

DATOS PERSONALES

Fecha de Atención: 3 ago 2024, 20:17

Tipo de Consulta: [Examen Médico Ocupacional de Ingreso](#)

Paciente: VIVIAN ANGÉLICA RUBIANO GONZÁLEZ

Documento: 1075665282

Edad: 33 Género: FEMENINO

Ciudad: Bogotá

Empresa: PARTICULAR

Cargo: Contratista

EXÁMENES REALIZADOS

Médico Ocupacional Osteomuscular, Audiometría, Visiometría, Optometría

CONCEPTO EVALUACIÓN MÉDICA

ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES

De acuerdo al examen ocupacional realizado a Vivian Rubiano con documento de identificación No 1075665282 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.

RECOMENDACIONES GENERALES

1. PAUSAS ACTIVAS
2. HIGIENE POSTURAL
3. MEDIDAS ERGONOMICAS
4. TÉCNICAS DE MANEJO DE ESTRÉS
5. RECOMENDACIONES DE CUIDADO PARA LA VOZ:
 - HIDRATACIÓN FRECUENTE
 - EVITAR CAMBIOS BRUSCOS DE TEMPERATURA
 - LIMITAR LA INGESTA DE BEBIDAS QUE CONTENGAN ALCOHOL O CAFEÍNA
 - EVITAR COMIDAS PICANTES O MUY CONDIMENTADAS.
- EJERCICIOS DE VOZ
- NO FUMAR
- EVITAR ENJUAGUES BUCALES CON ALCOHOL.
6. EJERCICIO AERÓBICO
7. MANTENER MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD PARA COVID.
8. ALIMENTACIÓN BALANCEADA
9. CONTROL DEL PESO
10. CONTROL VISUAL ANUAL

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
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

Vivian Rubiano

FIRMA

1075665282

REGISTRO ACTUAL - SERVICIOS

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/CC	900844030 -				
Naturaleza Jurídica					
DATOS GENERALES DEL PRESTADOR					
Código del Prestador	-	Clase de Prestador			
Empresa Social del Estado		Nivel Atención Prestador		Carácter Territorial	
DATOS DE LA SEDE					
Departamento		Municipio			
Código de la Sede	-				
Nombre de la Sede					
SERVICIO					
Grupo		Número Distintivo de Habilitación del Servicio			
Servicio					
Horarios					
Modalidades	Intramural Extramural Telemedicina Telemedicina Prestador de Referencia Telemedicina Prestador de Remisor				
Especificidades					
Complejidad					
Fecha apertura del servicio	AAAAMMDD. AAAA: Año; MM: Mes; DD:Día.				


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: domingo 11 de enero de 2026 (3:41 a.m.)


(4) registros encontrados.


1						
Departamento	Municipio	Código Sede Prestador	Sede	Nombre Sede Prestador	Servicio	Distintivo
Bogotá D.C	BOGOTÁ	1100130342	01	BIENESTAR Y SALUD LABORAL SAS	337 -OPTOMETRÍA	DHSS0336043
Bogotá D.C	BOGOTÁ	1100130342	01	BIENESTAR Y SALUD LABORAL SAS	407 -MEDICINA DEL TRABAJO Y MEDICINA LABORAL	DHSS0244914
Bogotá D.C	BOGOTÁ	1100130342	01	BIENESTAR Y SALUD LABORAL SAS	712 -TOMA DE MUESTRAS DE LABORATORIO CLÍNICO	DHSS0336044
Bogotá D.C	BOGOTÁ	1100130342	01	BIENESTAR Y SALUD LABORAL SAS	740 -FONOAUDIOLOGÍA Y/O TERAPIA DEL LENGUAJE	DHSS0244915
1						

 Grabar

 Nuevo

 Buscar

 Eliminar

 Ayuda