EVALUACIÓN OSTEOMUSCULAR

ZONAMEDICA
Nit. 900170994-9

INFORMACIÓN DEL PACIENTE

Fecha y Lugar: 7/09/2021 BOGOTA D.C
Paciente: BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA
Género FEMENINO **Edad:** 43
Fecha Nacimiento: 28/04/1978
Estado Civil: SEPARADO
Dirección VILLA GLADYS SANTA ROSA DE CABAL
Empresa SENA - RISARALDA

Tipo de Examen: SEGUIMIENTO
Identificación: 42132263
Teléfono 0 **Móvil:** 3225317447
Cargo: INSTRUCTOR
EPS: NO REPORTA
Escolaridad: ESPECIALIZACION

Descripción del Riesgo Biomecánico en el Cargo Actual - No aplica para exámenes de Ingreso.

Número de veces al día que manipula objetos: 0 **- Número de horas al día que Manipula objetos:** 0
Peso que levanta en promedio diario:
Esfuerzos más frecuentes: - Halar: - Empujar: - Descargar: - Levantar: - Cargar: -
Ayuda con la que cuenta: Mecánica : - Otra Persona: - Ninguna: -
Toma los objetos: Del piso: : - A la altura de la cintura: - Encima del Hombro: -
Coloca los objetos: Del piso: : - A la altura de la cintura: - Encima del Hombro: -
Trayecto de la carga::

Posturas (Continuo):
Sedente - Mayor o igual a 2 horas: - - Bípeda - Mayor o Igual a 2 horas: X - Cuclillas - Mayor o Igual a 2 horas: - Rodillas - Mayor o Igual a 2 horas: -
Tiempo Jornada: >75% **- Tiempo Jornada:** Utiliza herramientas que vibran: NO - Debe estar sentado o de pie sobre una superficie: NO
Movimientos Repetitivos: En un período continuo de 15 minutos acumulando 2 horas en la jornada diaria:
Del hombro con mas de 4 veces por minuto: SI Del codo con más de 4 veces por minuto: SI De la muñeca con mas de 4 veces por minuto: SI

Uso de videoterminales: Durante cuatro(4) horas al día o menos: SI Durante veinte(20) horas a la semana o más: NO
Observaciones: Funcionaria que labora como instructora en el area de contabilidad , su postura es mas del 75% en posicion de pie. Se encuentra trabajando presencial.

Antecedentes Osteomusculares: Dolor ocasional en regio dorsal, que aumenta cuando esta mucho tiempo sentada, con evolucion de 9 meses.

Actividades Extralaborales

Actividad	Descripción de la Actividad	Frecuencia en días por Semana	Duración minutos por día
Deportiva:	- SI GIMNASIO	3	90
Oficios en el Hogar:	- SI VARIOS	2	4
Pasatiempos:	- NO NINGUNO		

USO EXCLUSIVO EL

Examen de Columna

Vista Lateral: **Normal :** - - **Cifótica:** - **Lordótica :** X **Cifoordótica :** -
Vista Posterior: **Alineada :** X **Escoliosis Dorsal:** - **Escoliosis Lumbar** - **Escoliosis de Dobre Curva:** -
Palpación (dolor): NO
Masas Musculares - Espasmos:: NO
Flexión lateral anterior:: NORMAL
Rotación columna:: NORMAL

Balance de Columna

	Refracción derecho	Refracción Izquierdo	Fuerza Derecho	Fuerza Izquierdo
Pectoral Mayor	Normal		5	5
Trapecios	Normal	Normal	5	5
Psoas Iliaco		Normal	5	5
Isquiotibiales	Normal	Normal	5	5
Triceps sural	Normal	Normal	5	5
Extensores de Cadera	Normal	Normal	5	5
Flexores de Cadera	Normal	Normal	5	5
Cuadriceps	Normal	Normal	5	5
Abdominales	Normal	Normal	5	5
Paraespinales	Normal	Normal	5	5

Evaluación de otros segmentosSegmentos

Seleccione si presenta limitación, edema, dolor o deformidad

		Hombro	Brazo	Codo	Antebrazo	Mano	Dedos	Caderas	Rodillas	Piernas	Cuello de Pie	Pie
Lado	**Derecho**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Izquierd	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Observaciones:

Antecedentes osteomusculares: Dolor ocasional en regio dorsal, que aumenta cuando esta mucho tiempo sentada, con evolucion de 9 meses.
Recomendaciones: Conservar una adecuada postura frente al video terminal, linea superior de la pantalla alienada a los ojos, espalda derecha apoyada siempre en el espaladar de la silla, antebrazos apoyados sobre el escritorio y en un angulo de 90°, cadera, rodilla y pie en un angulo de 90°, alternar la postura, Utilizar los elementos ergonomicos necesarios en su puesto de trabajo, conservar una buena postura mientras se encuentra de pie, realizar las pausas activas dentro de la jornada laboral a las 9:00 am y 3:00 pm, realizar actividad fisica minimo tres veces a la semana.

Reflejos Tendinosos

Reflejos Osteotendinosos Simétricos **Reflejos Osteotendinosos** Negativo **Lateralidad** **Tinel** Negativo **Lateralidad** **Phanel** **Lateralidad dominante** Diestro

PRUEBAS ESPECIALES

Pinzamiento subacromial Negativo **Prueba para epicondilitis** Negativo **Prueba de Finkelstein**Negativo **Rodilla Ligamento**Negativo **Rodilla Patela**Negativo**Test Wells**Grado IV**Test Schöner** 0 **cms**

LIDIA BIBIANA LOSADA VERJAN -
Nombre y firma del Especialista

BLANCA NIDIA MILLAN BEDOYA 42132263
Firma y cédula del Paciente