CERTIFICADO MEDICO DE APTITUD LABORAL

FECHA: 2022-06-22 **HORA:** 10:32

DATOS DEL TRABAJADOR



PACIENTE: FAVIO NELSON CAMPOS TOLEDO
EDAD: 41 Años **ID:** CC 7715341
FECHA DE NACIMIENTO: 1980-08-01 **SEXO:** M
TEL. 3164147251 **TIPO DE SANGRE:** A+
DIRECCION: CALLE 81 13 57 NEIVA (HUILA)
CARGO:
EPS: NUEVA EPS CONTRIBUTIVO
EMPRESA USUARIO:
CONVENIO: PARTICULAR

TIPO DE EXAMEN

- PREINGRESO

ENFASIS

☑ TRABAJO EN ALTURAS ☐ TRABAJO EN ESPACIOS CONFINADOS ☐ TRABAJO EN MANIPULACION DE ALIMENTOS ☐ CONDUCTORES
☑ ENFASIS OSTEOMUSCULAR **OTRO:**

CONCEPTO DE APTITUD

CONCEPTO DE INGRESO: SIN LIMITACIONES O RESTRICCIONES PARA EL CARGO
CONCEPTO DE EGRESO: -
CONCEPTO PERIÓDICO: -
CONCEPTO REINTEGRO: -
CONCEPTO POST-INCAPACIDAD: -
MOTIVO DE APLAZAMIENTO:

REQUISITOS DE SALUD

CUMPLE CON LOS REQUISITOS DE SALUD PARA:
TRABAJO EN ALTURAS: SI
MANIPULACION ALIMENTOS: -
ESPACIOS CONFINADOS: -
BRIGADISTA: -
TRABAJOS ESPECIALES: -

LIMITACIONES O RESTRICCIONES (Aplica cuando en el CONCEPTO DE APTITUD se selecciono con limitaciones o restricciones para el cargo o cuando NO cumple con los requisitos de salud)

¿CUALES?	FUNCIONES	AGENTES O FACTORES DE RIESGO	RECOMENDACIONES

EXÁMENES REALIZADOS

☑ AUDIOMETRIA ☐ ELECTROCARDIOGRAMA ☐ OPTOMETRIA ☐ ESPIROMETRIA
☐ PSICOTECNICO ☐ EXAMEN OSTEOMUSCULAR ☑ VISIOMETRIA
☐ OXIMETRIA DE PULSO ☐ PRUEBA PSICOLÓGICA ☐ PRUEBA PSICOSENSOMÉTRICA
☐ RX COLUMNA CERVICAL ☐ RX COLUMNA DORSAL ☐ RX COLUMNA DORSOLUMBAR
☐ RX COLUMNA TOTAL ☐ RX TÓRAX AP Y LATERAL ☐ RX COLUMNA LUMBOSACRA
☐ E.LABORATORIO EN SANGRE **CUALES:**

EXAMEN DE LABORATORIO: colesterol total, triglicéridos , glicemia
OTRO:

CONDUCTA

• Conducta de manejo médico: ☐ a. Continuar manejo médico ☐ b. Remisión a EPS. ☐ c. Seguimiento por la ARL. ☑ d. Asistir a programas de promoción y prevención EPS, de acuerdo a la edad ☐ e. Usar medias de compresión antivarices ☐ f. Usar lentes de corrección óptica ☐ g. Usar lentes de protección óptica frente a luces naturales y artificiales **Otros:**	• Conducta médica laboral: ☑ a. Capacitación y verificación en uso adecuado de los elementos de protección personal. ☑ b. Autocapación higiene postural. ☑ c. Pausas activas ☑ d. Ingreso a programa de vigilancia epidemiologica: - CARDIOVASCULAR ☐ e. Educación en manejo de cargas **f. Otros:**	• Cond. sobre hábitos y est. de vida saludables: ☑ a. Actividad física regular mínimo 150 minutos semana ☑ b. Alimentación sana y balanceada ☐ c. Desestimular consumo de ☐ Cigarrillo ☐ Alcohol ☐ Sustan. psicoactivas **d. Otro:**

Remision: NUTRICION/MEDICINA GENERAL

Observaciones:

RECOMENDACIONES:

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

1. CONSUME UNA DIETA VARIADA INCLUYENDO ALIMENTOS DE TODOS LOS GRUPOS.
2. LAS DIETAS MUY BAJAS EN CALORÍAS, EMPEORAN EL RENDIMIENTO Y PUEDEN SER PERJUDICIALES PARA LA SALUD.
3. COME CON MODERACIÓN. SE RECOMIENDA NO LLENAR EL PLATO HASTA ARRIBA, NO DEBE REBOSAR.
4. NO TE SALTES EL DESAYUNO E INCLUYE AL MENOS TRES GRUPOS DE ALIMENTOS DIFERENTES.
5. VARÍA TU DESAYUNO! NO COMER SIEMPRE LO MISMO.
6. NO OLVIDE CONSUMIR ALIMENTOS RICOS EN FIBRA, COMO CEREALES INTEGRALES, FRUTAS ENTERAS, ETC.
7. INCLUYE EN LA DIETA PESCADOS, NO SOLO PESCADOS BLANCOS SINO AZULES, PARA CONSEGUIR INGESTAS ADECUADAS DE OMEGA-3.
8. TEN CUIDADO CON LA SAL, LIMITA Y MODERA SU CONSUMO.
9. ACOMPAÑA SIEMPRE LAS COMIDAS CON AGUA
    1. HIDRÁTATE, BEBE UNOS DOS LITROS DE AGUA AL DÍA.
10. REALIZA UN CONSUMO MODERADO Y RESPONSABLE DE LAS BEBIDAS ALCOHÓLICAS.
11. PRACTICA EJERCICIO FÍSICO, SI NO TIENES TIEMPO SIEMPRE PUEDES:

- SUBIR LAS ESCALERAS EN LUGAR DE UTILIZAR EL ASCENSOR.
- PASEAR A BUEN RITMO.
- BAJAR DEL AUTOBÚS UNA PARADA ANTES DE LLEGAR AL DESTINO, PARA ACABAR EL TRAYECTO CAMINANDO.

CONDICIONES:

RESTRICCIONES: NINGUNA PARA EL CARGO EVALUADO

OBSERVACIONES: LAS RECOMENDACIONES Y/O RESTRICCIONES DEBEN TENERSE EN CUENTA A NIVEL LABORAL Y POR FUERA DEL TRABAJO.

DECLARO BAJO LA GRAVEDAD DE JURAMENTO QUE LA INFORMACIÓN SUMINISTRADA Y EN ESTA HISTORIA CLINICA CONSIGNADA, ES VERAZ Y PUEDE SER VERIFICADA, QUE HE RECIBIDO TODAS LAS RECOMENDACIONES DEL MEDICO Y QUE NO HE OCULTADO NINGUNA PATOLOGÍA.



EDGAR ANDRES OBANDO BRAVO

ESP. MEDICINA DEL TRABAJO Y MEDICINA LABORAL

R.M. 665-2012



PACIENTE: FAVIO NELSON CAMPOS TOLEDO

ID. CC 7715341