Bienestar & Salud Laboral

Nit. 900.844.030-8
Licencia No. 64 del 10-01-2017
Calle 134 # 7-83 cons 233, Bogotá D. C.
www.bsl.com.co



DATOS PERSONALES

Fecha de Atención: 5 may 2025 | Tipo de Consulta: Examen Médico Ocupacional de Periódico

Paciente: David Fernando Pineda Fontecha | Documento: 1.099.202.774

Edad: 39 | Genero: MASCULINO | Ciudad: Bogotá

Empresa: Independiente | Cargo: Diseñador

EXÁMENES REALIZADOS

Examen Médico Osteomuscular, Audiometría, Visiometría

CONCEPTO EVALUACIÓN MÉDICA

ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES

De acuerdo al examen ocupacional realizado a David Fernando Pineda Fontecha con documento de identificación No 1099202774 se considera que es ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES para desempeñar la ocupación del cargo descrito

CONCLUSIONES OCUPACIONALES

BUEN ESTADO GENERAL

RECOMENDACIONES GENERALES

1- USO DE CORRECCION VISUAL
2- CONTROL ANUAL POR OPTOMETRIA
3- USO DE ELEMENTOS DE PROTECCION PERSONAL

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

CÉSAR ADOLFO ZAMBRANO MARTÍNEZ
REGISTRO MEDICO NO 1192803570
LICENCIA SALUD OCUPACIONAL # 3241
13 julio del 2021

David Fernando Pineda Fontecha

FIRMA
1099202774