

CERTIFICADO MÉDICO OCUPACIONAL

Fecha Emisión 2024-02-23	Realizado en CALI (Valle del Cauca)	Tipo Evaluación - Énfasis Pre-Ingreso, Osteomuscular		Orden Servicio No. 1052491	
Nombres y Apellidos JOHN FREDY LOPEZ CORTES			Identificación CC 96332694		Sexo Masculino
Fecha Nacimiento 1980-03-06	Edad 43 años	Tipo Sangre - Rh * B+	Peso 92 kilogramos	Talla 170 centímetros	Índice Masa Corporal 31.83
Dirección Residencia CARRERA 28 B NRO 50-23 SINDICAL				Teléfonos 3188906009	
Cargo a desempeñar PROFESIONAL		Empresa NIT 999-5 PARTICULAR		Empresa Usuaría PARTICULAR	



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

Certificado emitido de acuerdo con la Evaluación Médica Ocupacional realizada el 2024-02-23. 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 no interfieren con la capacidad laboral del trabajador y los requerimientos del perfil del cargo.

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.
- 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.

Otras Recomendaciones: HIGIENE POSTURAL, PAUSAS ACTIVAS, AUTOCUIDADO, DIETA BALANCEADA Y EJERCICIO PERIODICO.

PREVENCIÓN DE ACCIDENTALIDAD Y REPORTE DE ACCIDENTES E INCIDENTES LABORALES.

USO Y MANTENIMIENTO ADECUADO DE LOS ELEMENTOS DE PROTECCION PERSONAL Y DE CONFORT ERGONOMICO NECESARIOS, SEGÚN LA MATRIZ DE IDENTIFICACION DE PELIGROS Y EVALUACION DEL RIESGO (MIPER) DE LA EMPRESA.

INCLUIR EN LOS SISTEMAS DE VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA (SVE) DE LA EMPRESA, DE ACUERDO AL PERFIL DE RIESGO DEL CARGO SEGÚN LA MIPER.

Se anexan Recomendaciones Médicas para el trabajador.



Firma Especialista

Dr. MICHAEL ENRIQUE RUBIO ORTIZ

Registro No.: 76-5573

LSST.: 0749 de 14 Abril de 2020



Firma del Usuario

JOHN FREDY LOPEZ CORTES

CC.: 96332694



Valide este documento en:

<https://simeonips.com/validar/cmo/471y5jkv-z904-t3l3-y2u0-4tpndg3pr02e>

Fecha Impresión: 2024-02-23 10:54:10 357544

RECOMENDACIONES MÉDICAS

Fecha Emisión	Realizado en	Tipo Evaluación - Énfasis		Orden Servicio No.	
2024-02-23	CALI (Valle del Cauca)	Pre-Ingreso, Osteomuscular		1052491	
Nombres y Apellidos			Identificación	Sexo	
JOHN FREDY LOPEZ CORTES			CC 96332694	Masculino	
Fecha Nacimiento	Edad	Tipo Sangre - Rh *	Peso	Talla	Índice Masa Corporal
1980-03-06	43 años	B+	92 kilogramos	170 centímetros	31.83
EPS	ARL		AFP		
Comfenalco	Positiva		Protección		
Cargo a desempeñar	Empresa	Empresa Usuaría			
PROFESIONAL	NIT 999-5 PARTICULAR	PARTICULAR			



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

Como resultado de la Evaluación Médica Ocupacional, realizada el día 2024-02-23, el médico especialista Dr. MICHAEL ENRIQUE RUBIO ORTIZ 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.
- Consumir diariamente leche u otro producto lácteo.
- Aumentar la ingesta de frutas y verduras.
- 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.
- Bajar de peso.
- Procurar una adecuada higiene del sueño.

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: EXTREMAR Y ACATAR LAS MEDIDAS DE PROTECCION Y BIOSEGURIDAD INDICADAS Y EXIGIDAS
USO DE MASCARILLAS O TAPABOCAS, GUANTES U OTRO TIPO DE ELEMENTO DE PROTECCION PERSONAL SEGÚN INDICACIONES DADAS
LAVADO EXHAUSTIVO DE MANOS CON AGUA Y JABON O USO DE GEL ANTIMICROBIANA
MANTENER DISTANCIAMIENTO SOCIAL INDICADO MINIMO DE 2 METROS EVITANDO CONTACTO FISICO, BESOS, ABRAZOS O APRETON DE MANOS.
EVITAR MULTITUDES, AGLOMERACIONES Y VISITAS A ESPACIOS CERRADOS CON MAS DE 10 PERSONAS.
DIETA, EJERCICIO Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE
DAR AVISO INMEDIATO EN CASO DE SINTOMATOLOGIA RELACIONADA CON ENFERMEDAD POR EL CORONAVIRUS COMO: DOLOR DE GARGANTA, TOS SECA, FIEBRE PERSISTENTE O MALESTAR GENERAL

La empresa **PARTICULAR** 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

PARTICULAR

Firma del Usuario

JOHN FREDY LOPEZ CORTES

CC.: 96332694

Fecha de recibido: