



DATOS PERSONALES

Fecha de Atención: 18 dic 2023 Tipo de Consulta: Examen Médico Ocupacional Ingreso

Paciente: Luis Alberto Bejarano Martin Documento: 1032388976

Edad: 36 Género: MASCULINO Ciudad: Bogotá

Empresa: PARTICULAR Cargo: Profesional

EXÁMENES REALIZADOS

Examen Médico Osteomuscular

CONCEPTO EVALUACIÓN MÉDICA

ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES

De acuerdo al examen ocupacional realizado a Luis Bejarano con documento de identificación No 1032388976 se considera que es ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES para desempeñar la ocupación del cargo descrito

CONCLUSIONES OCUPACIONALES

Basándonos en los resultados obtenidos de la evaluación osteomuscular, certificamos que el paciente presenta un sistema osteomuscular en condiciones óptimas de salud. Esta condición le permite llevar a cabo una variedad de actividades físicas y cotidianas sin restricciones notables y con un riesgo mínimo de lesiones osteomusculares.

PRUEBA DE CONDICION VISUAL

Esfera (ESF): -1.25 dioptrías
Cilindro (CIL): -1.00 dioptrías
Eje (EJE): 80°
Distancia Pupilar (DP): 0.50 cm
Agudeza visual sin corrección (OD): 0.20
Agudeza visual sin corrección (OI): 0.50
Observaciones: Realizar control periódico por optometría

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

Frecuencia	Oído Derecho	Oído Izquierdo
250	0	10
500	0	0
1000	0	0
2000	0	0
3000	0	0
4000	0	0
6000	0	0
8000	0	0

RECOMENDACIONES GENERALES

1. PAUSAS ACTIVAS DURANTE JORNADA LABORAL.
2. CAPACITACIÓN DE HIGIENE POSTURAL Y MANEJO DE COLUMNA
3. ADECUACIÓN ERGONÓMICA DE PUESTO DE TRABAJO
4. EJERCICIO FISICO FRECUENTE.
5. DIETA BALANCEADA.

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.

JUAN JOSE REATIGA
REGISTRO MEDICO NO 14791
LICENCIA SALUD OCUPACIONAL 460
6 DE JULIO DE 2020



Verifica la validez
de este certificado

Luis Bejarano
FIRMA TRABAJADOR
1032388976