IPS MEDILAB S.A.S
NIT : 900981115-1
Habilitación IPS: DHS608187, LSST: 0227 del 27 Febrero 2017

CRA 37 # 5B3-66 San Fernando Nuevo, Cali - Valle del Cauca
Teléfono : 558 4134, 314 727 9147
ipsmedilabsas@gmail.com

CERTIFICADO MÉDICO OCUPACIONAL

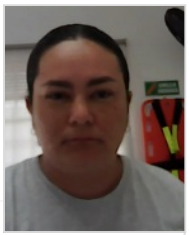
Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Énfasis	Orden Servicio No.
2023-02-07	CALI (Valle del Cauca)	Pre-Ingreso, Osteomuscular	**813826**

Nombres y Apellidos	Identificación	Sexo
INGRID LORENA GOMEZ MALDONADO	CC 38604917	Femenino

Fecha Nacimiento	Edad	Tipo Sangre - Rh *	Peso	Talla	Índice Masa Corporal
1983-11-27	39 años	O+	75 kilogramos	159 centimetros	29.67

Dirección Residencia	Teléfonos
CRA 11 #30-32	3148180684

Cargo a desempeñar	Empresa Contratante	Empresa Usuaria
PROFESIONAL EN DEPORTE	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 2023-02-07. 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 requieren recomendaciones médicas para que el trabajador pueda desempeñar su labor.
Osteomuscular: Sin patología osteomuscular aparente

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.
- 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.
- Se recomienda incluir al trabajador en los siguientes **Sistemas de Vigilancia Epidemiológica:** Visual, Auditivo, Respiratorio, Biomecánico, Psicosocial, Biológico.
- Se remite al trabajador para valoración por las siguientes especialidades: Optometría. ..

Otras Recomendaciones: EN CASO DE PRESENTAR DOLOR DE CABEZA, FIEBRE, PERDIDA DEL GUSTO, OLFATO Y/O MALESTAR GENERAL COMUNICÁRSELO AL JEFE INMEDIATO O LINEAS CORRESPONDIENTE AL COVID 19.
SS/ AFINAMIENTO.
CAMBIOS POSTURALES CADA DOS HORAS, EVITAR POSTURAS PROLONGDAS NO MAS DE 2 HORAS, EVITAR FLEXIONES DE TRONCO VS COLUMNA, NO LEVANTAR PESOS POR ENCIMA DE 8 KGS,CONTINUAR EN CONTROL Y TRATAMIENTO POR FISIATRIA.

Se anexan Recomendaciones Médicas para el trabajador.

Firma Especialista
Dr. Jorge Nordier Salcedo Astudillo
Registro No.: 76394006
LSST.: 1581-08-19

Valide este documento en:
`https://simeonips.com/validar/cmo/yl1jrxd0-ne23-ur4q-v4c5-7apnqem36kg2`
Fecha Impresión: 2023-02-07 09:51:21 90755

IPS MEDILAB S.A.S
NIT : 900981115-1
Habilitación IPS: DHS608187, LSST: 0227 del 27 Febrero 2017

CRA 37 # 5B3-66 San Fernando Nuevo, Cali - Valle del Cauca
Teléfono : 558 4134, 314 727 9147
ipsmedilabsas@gmail.com

RECOMENDACIONES MÉDICAS

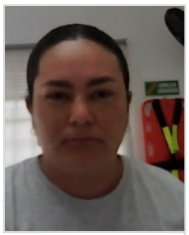
Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Énfasis	Orden Servicio No.
2023-02-07	CALI (Valle del Cauca)	Pre-Ingreso, Osteomuscular	**813826**

Nombres y Apellidos	Identificación	Sexo
INGRID LORENA GOMEZ MALDONADO	CC 38604917	Femenino

Fecha Nacimiento	Edad	Tipo Sangre - Rh *	Peso	Talla	Índice Masa Corporal
1983-11-27	39 años	O+	75 kilogramos	159 centimetros	29.67

EPS	ARL	AFP
SOS Comfandi	Positiva	Protección

Cargo a desempeñar	Empresa Contratante	Empresa Usuaria
PROFESIONAL EN DEPORTE	Persona Natural	Persona Natural



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

Como resultado de la Evaluación Médica Ocupacional, realizada el día 2023-02-07, el médico especialista Dr. Jorge Nordier Salcedo Astudillo 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.
- 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.
- 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.
- Control auditivo anual.
- Se remite al trabajador para valoración por las siguientes especialidades: 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.
- Distanciamiento físico de mínimo 1 metro para evitar contagio por COVID-19.
- Reportar oportunamente sintomatología asociada a COVID-19.

Otras Recomendaciones: DIETA Y EJERCICIO, USO DE EPP SI EL PERFIL DEL CARGO LO REQUIERE (USO DE TAPA-BOCAS OBLIGATORIO, LAVADO DE MANOS FRECUENTE, DISTANCIAMIENTO SOCIAL Y LABORAL A 2 METROS), PAUSAS ACTIVAS, HIGIENE POSTURAL, HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES, PREVENCIÓN DE ACCIDENTALIDAD.

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
Persona Natural

Firma del Usuario
INGRID LORENA GOMEZ MALDONADO
CC.: 38604917
Fecha de recibido: