HSEQ 360 GRADOS CONSULTORES S.A.S
Habilitación: DHS000000
Médico Especialista en Salud Ocupacional

Cra 32 # 21-25 B/Cespedes, Tuluá - Valle del Cauca
Teléfono : 316 4974065
hseq360gradosconsultoressas@gmail.com

CERTIFICADO MÉDICO OCUPACIONAL

Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Énfasis	Orden Servicio No.
2021-12-13	TULUÁ (Valle del Cauca)	Pre-Ingreso, Riesgo para COVID-19, Osteomuscular	**579611**

Nombres y Apellidos	Identificación	Sexo
ALEXANDER ARBOLEDA OSORIO	CC 94390191	Masculino

Fecha Nacimiento	Edad	Tipo Sangre - Rh *	Peso	Talla	Índice Masa Corporal
1975-05-17	46 años	O+	100 kilogramos	175 centimetros	32.65

Dirección Residencia	Teléfonos
CARREA 43 #29-13	3105071293

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 Médica Ocupacional realizada el 2021-12-13. Para emitir el concepto médico ocupacional se analizaron los siguientes exámenes complementarios:

Exámenes complementarios no realizados.

CONCEPTO MÉDICO OCUPACIONAL

Pre-Ingreso: Condiciones de salud que no interfieren con la capacidad laboral del trabajador y los requerimientos del perfil del cargo.
Riesgo para COVID-19: Riesgo Comunitario
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 remite al trabajador para valoración por las siguientes especialidades: Cirugía General. ..

Se anexa documento con Recomendaciones Medico Laborales para el trabajador.

Firma Especialista
Dra. Diana Milena Rodriguez Peña
Registro No.: 76-2273
LSST.: 1788-19

Firma del Usuario
ALEXANDER ARBOLEDA OSORIO
CC.: 94390191

Valide este documento en:
`https://simeonips.com/validar/cmo/yl1jrxd0-ne4l-sy32-x0h5-7ap9qem36kg2`
Fecha Impresión: 2021-12-13 11:43:19 387981

RECOMENDACIONES MÉDICO LABORALES

Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Énfasis	Orden Servicio No.
2021-12-13	TULUÁ (Valle del Cauca)	Pre-Ingreso, Riesgo para COVID-19, Osteomuscular	**579611**

Nombres y Apellidos	Identificación	Sexo
ALEXANDER ARBOLEDA OSORIO	CC 94390191	Masculino

Fecha Nacimiento	Edad	Tipo Sangre - Rh *	Peso	Talla	Índice Masa Corporal
1975-05-17	46 años	O+	100 kilogramos	175 centimetros	32.65

EPS	ARL	AFP
Sanitas	Colmena	Colpensiones

Cargo a desempeñar	Empresa Contratante	Empresa Usuaria
CONTRATISTA	Persona Natural	Persona Natural



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

Como resultado de la Evaluación Médica Ocupacional, realizada el día 2021-12-13, el médico Dra. Diana Milena Rodriguez Peña, especialista en Seguridad y Salud en el Trabajo, generó las siguientes recomendaciones médicas:

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 MÉDICAS

- Se remite al trabajador para valoración por las siguientes especialidades: Cirugía General. ..

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.

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
ALEXANDER ARBOLEDA OSORIO
CC.: 94390191
Fecha de recibido: