Servicios Integrados de salud Ocupacional SIS
Consultorías Ltda.
Calle 67 No. 10 A - 40 piso 3º.
316 566 0863
Bogotá D.C.

Certificado de Aptitud
Ingreso laboral
Instructor sena



Fecha: 08/May/2025, **Hora:** 12:53:31 a.m.
Apellido: Herrera bueno **Nombre:** Rigoberto **HC:** # 26428
Tipo Doc: CC **Nro Identidad:** 79602031 **Edad:** 51 años
Empresa: Servicio nacional de aprendizaje sena **Sexo:** Masculino ♂
Emp. Usuaria: Sena **Nacim:** 11/Nov/1973
Cargo: Instructor contratista **Rh:** O+
Direccion: Carrera 116 b 78 62
Telefono: 3114001426 **Celular:** 3114001426 **Email:** **Estado Civil:** Soltero (a)
Ciudad: Bogota d.c. - engativa
Peso: 95 Kg **Estatura:** 1.70 M **IMC:** 32.8 **Escolaridad:** Especialista **Jornada Laboral:** Sin definir
TA: 120/70 **FR:** 18 **FC:** 80
EPS: Famisanar eps **ARL:** Positiva compañía de seguros **AFP:** Proteccion
Responsable: - **Parentesco:** - **Telefono:**

.

Examenes Realizados

Visiometria	Normal	Glicemia	Normal	Examen medico ocupacional	Osteomuscular	Normal
Valoración psicosocial	Normal					

Concepto

Apto con condiciones (que no intervienen en su trabajo).

Recomendaciones

S.V.E.

* Sve visual
* Sve ostemuscular

Estilo de Vida Saludable

* Dieta
* Ejercicio regular

Medicas

* Uso de corrección óptica a necesidad
* Valoración nutricional
* Descartar alteracion metabolica
* Control periodico ocupacional

Laborales

* Pausas activas, relajación osteomuscular, ejercicios especiales para descansar la visión y extremidades superiores (manos, hombros) e inferiores (piernas, pies, cintura), activación de sistema circulatorio, especialmente en piernas y manos. ejercicios especiales para relajación de columna.
* Higiene postural: tratar de no forzar posturas antinaturales para el cuerpo. evitar permanecer mucho tiempo en la misma postura. cambiar la postura y pasar del peso de una pierna a otra. la postura ideal es mantener el torso erguido, la columna recta y los hombros un poco hacia atrás. si se va a cargar peso en vertical, la postura más adecuada consiste en agacharse doblando las rodillas con las piernas ligeramente separadas, mientras se mantienen la espalda en vertical. en la postura vertical, cuando estamos de pie, tenemos que estar lo más estirados posible y el peso entre los dos pies, no echados hacia delante ni echados hacia atrás. recuerde que la columna es nuestro soporte y que debe cuidarla día a día, cuidela. implemente hábitos de vida saludables.

Otras: Cumplir Con Normativa En Seguridad E Higiene Industrial
Dieta Baja En Grasas Harinas Y Azucares Refinados Para Descenso De Peso , Valoración Nutrición Para Acompañamiento
Audiometria Y Espirometria Normales
No Aplican Restricciones,
Valoración Por S.o Anual.

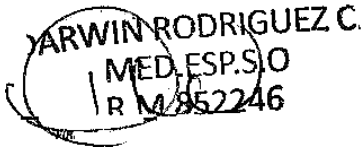
Observaciones

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Para dar cumplimiento a la resolución 2346 del 2007 emanada del ministerio de protección social, el trabajador; cuyos datos y firma constan en este documento, presta su consentimiento para someterse a las pruebas médicas y complementarias necesarias para valorar su aptitud laboral, conforme a los riesgos en su puesto de trabajo, y a que el contenido y resultado de las mismas esté a dispocisión del personal encargado de la vigilancia de salud de su empresa
Los Hallazgos fueron consignados en historia clínica ocupacional que desarrolla los contenidos establecidos en la resolucion 2346 de 2007
Notas:

SERVICIOS INTEGRADOS | 40
SALUD OCUPACIONAL AÑOS

1) El contenido de la historia clínica ocupacional tiene carácter confidencial y su custodia esta regulada por la resolución 1918 del 05 de Junio de 2009 del cual transcriben a continuación algunos apartes:
"La custoria de las evaluaciones medicas ocupacionales y de la historia clínica ocupacional estara a cargo del prestador de servicios de salud ocupacional que la genero en el curso de la atención, cumpliendo los requisitos y procedimientos de archivo conforme a las normas legales vigentes para la historia clínica".
"En ningún caso los empleadores podrán tener, conservar o anexar copia de las evaluaciones médicas ocupacionales y de la historia clínica ocupacional a la hoja de vida del trabajador"
2) Este examen no reemplaza el realizado por Indumil para porte de armas
3) S.I.S. OCUPACIONAL es reasponsable del tratamiento de datos personales atendiendo los deberes de seguridad y confidencialidad ordenados por la Ley 1581 de 2012 y el Decreto 1377 de 2013



Darwin jose rodriguez consuegra
Medico ocupacional
Lic. de S.O #: 4061/19
Registro #: 4061/19

Rigoberto herrera bueno
CC 79602031



Huella
Digital