ÉXAMEN PREOCUPACIONAL

DR. JORGE NELSON MOLINA MARTÍNEZ
Habilitación: DHS507823
Médico Especialista en Salud Ocupacional

Cra 48 # 46-89, Bello - Antioquia
Teléfono : 314 684 7053
jonemo38@yahoo.com

CERTIFICADO MÉDICO OCUPACIONAL

Fecha Emisión: 2022-01-19
Realizado en: BELLO (Antioquia)
Tipo Evaluación - Énfasis: Pre-Ingreso
Orden Servicio No.: 597452

Nombres y Apellidos: ANA CLARA CATAÑO GIL
Identificación: CC 1017146698
Sexo: Femenino

Fecha Nacimiento: 1987-03-26
Edad: 34 años
Tipo Sangre - Rh *: O+
Peso: 62 kilogramos
Talla: 164 centimetros
Índice Masa Corporal: 23.05

Dirección Residencia:
Teléfonos: 3136938989

Cargo a desempeñar: DOCENTE
Empresa Contratante: Persona Natural
Empresa Usuaria: Persona Natural



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

Certificado emitido de acuerdo con la Evaluación Médica Ocupacional realizada el 2022-01-19. Para emitir el concepto médico ocupacional se analizaron los siguientes exámenes complementarios:

Visiometria Ocupacional (2022-01-19), Evaluación Osteomuscular Ocupacional (2022-01-19)

CONCEPTO MÉDICO OCUPACIONAL

Pre-Ingreso: Condiciones de salud acordes con los requerimientos del perfil del cargo.

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.
- Permitir hidratación permanente durante la jornada laboral.
- 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.
- **Control Médico en** 12 meses..

Se anexa documento con Recomendaciones Medico Laborales para el trabajador.

Nelson Molina M

Firma Especialista
Dr. Jorge Nelson Molina Martinez
Registro No.: 11404
LSST.: 2021060010903

Ana clara cataño

Firma del Usuario
ANA CLARA CATAÑO GIL
CC.: 1017146698

Valide este documento en:
https://simeonips.com/validar/cmo/gdkwv2x3-9v8m-iv7g-g4fl-rb4ny56qzm8p
Fecha Impresión: 2022-01-19 13:12:46 413665

DR. JORGE NELSON MOLINA MARTÍNEZ
Habilitación: DHS507823
Médico Especialista en Salud Ocupacional

Cra 48 # 46-89, Bello - Antioquia
Teléfono : 314 684 7053
jonemo38@yahoo.com

RECOMENDACIONES MÉDICO LABORALES

Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Enfasis	Orden Servicio No.
2022-01-19	BELLO (Antioquia)	Pre-Ingreso	597452

Nombres y Apellidos	Identificación	Sexo
ANA CLARA CATAÑO GIL	CC 1017146698	Femenino

Fecha Nacimiento	Edad	Tipo Sangre - Rh *	Peso	Talla	Indice Masa Corporal
1987-03-26	34 años	O+	62 kilogramos	164 centimetros	23.05

EPS	ARL	AFP
Sura	Colpatria	Colpensiones

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

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



Como resultado de la Evaluación Médica Ocupacional, realizada el día 2022-01-19, el médico Dr. Jorge Nelson Molina Martínez, 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

- Incorporar a la dieta diaria, alimentos de todos los grupos.
- Aumentar la ingesta de frutas y verduras.
- Limitar el consumo de bebidas azucaradas.
- Reducir el consumo de sal, embutidos, enlatados y productos de paquete.
- Evitar alimentos con elevado contenido de grasa.
- Realizar ejercicio, mínimo 3 veces a la semana.
- Procurar una adecuada higiene del sueño.
- Lavar las manos frecuentemente usando agua y jabón y frotando de 20 a 30 segundos.

RECOMENDACIONES MÉDICAS

- Control visual anual.

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.
- Higiente 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
ANA CLARA CATAÑO GIL
CC.: 1017146698
Fecha de recibido: