JUAN DAVID VELEZ VILLA
Prestador: 053211270201
No. Identificación 71738933
Dirección: Calle 31 # 24-38 Barrio Nueva Urbanización
Telefono: 3118249465
Email: preventivaocupacionalips@gmail.com

CERTIFICADO MÉDICO DE APTITUD LABORAL con enfasis en ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR

Información General



Fecha impresión:	GUATAPE - 2025/05/07	Nro Ingreso:	20250507020232
Paciente:	MARTHA INES RIVERA ATHEORTUA	CC:	21787797
Edad:	63 años	Nombre Cliente:	INDEPENDIENTE - EXAMEN OCUPACIONAL
Género:	Femenino	Tipo Evaluación:	Preingreso
Cargo:	GESTORA SOCIAL	Convenio:	INDEPENDIENTE - EXAMEN OCUPACIONAL
Fecha Atención:	2025-05-07 19:05:56		
Sede:	Sede Principal		

Pruebas de Apoyo Diagnóstico

PARACLINICOS **LABORATORIO CLINICO** **COMPLEMENTARIOS** **VACUNAS**

Certificacion de Aptitud

CONCEPTO - EXAMEN PREINGRESO: PUEDE DESEMPEÑAR EL CARGO CON RECOMENDACIONES QUE NO RESTRINGEN LA LABOR

OBSERVACIONES AL CONCEPTO:

PUEDE DESEMPEÑAR EL CARGO COMO GESTORA SOCIAL CON RECOMENDACIONES QUE NO LIMITAN EL DESARROLLO DE SUS FUNCIONES AL CARGO ACTUAL.
SE RECOMIENDA CONTINUAR CON LOS CONTROLES POR PARTE DEL MEDICO EN SU EPS.
DEBE CONTINUAR CON LOS CONTROLES PERIÓDICOS POR OPTOMETRÍA CON EL USO DE LA FORMULA VISUAL CORRECTIVA PRESCRITA PARA ACTIVIDADES DE VISION CERCANA COMO LECTURA Y ESCRITURA DURANTE EL DESARROLLO DE SUS ACTIVIDADES LABORALES Y DE LA VIDA DIARIA.
HABITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE QUE INCLUYE ALIMENTACIÓN BALANCEADA BAJA EN AZÚCARES PROCESADOS, HARINAS Y GRASAS, AUMENTANDO LA INGESTA DE FRUTAS Y VERDURAS.
CONTROL NUTRICIONAL Y METABÓLICO POR NUTRICIONISTA EN LA EPS. DISMINUCIÓN Y CONTROL DEL NPESO.
HIGIENE POSTURAL Y CONTROL ERGONÓMICO, REALIZANDO ESTIRAMIENTO DE GRUPOS MUSCULARES Y PAUSAS ACTIVAS. SE RECOMIENDA ALTERNAR DE MANERA FRECUENTE LA POSICIÓN DEL CUERPO, EVITANDO POSTURAS PROLONGADAS.
CUMPLIR CON LAS NORMAS Y DIRECTRICES EMITIDAS POR EL ÁREA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO.
DE REALIZAR MANIPULACIÓN DE PESOS Y CARGAS, HACERLO DE FORMA ADECUADA, DOBLANDO RODILLAS Y CON LA ESPALDA RECTA, CUMPLIENDO LOS PARÁMETROS ESTABLECIDOS POR LA NORMATIVIDAD VIGENTE, SIN EXCEDER LOS LÍMITES ESTABLECIDOS.
CONTINUAR CON LAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y AUTOCUIDADO PARA EL RIESGO BIOLÓGICO.
USO ADECUADO DE TODOS LOS EPI´S REQUERIDOS Y NECESARIOS PARA EL CARGO.
INFORMAR AL ÁREA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO CUALQUIER NOVEDAD EN SU ESTADO DE SALUD QUE AFECTE EL DESARROLLO DE SUS ACTIVIDADES, AL IGUAL QUE CUALQUIER CONDICIÓN EN EL AMBIENTE DE TRABAJO QUE PUEDA AFECTAR LA SALUD INDIVIDUAL O COLECTIVA.
CONTINUAR CON LAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y AUTOCUIDADO, ESTABLECIENDO LOS TIEMPOS DE REPOSO Y RECUPERACIÓN FISICA Y MENTAL PARA EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES.
ESTE CONCEPTO NO APLICA PARA LABORES DE ALTO RIESGO COMO ALTURAS Y ESPACIOS CONFINADOS.
SE RECOMIENDA PARA LA REALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES EN CAMPO PROTEGERSE DE LOS RAYOS SOLARES, UTILIZANDO PRENDAS DE MANGA LARGA Y USO DE PROTECCIÓN SOLAR. USAR EL CALZADO ADECUADO Y DURANTE LOS DESPLAZAMIENTOS, HACERLO CON SEGURIDAD Y APOYO TOTAL DEL PIE, PUDIENDO UTILIZARSE COMO TERCER PUNTO DE APOYO EL BASTÓN DE SENDERISMO.
HIDRATARSE DE FORMA FRECUENTE, CON LOS TIEMPOS DE REPOSO ADECUADOS DURANTE LOS DESPLAZAMIENTOS.
CUIDADOS Y MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN SOBRE EL RIESGO BIOLÓGICO EN AMBIENTES EXTERNOS CON RELACIÓN A FAUNA Y FLORA.
VALIDAR ESQUEMA DE VACUNACIÓN.

ENFASIS - ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR: PUEDE DESEMPEÑAR EL CARGO SIN RESTRICCIONES

RECOMENDACIONES AL ENFASIS:

ESTIRAMIENTO DE LOS GRUPOS MUSCULARES DESCRITOS. MANIPULACION DE PESOS Y CARGAS SIN EXCEDER LOS PESOS ESTABLECIDOS, DOBLANDO RODILLAS Y CON LA ESPALDA RECTA.
REALIZAR PAUSAS ACTIVAS DE MANERA FRECUENTE, ALTERNANDO DE POSICIÓN. SE RECOMIENDA REALIZAR ALTERNANCIA DEL PUESTO DE TRABAJO, EVITANDO POSTURAS PROLONGADAS.

Recomendaciones Generales

- [x] Examen Periodico Ocupacional
- [ ] Realizacion Pruebas Complementarias
- [x] Continuar Manejo Medico
- [x] Pausas Activas
- [ ] Uso de E.P.I.

Higiene Postural Remitir a EPS

Recomendaciones Ocupacionales Preventivas

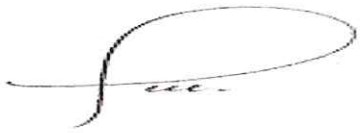
Osteomuscular:	Acondicionamiento fisico segun requerimientos del cargo. Adecuacion ergonomica de puestos de trabajo segun disposicion de la empresa. Capacitacion para manejo de cargas segun criterio del cargo
Visual:	Educación en higiene visual. Uso de protección visual según tipo de exposición. Adecuada iluminación del puesto de trabajo. Pausa activa visual.
Biologico:	Uso de elementos de bioseguridad adecuados para el riesgo y verificacion de esquemas de vacunacion
Cardiovascular:	Reducir el consumo de azucares, harinas, sal, grasas y fritos; asistir a programas periodicos de promoción y prevención de riesgo cardiovascular en su EPS. Control periodico de peso, control de tensión arterial preventiva.

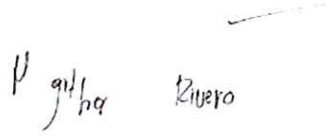
Nota del Concepto / Restricciones / Pruebas Realizadas

Tipo Limitación: ninguna

Observación: PARA LA EMISIÓN DE ESTE CONCEPTO SE REALIZÓ EVALUACIÓN OCUPACIONAL CON ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR. NO PRESENTA RESTRICCIONES PARA EL CARGO COMO GESTORA SOCIAL CUMPLIENDO CON LAS RECOMENDACIONES EMITIDAS.

Autorizo la realización de exámenes ocupacionales según consentimiento informado y política de protección de datos diligenciadas en el autoreporte de condiciones de salud que previamente firme. La firma del paciente referida en este documento es imagen extraída del consentimiento informado y política de protección de datos diligenciada y firmada por cada paciente antes de ingresar a la atención donde nos autoriza a practicarle los exámenes médicos y paraclínicos correspondientes. La imagen de firma del paciente certifica que se presento y diligencio el documento de consentimiento informado el cual reposa en los archivos de JUAN DAVID VELEZ VILLA.





Profesional Ocupacional: Juan David Velez Villa

Registro M.D: 5051801

Licencia S.O: 302393/2015

Firma del Paciente: MARTHA INES RIVERA ATHEORTUA

Identificacion: CC. - 21787797

Todos los derechos reservados - www.innovasoftcol.com