

RECOMENDACIONES MÉDICAS

Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Enfasis		Orden Servicio No.
2024-07-02	POPAYÁN (Cauca)	Pre-Ingreso		1131240
Nombres y Apellidos		Identificación		Sexo
MILEIDY YOXANA VALCARCEL CAMEJO		CC 1007167905		Femenino
Fecha Nacimiento	Edad	Tipo Sangre - Rh *	Peso	Índice Masa Corporal
1995-12-01	28 años	B+	73 kilogramos	25.26
EPS	ARL		Talla	
Sura	Positiva		170 centímetros	
Cargo a desempeñar	Empresa	AFP		
APOYO A PLANEACIÓN	Persona Natural	Protección		
		Empresa Usuario		
		Persona Natural		



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

Como resultado de la Evaluación Médica Ocupacional, realizada el día 2024-07-02, el médico especialista Dra. Ingrid Soraya Calvache Ocampo 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.
- 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.

RECOMENDACIONES MÉDICAS

- Control visual anual.

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.
- Higiene Postural.
- Participar en el programa de pausas activas definido por la empresa.

Otras Recomendaciones: ADULTA EN BUEN ESTADO GENERAL, SIN LIMITACIONES NI RESTRICCIONES PARA EL DESEMPEÑO NORMAL DEL CARGO AL QUE APLICA

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

MILEIDY YOXANA VALCARCEL CAMEJO

CC.: 1007167905

Fecha de recibido:

CERTIFICADO MÉDICO OCUPACIONAL

Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Énfasis		Orden Servicio No.
2024-07-02	POPAYÁN (Cauca)	Pre-Ingreso		1131240
Nombres y Apellidos				Sexo
MILEIDY YOXANA VALCARCEL CAMEJO				Femenino
Fecha Nacimiento	Edad	Tipo Sangre + Rh +	Peso	Índice Masa Corporal
1995-12-01	28 años	B+	73 kilogramos	25.26
Dirección Residencia				Teléfonos
CRA 7 # 11-02				3138496754
Cargo a desempeñar		Empresa	Empresa Usuaria	
APOYO A PLANEACIÓN		Persona Natural	Persona Natural	



Certificado emitido de acuerdo con la Evaluación Médica Ocupacional realizada el 2024-07-02, por Telesalud. Para emitir el concepto médico ocupacional se analizaron los siguientes exámenes complementarios:

Exámenes complementarios no realizados.

CONCEPTO MÉDICO OCUPACIONAL

Pre-Ingreso: Condiciones de salud acordes con 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.
- Dotar al trabajador de Elementos de Protección Personal adecuados para el riesgo.
- Entregar al trabajador las recomendaciones médicas generadas a partir de la evaluación ocupacional realizada.
- **Control Médico en 12 meses.**

Se anexan Recomendaciones Médicas para el trabajador.

Firma Especialista

Dra. Ingrid Soraya Calvache Ocampo

Registro No.: 1061710999

LSST: 13133/19



Valide este documento en

<https://simeonips.com/validar/cmo/?idpx576-926x-076-04e8-3ac04ywrqjw>

Fecha Impresión: 2024-07-02 15:33:00 487316