

DATOS PERSONALES

Fecha de Atención: 8 abr 2024 Tipo de Consulta: Examen Médico Ocupacional Ingreso

Paciente: Camila Alejandra Moreno Aguilera Documento: 1024598145

Edad: 24 Género: FEMENINO Ciudad: Bogotá

Empresa: PARTICULAR Cargo: Transcriptor

EXÁMENES REALIZADOS

Visiometría, Examen Médico Osteomuscular, Audiometría

CONCEPTO EVALUACIÓN MÉDICA

ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES

De acuerdo al examen ocupacional realizado a CAMILA ALEJANDRA MORENO AGUILERA con documento de identificación No 1024598145 se considera que es ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES para desempeñar la ocupación del cargo descrito

CONCLUSIONES OCUPACIONALES

ÉNFASIS OSTEO-MUSCULAR: NORMAL - NO DATOS SUGESTIVOS DE PATOLOGÍA OSTEO-MUSCULAR ACTIVA.
OPTOMETRÍA: NORMAL – USUARIO(A) DE LENTES DE CORRECCIÓN
AUDIOMETRIA: NORMAL.

PRUEBA DE CONDICION VISUAL
Esfera (ESF): -2.25 dioptrías
Cilindro (CIL): -1.75 dioptrías
Eje (EJE): 21 grados
Distancia Pupilar (DP): 0.20 cm
Agudeza visual sin corrección (OD): 0.60
Agudeza visual sin corrección (OI): 0.50
Observaciones: El usuario indica tener miopía. El usuario indica tener astigmatismo.

Dr. Miguel Garzón Rincón
Optómetra Ocupacional
Res. 6473 04/07/2017

PRUEBA AUDIOMÉTRICA: La audición es normal y no se requieren acciones específicas.

Frecuencia	Oído Derecho	Oído Izquierdo
250	60	50
500	30	20
1000	40	0
2000	10	10
3000	10	10
4000	20	10
6000	0	20
8000	10	0

RECOMENDACIONES GENERALES

1. PAUSAS ACTIVAS
2. HIGIENE POSTURAL
3. MEDIDAS ERGONOMICAS
4. TÉCNICAS DE MANEJO DE ESTRÉS
5. EJERCICIO AEROBICO
6. MANTENER MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD PARA COVID.
USO DE TAPABOCAS CUANDO SEA REQUERIDO
LIMPIEZA DE PUESTO DE TRABAJO
LAVADO DE MANOS SEGÚN TECNICA DE LA OMS
7. ALIMENTACIÓN BALANCEADA
8. CONTROL DEL PESO
9. CONTROL VISUAL ANUAL

RECOMENDACIONES GENERALES

A no ser que presentes una restricción médica realizar al menos 150 minutos semanales de actividad física de intensidad moderada, o al menos 75 minutos semanales de ejercicio de alta intensidad.
Consume alimentos variados, incluyendo frutas y verduras
Reduce el consumo de sal, grasas saturadas y el azúcar
Mantén una buena hidratación bebiendo suficiente agua
Sigue una rutina y organiza tu tiempo en el trabajo, familia, estudio, cuidado personal y hobbies.

SIXTA VIVERO CARRASCAL
REGISTRO MÉDICO NO 55300504
LICENCIA SALUD OCUPACIONAL 583
16 DE FEBRERO DE 2021

Verifica la validez de este certificado

CAMILA ALEJANDRA MORENO AGUILERA

FIRMA TRABAJADOR

1024598145