SERMEDIC SERVICIOS ESPECIALIZADOS SAS
NIT : 901298404-1
LSST 2164 18-10-2019, Habilitación DHSS0429898

Cra 3 # 11-46 Local 2, Cartago - Valle del Cauca
Teléfono : 304 242 9495
serviciosespecializadosst@gmail.com
www.sermedic.com.co

CERTIFICADO MÉDICO OCUPACIONAL

Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Énfasis	Orden Servicio No.
2023-05-05	CARTAGO (Valle del Cauca)	Pre-Ingreso, Cardiovascular, Osteomuscular	**867491**

Nombres y Apellidos	Identificación	Sexo
FRANCISCO CANO MURCIA	CC 79414147	Masculino

Fecha Nacimiento	Edad	Tipo Sangre - Rh *	Peso	Talla	Índice Masa Corporal
1967-05-09	55 años	A+	97 kilogramos	174 centimetros	32.04

Dirección Residencia	Teléfonos
CLLE 8 #8-25 TORRE 2 APTO 218	3166960075

Cargo a desempeñar	Empresa	Empresa Usuaria
INSTRUCTOR	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 2023-05-05. Para emitir el concepto médico ocupacional se analizaron los siguientes exámenes complementarios:

Optometría Ocupacional (2023-05-05), Glucosa En Suero, Lcr U Otro Fluido Diferente A Orina (2023-05-05), Hemograma IV Metodo Automatico (2023-05-05), Perfil Lipídico (2023-05-05)

CONCEPTO MÉDICO OCUPACIONAL

Pre-Ingreso: Apto para el cargo
Cardiovascular: Riesgo Alto
Osteomuscular: Con patología(s) osteomuscular(es) que no interfiere(n) con su capacidad laboral y los requerimientos del perfil del cargo.

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.
- Capacitar en manejo adecuado de cargas.
- Permitir al trabajador realizar una pausa activa cada 2 horas durante la jornada laboral.
- Complementar esquema de vacunación.
- Dotar al trabajador de Elementos de Protección Personal adecuados para el riesgo.
- Dotar al trabajador con protección solar.
- 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 recomienda incluir al trabajador en los siguientes **Sistemas de Vigilancia Epidemiológica:** Visual, Cardiovascular, Biomecánico.
- Se remite al trabajador para valoración por las siguientes especialidades: Medicina General, Medicina Interna, Nutrición y dietética, Optometría. ..

Otras Recomendaciones: SE LE REALIZO ENFASIS MUSCULO ESQUELETICO, ENFASIS CARDIOVASCULAR, ENFASIS NEUROPSICOLOGICO (DENTRO DE PARAMETROS NORMALES) APARENTES BUENAS CONDICIONES GENERALES, PUEDE INICIAR LABOR, DEBE MANTENER HIGIENE POSTURAL, REALIZAR PAUSAS ACTIVAS DURANTE JORNADA, CORRECTO USO DE PROTECCION PERSONAL SEGUN LABOR, CUMPLIMIENTO DE NORMAS DE SEGURIDAD EMPRESARIAL; REPORTE OPORTUNO DE ACCIDENTES LABORALES O SINTOMAS GENERALES A SU EMPRESA. MANTENER AUTOCUIDADO, HABITOS SALUDABLES, EJERCICIO REGULAR, NO CONSUMO DE LICOR, CIGARRILLO O DROGAS ILICITAS, PROCURAR BUENA CONDICION MENTAL Y FISICA PARA SU TRABAJO; CONTROL PERIODICO PREVENTIVO POR EPS Y CONTROL PERIODICO POR SALUD OCUPACIONAL EMPRESARIAL, CUMPLIMIENTO DE PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD EMPRESARIAL-ESQUEMA DE INMUNIZACION PARA EL PERFIL DE CARGO - SARS COV 2

Se anexan Recomendaciones Médicas para el trabajador.



Firma Especialista
Jorge Hernán Grajales
Registro No.: 76013705
LSST.: 76013705



Firma del Usuario
FRANCISCO CANO MURCIA
CC.: 79414147

Valide este documento en:
`https://simeonips.com/validar/cmo/18rz4keq-9ql1-s1y6-r2cw-3s5nl0g26d5w`
Fecha Impresión: 2023-05-05 18:06:39 552273

RECOMENDACIONES MÉDICAS

Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Énfasis	Orden Servicio No.
2023-05-05	CARTAGO (Valle del Cauca)	Pre-Ingreso, Cardiovascular, Osteomuscular	**867491**

Nombres y Apellidos	Identificación	Sexo
FRANCISCO CANO MURCIA	CC 79414147	Masculino

Fecha Nacimiento	Edad	Tipo Sangre - Rh *	Peso	Talla	Índice Masa Corporal
1967-05-09	55 años	A+	97 kilogramos	174 centimetros	32.04

EPS	ARL	AFP
Compensar	- No Recuerda -	Porvenir

Cargo a desempeñar	Empresa	Empresa Usuaria
INSTRUCTOR	Persona Natural	Persona Natural



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

Como resultado de la Evaluación Médica Ocupacional, realizada el día 2023-05-05, el médico especialista Jorge Hernán Grajales generó las siguientes recomendaciones médicas:

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.
- Consumir diariamente leche u otro producto lácteo.
- Aumentar la ingesta de frutas y verduras.
- Aumentar ingesta de proteínas.
- 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.
- Bajar de peso.
- Evitar el consumo de tabaco.
- Evitar el consumo de alcohol.
- Procurar una adecuada higiene del sueño.

RECOMENDACIONES MÉDICAS

- Continuar manejo médico en EPS.
- Control de cifras tensionales.
- Control en programa de riesgo cardiovascular.
- Control visual anual.
- Cambio de lentes por variación en fórmula.
- Usar medias de compresión baja.
- Usar medias de compresión media.
- Se remite al trabajador para valoración por las siguientes especialidades: Medicina General, Medicina Interna, Nutrición y dietética, Optometría. ..

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.
- Uso de corrección visual permanente.
- Reportar oportunamente sintomatología asociada a COVID-19.

Otras Recomendaciones: SE LE REALIZO ENFASIS MUSCULO ESQUELETICO, ENFASIS CARDIOVASCULAR, ENFASIS NEUROPSICOLOGICO (DENTRO DE PARAMETROS NORMALES) APARENTES BUENAS CONDICIONES GENERALES, PUEDE INICIAR LABOR, DEBE MANTENER HIGIENE POSTURAL, REALIZAR PAUSAS ACTIVAS DURANTE JORNADA, CORRECTO USO DE PROTECCION PERSONAL SEGUN LABOR, CUMPLIMIENTO DE NORMAS DE SEGURIDAD EMPRESARIAL; REPORTE OPORTUNO DE ACCIDENTES LABORALES O SINTOMAS GENERALES A SU EMPRESA. MANTENER AUTOCUIDADO, HABITOS SALUDABLES, EJERCICIO REGULAR, NO CONSUMO DE LICOR, CIGARRILLO O DROGAS ILICITAS, PROCURAR BUENA CONDICION MENTAL Y FISICA PARA SU TRABAJO; CONTROL PERIODICO PREVENTIVO POR EPS Y CONTROL PERIODICO POR SALUD OCUPACIONAL EMPRESARIAL, CUMPLIMIENTO DE PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD EMPRESARIAL-ESQUEMA DE INMUNIZACION PARA EL PERFIL DE CARGO - SARS COV 2

La empresa **Persona Natural** hace entrega de las recomendaciones médicas antes mencionadas y agradece el cumplimiento de las 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

Firma del Usuario

Persona Natural

FRANCISCO CANO MURCIA
CC.: 79414147
Fecha de recibido: