



Paciente : JOSE MANUEL AMARIO DE SOUZA
Documento : 643128
Edad : 34
Telefono : 3209090728
Email :

CERTIFICADO MEDICO OCUPACIONAL



Examen	Tipo	Cargo	Empresa
CONCEPTO DE APTITUD LABORAL	PERIODICO	MEDICO PEDIATRA	INDEPENDIENTE

Aptitud	Resultado
Apto	[-.-]
Apto con patologia no incapacitante	SI
Apto para Trabajo en Alturas	[-.-]
Apto para Manipulacion de Alimentos	[-.-]
Apto con Restricciones	[-.-]
Periodico Satisfactorio	[-.-]
Egreso Satisfactorio	[-.-]
Aplazado	[-.-]

Restriccion
Ninguna

Observacion
Paciente con Obesidad Grado I, Hipertension Arterial Controlada, Sin Patologías Ocupacionales. Sistemas Cardiovascular, Respiratorio, Neurológico y Osteomuscular sin Anomalías. Agudeza Visual con Ametropia Visual con Corrección AO.

Recomendacion
Realizar Pausas Laborales Activas por 5 minutos cada 2 horas de Trabajo continuo/ Buena Higiene Postural / Uso de los Elementos de Protección Personal cuando se Requiera. / Control anual de exámenes médicos según Profesiograma de la Empresa. / Disminuir Peso Corporal Mediante Prácticas de Estilos de Vida Saludables (Dieta Balanceada, Hipocalórica, Rica en Frutas Frescas, Verduras y Vegetales. Disminuir el Consumo de Harinas, Azúcares y Grasas de Origen Animal. Realizar Actividad Física Regularmente durante 45-60 minutos al menos 4-5 Veces/Semana. Mantener una Adecuada Hidratación Corporal: Tomar de 6-8 vasos con agua/día) /Se Recomienda Ingresar al Programa de Acondicionamiento Cardiovascular; Así como Valoración, Control y Seguimiento por Nutrición y Dietética de su EPS./ Ejercicios de Estiramiento de Piernas para favorecer el Retorno venoso / Se Sugiere Usar Reposo- Muñecas, Teclado y Mouse Ergonómicos/ Ejercicios Visuales. / Mantener Uñas limpias y cortas./Se Recomienda Uso de Gafas para Visión Lejana/ Control Anual por Optometría de su EPS./ Seguimiento y Control trimestral en EPS por patología de Origen Común (HTA).

Firma Profesional	Firma Paciente
	
Henry Enrique Orozco Solano Medico Salud Ocupacional - REG: Resolución No. 10921 de 11/10/2011	JOSE MANUEL AMARIO DE SOUZA Se entrega certificado de aptitud al examinado, quien tiene un mes para seguir y realizar las recomendaciones que son registradas por el Médico Ocupacional.

