



DATOS PERSONALES

Fecha de Atención: 16/11/2022 Tipo de Consulta: **Examen Médico Ocupacional Ingreso**
Nombres y Apellidos: Karen Julieth Herreño Rodríguez Documento: 1005483879
Fecha nacimiento: 3/1/2003 Edad: 19 Género: FEMENINO Ciudad residencia: Bogotá
Empresa: PARTICULAR Cargo:

EXÁMENES REALIZADOS

Examen Médico Osteomuscular, Optometría

CONCEPTO EVALUACIÓN MÉDICA

ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES

De acuerdo al examen ocupacional realizado a Karen Julieth Herreño Rodríguez con documento de identificación No 1005483879 se considera que es ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES para desempeñar la ocupación del cargo descrito

CONCLUSIONES OCUPACIONALES

USUARIA DE LENTES DE CORRECCIÓN PARA MIOPIA Y ASTIGMATISMO

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.
- DISTANCIAMIENTO SOCIAL DE 1.5 A 2 MTS
- EVITAR LOS CONTACTOS ESTRECHOS POR MAS DE 15 MIN SIN TAPABOCAS
- USO PERMANENTE DE TAPABOCAS
- LIMPIEZA DE PUESTO DE TRABAJO
- LAVADO DE MANOS SEGÚN TECNICA DE LA OMS
7. ALIMENTACIÓN BALANCEADA
8. CONTROL DEL PESO
9. CONTROL VISUAL ANUAL
10. SEGUIMIENTO A PATOLOGIA DE BASE

SALUD FÍSICA Y MENTAL

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.
Reduce la exposición a noticias negativas
Mantén el contacto social vía telefónica - virtual o de forma presencial teniendo en cuenta las medidas de bioseguridad
Evita el consumo de alcohol y drogas
Ayuda a los demás
Mantén hábitos de sueño

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



Verifica la validez
de este certificado

EN JULIETH I

FIRMA TRABAJADOR
Karen Julieth Herreño Rodríguez
1005483879



REGISTRO ACTUAL - PRESTADORES

Si conoce algún dato digítelo para hacer más específica la consulta, de lo contrario de clic en **Buscar** para ver todos los registros.

Formulario que permite la **CONSULTA** en el Registro Especial de Prestadores de Servicios de Salud - REPS.

PRESTADORES	SEDES	SERVICIOS	CAPACIDAD	MEDIDAS DE SEGURIDAD	SANCIONES
Nit:NI					
Cédula ciudadanía:CC	NI900844030-8				
Cédula extranjería:CE					
Naturaleza Jurídica	PrivadaPrestadores acreditados en salud				
DATOS GENERALES DEL PRESTADOR					
Departamento	Bogotá D.CMunicipioBOGOTÁ				
Código de Prestador	1100130342-01				
Nombre del Prestador	BIENESTAR Y SALUD LABORAL SAS				
Clase de Prestador	Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud - IPSEmpresa Social del Estado				
Dirección	CALLE 134 # 7-83 OF 233				
Teléfono(s)	7179192				
Fax					
Correo Electrónico	bslcolombia1@gmail.com				
Razón Social	BIENESTAR Y SALUD LABORAL SAS				
Representante Legal	Maria Claudia Reatiga Urrea				
Nivel Atención Prestador	Carácter Territorial				
Fecha de Inscripción	20161219Fecha de Vencimiento20260430				

Información de la base de datos de las Entidades Departamentales y Distritales de Salud, en la cual se efectúa el registro de los Prestadores de Servicios de Salud con fecha de corte: miércoles 02 de abril de 2025 (5:11 p.m.)

