CERTIFICADO MEDICO OCUPACIONAL
Gestion Asistencial
Lic. S. O 4145.0.21.0741 /agosto de 2012
Nit 900521335-2

Calle 5c # 39 - 38 Tequendama
Tel: 387 24 38 - 305 333 46 73

CERTIFICADO DE APTITUD LABORAL



Certificado de aptitud laboral de: EXAMEN MEDICO OCUPACIONAL OSTEOMUSCULAR DE INGRESO

Fecha de atencin: 02/11/2022
Nombre del trabajador: MARTINEZ ANGULO FRANKLYN OSVALDO
Cedula: 1024493288 Edad: 33
Empresa: INDEPENDIENTE
Cargo: INDEPENDIENTE
rea / Seccin: ADMINISTRATIVA

CONCEPTO MEDICO DE APTITUD LABORAL

CON ALTERACIONES QUE NO INTERVIENEN PARA SU TRABAJO

RECOMENDACIONES

SE DAN RECOMENDACIONES SOBRE LLEVAR ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ACTIVIDAD FÍSICA AERÓBICA, AL MENOS 120 MINUTOS A LA SEMANA, MANEJO DEL ESTRÉS, AUTOCUIDADO, HIGIENE DEL SUEÑO, DIETA BALANCEADA, RICA EN FRUTAS Y VERDURAS, USO DE ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL SEGÚN PANORAMA DE RIESGOS DE LA EMPRESA, REALIZAR CAMBIOS DE POSICIÓN FRECUENTEMENTE EN EL PUESTO DE TRABAJO, IMPLEMENTAR EN EL PUESTO DE TRABAJO EL PROGRAMA DE PAUSAS ACTIVAS OSTEOMUSCULARES CON EL FIN DE DISMINUIR EL ESTRÉS, LA FATIGA Y EL CANSANCIO ORIGINADOS POR LOS MOVIMIENTOS REPETITIVOS Y POSICIONES PROLONGADAS PAUTAS ESTRUCTURADAS QUE COMBINEN EJERCICIO AERÓBICO Y DE RESISTENCIA, SE RECOMIENDA LA NATACIÓN Y LA MARCHA A RITMOS MODERADOS (CAMINAR); EL USO DE BICICLETA Y EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR

RESTRICCIONES

NINGUNA

CONDUCTAS

MEDICA	EXAMEN MEDICO OCUPACIONAL ANUAL
MEDICA	CONTROL POR OPTOMETRIA ANUAL EN EPS
MEDICA	VALORACION POR NUTRICION EN EPS

EXAMENES PRACTICADOS

,EXAMEN MEDICO OCUPACIONAL OSTEOMUSCULAR DE INGRESO

APTITUDES POR EXAMENES PRACTICADOS

SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA

AUDITIVO (no) *** VISUAL (si) *** RESPIRATORIO (no) *** OSTEOMUSCULAR (si) *** DERMATOLOGICO (no) *** CARDIOVASCULAR (si) *** Otro: PSICOSOCIAL

Julio Valencia Dr. Julio Cesar Valencia S.

Firma y registro medico ocupacional

Firma y cedula del trabajador