PREVENIR INTEGRAL S.A.S
NIT : 900893773-0
Habilitación No. DH500000. LISST: 1521 de 30 agosto 2016

Cra 46 # 9C-85 Cons 102. Clínica Colombia, Cali - Valle del Cauca
Teléfono : 5583261 - 3755910 - 3106164562
información@prevenirintegral.com
www.prevenirintegral.com

RECOMENDACIONES MÉDICO LABORALES

Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Énfasis	Orden Servicio No.
2021-10-13	CALI (Valle del Cauca)	Pre-ingreso, Osteomuscular	551780

Nombres y Apellidos				Identificación	Sexo
AUGUSTO LOPEZ CORTES				CC 16550924	Masculino
Fecha Nacimiento	**Edad**	**Tipo Sangre - Rh**	**Peso**	**Talla**	**Indice Masa Corporal**
1974-09-01	47 años	B+	77 kilogramos	174 centímetros	25.43
EPS		**ARL**		**AFP**	
Sura		- No Tiene -		Protección	
Cargo a desempeñar		**Empresa Contratante**		**Empresa Usuaria**	
CONTRATISTA		Persona Natural		Persona Natural	

(*) Datos registrados según documento de identidad suministrado por el usuario



Como resultado de la Evaluación Médica Ocupacional, realizada el día 2021-10-13, el médico Dra. Ximena Rosero Ramirez, especialista en Seguridad y Salud en el Trabajo, generó las siguientes recomendaciones medicas:

Restricciones Médicas: Sin Restricciones.

RECOMENDACIONES PARA MEJORAR HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA

- Beber al menos 8 vasos de agua al día.
- Incorporar a la dieta diaria, alimentos de todos los grupos.
- Realizar ejercicio, mínimo 3 veces a la semana.
- Bajar de peso.
- Procurar una adecuada higiene del sueño.
- Lavar las manos frecuentemente usando agua y jabón y frotando de 20 a 30 segundos.

RECOMENDACIONES LABORALES DEL USUARIO

- Reportar oportunamente todo incidente o accidente relacionado con el trabajo.
- Cumplir con las normas de Seguridad y Salud en el trabajo establecidas por la empresa.
- Utilizar los EPI (Elementos de Protección Individual) otorgados por la empresa.
- Higiene Postural.
- Participar en el programa de pausas activas definido por la empresa.
- Distanciamiento físico de mínimo 1 metro para evitar contagio por COVID-19.
- Reportar oportunamente sintomatología asociada a COVID-19.

Otras Recomendaciones: ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.
DIETA BAJA EN GRASAS Y HARINAS REFINADAS.
ACTIVIDAD FISICA REGULAR CARDIOVASCULAR.
PAUSAS ACTIVAS.
HIGIENE POSTURAL.
USO DE EPP EN EL TRABAJO.
SEGUIR PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD PARA PREVENCIÓN DE COVID-19.
MANTENER DISTANCIA SOCIAL DE 2 MTS.
USO DE TAPABOCAS.
LAVADO FRECUENTE DE MANOS.
EVITAR AGLOMERACIONES.

La empresa **Persona Natural** hace entrega de las recomendaciones médicas antes mencionadas y agradece el cumplimiento de mismas para lograr el cuidado integral de su salud.

Si el médico tratante le entregó alguna remisión a especialista, por favor, gestione la cita con su EPS. La empresa realizará seguimiento a este proceso cuando aplique, de acuerdo con lo definido en el SG-SST (Sistema de Gestión y Seguridad en el Trabajo).

Responsable SG-SST
Persona Natural

Firma del Usuario
AUGUSTO LOPEZ CORTES
CC.: 16550924
Fecha de recibido:

P.I.S
PREVENIR INTEGRAL S.A.S
NIT : 900893773-0
Habilitación No. DHS00000, LSST: 1521 de 30 agosto 2016

Cra 46 # 9C-65 Cons 102, Clínica Colombia, Cali - Valle del Cauca
Teléfono : 5882251 - 3755858 - 3166164562
información@prevenirintegral.com
www.prevenirintegral.com

CERTIFICADO MÉDICO OCUPACIONAL

Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Enfasis	Orden Servicio No.
2021-10-13	CALI (Valle del Cauca)	Pre-Ingreso, Osteomuscular	551700

Nombres y Apellidos				Identificación	Sexo
AUGUSTO LOPEZ CORTES				CC 16550924	Masculino
Fecha Nacimiento	**Edad**	**Tipo Sangre - Rh ***	**Peso**	**Talla**	**Indice Masa Corporal**
1974-09-01	47 años	B+	77 kilogramos	174 centimetros	25.43

Dirección Residencia		Teléfonos
CRA 64A NUM 14C-71		3152144984
Cargo a desempeñar	**Empresa Contratante**	**Empresa Usuaria**
CONTRATISTA	Persona Natural	Persona Natural

(*) Valor registrado según documento de identidad suministrado por el usuario



Certificado emitido de acuerdo con la **Evaluación Medica Ocupacional** realizada el 2021-10-13. Para emitir el concepto médico ocupacional se analizaron los siguientes exámenes complementarios.

Exámenes complementarios no realizados.

CONCEPTO MEDICO OCUPACIONAL

Pre-Ingreso: Condiciones de salud acordes con los requerimientos del perfil del cargo.
Osteomuscular: Sin patología osteomuscular aparente

Restricciones Médicas: Sin Restricciones

RECOMENDACIONES PARA EL ÁREA DE SST

- Realizar periódicamente todos los exámenes definidos según profesiograma de la empresa.
- Inducción y capacitación periódica, acordes a las funciones y riesgos del cargo.
- Capacitación sobre hábitos y estilos de vida saludable.
- Capacitación en higiene postural.
- Permitir al trabajador realizar una pausa activa cada 2 horas durante la jornada laboral.
- Dotar al trabajador de Elementos de Protección Personal adecuados para el riesgo.
- Socializar protocolo de bioseguridad definido por la empresa para la prevenir el contagio por Covid-19.
- Entregar al trabajador las recomendaciones médicas generadas a partir de la evaluación ocupacional realizada.

Se anexa documento con Recomendaciones Medico Laborales para el trabajador.

Ximena Rosero R

Firma Especialista
Drs. Ximena Rosero Ramirez
Registro No.: 1908510-10
LSST. 0005

Firma del Usuario
AUGUSTO LOPEZ CORTES
CC.: 16550924

Valide este documento en:
https://clinedi.ips.com/validar/ims/EEq7Fumk=cjSn0iWn7kqrdn7kzrgSy1z==
Fecha Impresión: 2021-10-13 08:55:00.282107

Validación IPS v0.0126 - Seguridad y Salud Laboral Integrada con Tecnología
www.clinedi.com.co