

CONCEPTO MÉDICO

Motivo de consulta: Ingreso

Fecha de consulta: 16/02/2026

Información de la empresa	
Empresa: TRABAJADOR INDEPENDIENTE	Empresa en misión:
Actividad económica de la empresa:	
NIT: 80000000	

Información paciente	
Nombre completo: VALENTINA MORA OCHOA	Identificación: CC: 1152216833
Responsable: El mismo paciente	Acompañante: Ninguno
Cargo: ENFERMERA	Fecha nacimiento: 19/03/1997
Edad: 28	Genero: Femenino
Estado civil: Unión Libre	Escolaridad: Pregrado (Universitaria)
Teléfono: 3122947705	Dirección: Antioquia, Bello, Cl 54 N° 54 - 09 Barrio Rosalpi
N° hijos: 0	ARL: ARL SURA
EPS: EPS Sura	AFP: Protección S.A.


Exámenes analizados
<ul style="list-style-type: none">EVALUACION MEDICO OCUPACIONAL .

Concepto de aptitud
Apto con recomendaciones.

Anexo
<p>APTA PARA LABORES COMO ENFERMERA</p> <p>Se realiza evaluación médica ocupacional siguiendo las recomendaciones y protocolos de gobierno nacional, orientadas a prevenir la transmisión de infecciones y en cumplimiento de las precauciones estándares definidas por la OMS/OPS que tienen por objeto reducir el riesgo de transmisión de agentes patógenos transmitidos por la sangre u otras fuentes, y en general las infecciones transmitidas por otros tipos de agentes patógenos de fuentes tanto reconocidas como no reconocidas. NO REPORTA ENFERMEDAD O PATOLOGÍA ALGUNA QUE SE RELACIONE CON EL TRABAJO. NO Reporta haber sufrido Accidentes de Trabajo. No tiene síntomas ni signos de sufrir enfermedad infecto contagiosa alguna. Tiene 3 dosis de la vacuna COVID.</p> <p>CONSENTIMIENTO INFORMADO: Autorizo al médico evaluador de Salud Ocupacional abajo firmante, al servicio de la Empresa, a realizarme el examen médico de Salud ocupacional, con los laboratorios y paraclínicos que considere necesarios. He comprendido el propósito de este tipo de evaluación. Se me ha dado a conocer que la realización de este examen y los estudios, interconsultas, paraclínicos que se derivan del mismo, es voluntaria. Manifiesto igualmente que toda la información que he suministrado es verídica y no he omitido información relacionada con mi Salud, Historia laboral y ocupacional. Fui informado de las medidas que tomará el prestador para garantizar la confidencialidad, seguridad, conservación y preservación de mi historia clínica. Autorizo al prestador, a suministrar información relacionada con mis datos, y contenido de la historia clínica, a las personas o entidades contempladas en la legislación, en cumplimiento de los preceptos de Programa de Seguridad y Salud en el trabajo de la empresa y en procura de mi bienestar.</p>

Recomendaciones generales

- Usar adecuadamente los elementos de protección personal en especial para riesgo biológico.
- Hábitos de vida saludable: dieta balanceada y ejercicio diario por 30 minutos.
- Adecuada higiene postural.
- Seguir el manual vigente de higiene y seguridad industrial de la empresa.
- Reportar todo accidente o incidente que ocurra en el trabajo.
- Reportar las condiciones de trabajo que puedan ser generadoras de accidentes laborales.
- Realizar cambios frecuentes de posición y/o pausas activas.
- Evitar posturas forzadas de columna.
- Hacer una rutina semanal de ejercicio o deporte al menos 3 veces por semana de mínimo 45 minutos cada vez.
- La silla que se utilice siempre debe tener espaldar y debe permitir la adecuada postura del trabajador.
- **Control de Peso y dieta balanceada.** La recomendación de la Asociación Americana del Corazón en sus guías refuerza, la importancia de reducir el riesgo de por vida de EASCV mediante hábitos de vida saludables. En este sentido se recomienda un esquema dietético basado en la ingesta de vegetales, frutas, granos integrales, legumbres, proteínas saludables (lácteos parcialmente descremados, pollo sin piel, pescado/mariscos, nueces), y aceites vegetales no tropicales. Limita la ingesta de carnes rojas, dulces, y bebidas azucaradas. Esta dieta debe ser personalizada a los requerimientos calóricos apropiados, a las preferencias culturales, y ajustada en forma apropiada para otras patologías como por ejemplo la diabetes o la obesidad.



JORGE IVAN OSORIO OSORIO
MD. ESP. SALUD OCUPACIONAL
RM/12379-BS CE. 70118709
L.S.O. 2016060077548 Use A.

JORGE IVAN OSORIO OSORIO

Cedula de ciudadanía: 70118709

Profesión: Médico especialista salud ocupacional

Registro: RM 12379 - LSO 2016060077548

Aspirante o trabajador
VALENTINA MORA OCHOA
Identificación: CC: 1152216833