



CONCEPTO MÉDICO OCUPACIONAL

N° 25.322

FECHA Y CIUDAD DE REALIZACIÓN DEL EXÁMEN				TIPO DE EXÁMEN MÉDICO OCUPACIONAL			
27 DÍA	10 MES	2023 AÑO	CALI (VALLE DEL CAUCA, COLOMBIA)	EMO EVALUACIÓN MEDICO OCUPACIONAL DE INGRESO CON ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR			
			Ciudad				
DATOS DE LA EMPRESA DONDE LABORA, LABORARÁ O LABORO EL TRABAJADOR O ASPIRANTE							
PARTICULARES CONTADO				PARTICULARES			
Nombre de la empresa				Empresa en misión			
DATOS DEL TRABAJADOR / ASPIRANTE (Tipo de Documento de Identificación CC, Cedula de Ciudadanía, CE, Cedula de Extranjería, TI, Tarjeta de Identidad, PT, Pasaporte)							
GALLEGO NARVAEZ JAIRO ANDRES				Genero	Edad	Documento de Identificación	
				MASCULINO	31 AÑOS 1 MESES 6 DÍAS	CC	1143845272
Apellidos y Nombres						Tipo	Número
Cargo ADMINISTRADOR DE ESCENARIOS DEPORTIVOS							
CONCEPTO DE APTITUD OCUPACIONAL APTO (SIN PATOLOGÍAS EVIDENTES; CUMPLE CON LOS CRITERIOS MÉDICOS PARA EL CARGO)							
Observaciones: NO APLICA							
RESTRICCIONES LABORALES				TIPO		RECOMENDACIONES	
SIN RESTRICCIONES LABORALES				NO APLICA		NO APLICA	
El concepto de Aptitud se definió a partir de los siguientes exámenes practicados:							
EVALUACIÓN MÉDICO OCUPACIONAL				NORMAL		-----	
RECOMENDACIONES HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES							
ACTIVIDAD FÍSICA AERÓBICA, CONTROL DE PESO, DIETA BALANCEADA: RESTRICCIÓN DE FRITOS, DISMINUCIÓN DE CONSUMO DE SAL, COMER VERDURAS Y FRUTAS, BEBA 2 LITROS DE AGUA, EVITE EL CONSUMO DE HARINAS COMO PAPA, PLÁTANO, YUCA, PAN, ARROZ, PASTA. GRANOS 2 VECES POR SEMANA., FORTALECIMIENTO MUSCULAR, HACER DEPORTE: REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA 3 VECES A LA SEMANA 30 MINUTOS COMO CAMINATAS.							
RECOMENDACIONES OCUPACIONALES							
PÁUSAS ACTIVAS E HIGIENE POSTURAL: ADOPTAR UNA POSTURA ADECUADA DURANTE LA JORNADA DE TRABAJO, REALIZAR PAUSAS ACTIVAS CADA 2 HORAS, REALIZAR MOVIMIENTOS DINÁMICOS DE LAS PIERNAS DURANTE LA JORNADA LABORAL, SVE CARDIOVASCULAR, SVE OSTEOMUSCULAR, USO DE EPP							
OTRAS OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES							
PACEINTE APTO, SIN PATOLOGÍAS QUE LO LIMITEN PARA REALIZAR LA FUNCION ASIGNADA							
<p>Consentimiento informado del Aspirante o Trabajador: autorizo al doctor(a) abajo mencionado a realizar mi examen médico ocupacional registrado en este documento. El doctor(a) abajo mencionado me ha explicado la naturaleza y propósito del examen. He comprendido y he tenido la oportunidad de analizar el propósito, los beneficios, la interpretación, las limitaciones, y riesgos del examen médico a partir de la asesoría brindada. Entiendo que la realización de este examen es voluntaria y que tuve la oportunidad de retirar mi consentimiento en cualquier momento. Fui informado de las medidas para proteger la confidencialidad de mis resultados. Las respuestas dadas por mí en este examen son completas y verídicas. Autorizo al doctor(a) para que suministre a las personas o entidades contempladas en la legislación vigente, la información registrada en este documento, para el buen cumplimiento del sistema de seguridad y salud en el trabajo y para las situaciones contempladas en la misma legislación, igualmente para que remitan la Historia Clínica a la EPS a la cual me encuentro actualmente afiliado. Finalmente manifiesto que he leído y comprendido perfectamente lo anterior y que todos los espacios en blanco han sido completados antes de mi firma y que me encuentro en capacidad de expresar mi consentimiento.</p>							
Médico  Firma: _____ Nombre: BENAVIDES ERAZO MARIA JOSE R. M.: 523175 L.S.O.: 1085260348				Aspirante o Trabajador  Firma: _____ Nombre: GALLEGO NARVAEZ JAIRO ANDRES CC: 1143845272			
				 Código de Seguridad J213P1V25322			

RECOMENDACIONES

Paciente: GALLEGO NARVAEZ JAIRO ANDRES

Fecha: 27/10/2023

Identificación: CC: 1143845272

Fecha Nacimiento: 19/09/1992

Cargo: ADMINISTRADOR DE ESCENARIOS DEPORTIVOS

Edad: 31 AÑOS 1 MESES 6 DÍAS

Tipo de Sangre: O +

Estado Civil: SOLTERO(A)

Género: MASCULINO

Ciudad: CALI (VALLE DEL CAUCA, COLOMBIA)

Dirección: CR 18 # 41-73

RECOMENDACIONES Hábitos y Estilos de Vida Saludables

ACTIVIDAD FÍSICA AERÓBICA, CONTROL DE PESO, DIETA BALANCEADA: RESTRICCIÓN DE FRITOS, DISMINUCIÓN DE CONSUMO DE SAL, COMER VERDURAS Y FRUTAS, BEBA 2 LITROS DE AGUA, EVITE EL CONSUMO DE HARINAS COMO PAPA, PLÁTANO, YUCA, PAN, ARROZ, PASTA. GRANOS 2 VECES POR SEMANA., FORTALECIMIENTO MUSCULAR, HACER DEPORTE: REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA 3 VECES A LA SEMANA 30 MINUTOS COMO CAMINATAS.

RECOMENDACIONES OCUPACIONALES

PÁUSAS ACTIVAS E HIGIENE POSTURAL: ADOPTAR UNA POSTURA ADECUADA DURANTE LA JORNADA DE TRABAJO, REALIZAR PAUSAS ACTIVAS CADA 2 HORAS, REALIZAR MOVIMIENTOS DINÁMICOS DE LAS PIERNAS DURANTE LA JORNADA LABORAL, SVE CARDIOVASCULAR, SVE OSTEOMUSCULAR, USO DE EPP