DR: PEDRO FERNANDO ORDOÑEZ ESPECIALISTA EN SALUD OCUPACIONAL
RESOLUCION.09550-08/18
CELULAR/WHATSAPP:3118414743

SISTEMA DE GESTION DE LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO Y MEDICINA PREVENTIVA

1.DATOS BASICOS			
FECHA: 16-01-2024		TIPO DE EXAMEN: INGRESO	
NOMBRES: SANDRA LORENA	APELLIDOS : SEGOVIA ESCOBAR		SEXO: M () F(X)
DOCUMENTO DE IDENTIDAD: CC	No: 1.112.461.250	DE : JAMUNDI VALLE	EDAD: 37 AÑOS
ESTADO CIVIL : SOLTERA	TEL: 3156708308	EPS: ASMET SALUD	ARL : POSITIVA
EMPRESA: MUNICIPIO DE PTO TEJADA CAUCA		CARGO: TRABAJADORA SOCIAL	
TIPO DE VINCULACION: OPS		ESCOLARIDAD: PROFESIONAL	

El servicio médico ocupacional con el Doctor Pedro Fernando Ordóñez médico especialista en salud ocupacional, mediante el examen de aptitud para el cargo y de las funciones correspondientes al mismo, emite que la persona con los datos anteriormente consignados se considera:

2. CONCEPTO					
APTO :	X	APTO CON RECOMENDACIONES	X	APTO SIN RESTRICCIONES	X
NO APTO :		APLAZADO		APTO CON RESTRICCIONES MEDICAS OCUPACIONALES	

OBSERVACIONES: Adulto en buen estado general, sin limitaciones para el normal desempeño de su actividad laboral, Sin signos o síntomas asociados a COVID 19 al momento de su examen. Niega patologías de base previamente diagnosticadas, que lo incluyan dentro de población de alto riesgo para COVID 19.
Según lineamientos del Ministerio de Salud y de acuerdo a la valoración médica realizada el usuario NO PRESENTA comorbilidades o condiciones que le ponen en riesgo de hacer complicaciones en caso de infección por COVID 19, de acuerdo a lo establecido en la Circular 30 de 2020, en su numeral 4.

3. RESTRICCIONES MÉDICAS OCUPACIONALES

3.1 SIN RESTRICCIONES	X	3.2 TEMPORAL		3.3 PERMANENTE		3.4 TIEMPO	

4. RECOMENDACIONES MÉDICAS OCUPACIONALES	
4.1 PARA EL TRABAJADOR:	
Autocuidado - Pausas activas durante la jornada laboral.	X
Conservar hábitos de vida saludable – dieta balanceada, baja en carbohidratos y azúcares simples. – ejercicio regular. Acondicionamiento físico, fortalecimiento muscular.	X
Se recomienda pérdida de peso – Valoración en su EPS con nutricionista para incluir en programa de pérdida de peso.	X
Higiene postural y de columna.	X
Cambios frecuentes de sedente a bipedestación por lo menos cada hora.	
Utilizar adecuadamente elementos de protección personal, según el perfil del cargo.	X
Informar oportunamente sobre incidentes y accidentes de trabajo	X
Valoración en su EPS para realizar afinamiento de presión arterial.	
Valoración por oftalmología para manejo de pterigio	
Valoración anual por optometría para actualizar de fórmula de lentes.	
Solicitar valoración por optometría en su EPS para formula de lentes, por disminución de agudeza visual.	
Valoración regular en su EPS para control de lípidos (Colesterol, triglicéridos) Se recomienda dieta baja en grasas y carbohidratos.	X
Valoración en su EPS para formula de manejo antiparasitario.	

Valoración en su EPS para manejo de patología osteomuscular	
Mantener y aplicar adecuadamente protocolo de bioseguridad de su empresa	X
4.2 PARA LA EMPRESA	
Mantener puesto de trabajo ergonómico. Educación en ergonomía.	X
Educación a los trabajadores sobre protocolos COVID 19 : Mantener distanciamiento social , medidas de bioseguridad y uso de EPP para Prevención de covid 19, así como medidas de higiene dentro de su lugar de trabajo y al regresar a su domicilio. Informar oportunamente en Caso de presentar síntomas asociados a COVID 19.	X
Dotar de EPP (para COVID 19) Y según el perfil del trabajador.	X
Incentivar seguridad y salud en el trabajo.	X
Educación sobre estilos de vida saludable y autocuidado.	X
Educación sobre manejo de cargas, según el riesgo.	
Reubicación laboral.	
Revisión de puesto de trabajo	
Seguimiento de casos por Aseguradora de riesgos laborales (ARL)	

5.CONDICIONES MEDICAS OCUPACIONALES: incluir en sistema de vigilancia epidemiológica:

Biomecánico	X	**Visual**		**Auditivo**		**Cardiovascular**	X	**Biológico**		**Químico**		**Físico**	
Psicolaboral		**Ergonómico**	X	**Osteomuscular**		**Cuidado de la voz**	X	**Eléctrico**		**Nutricional**		**Estrés**	X

CONSIDERACIONES ESPECIALES DE HISTORIA OCUPACIONAL EN PANDEMIA POR CORONAVIRUS: La presente evaluación médica ocupacional que se realiza durante la pandemia por COVID 19 , Se lleva a cabo de forma integral , teniendo en cuenta la encuesta de síntomas, presencia de signos y síntomas respiratorios agudos y verificación de antecedentes de patologías o condiciones que lo enmarquen en una población de manejo especial o de mayor riesgo de complicación en caso de sufrir la infección, en concordancia con lo que establecen las Resoluciones 464 y 666 de 2020 y lo definido en la Circular No 30 de 2020, del Ministerio de Salud y Protección Social. 'Cualquier hallazgo significativo encontrado en relación a la actual problemática de salud pública se ampliará en el Certificado Médico, con el objeto de definir su estado e implicaciones ocupacionales. Esta evaluación no garantiza que a futuro el trabajador no padezca la enfermedad. En caso de presentar algún síntoma al respecto, será pertinente que se le haga una nueva valoración médica en su Entidad de Salud. Por todo lo anterior se recomienda implementar las medidas generales y específicas según proceso productivo y sector económico, en el marco del Programa de Bioseguridad de cada empresa y en atención a los lineamientos de autoridades competentes como Ministerios de Trabajo, Salud y Seguridad Social'.

Es de vital importancia para PROTEGERNOS DEL CORONAVIRUS:

- Lavar nuestras manos regularmente con abundante agua y jabón.
- Usar tapabocas convencionales todo el tiempo en espacios donde sea imposible mantener distancias mayores a 2 metros, como: transporte público, taxis, supermercados, bancos, entre otros.
- Si se usa transporte masivo usar siempre tapabocas y lavarse las manos después de usarlo.
- Evitar tocarse la cara, especialmente después de tener contacto con superficies contaminadas o personas enfermas.
- Limpiar constantemente con desinfectante las superficies con las que tenemos contacto.
- Mantener una distancia no inferior a un metro y medio con otras personas en la medida de lo posible: No salude de beso ni de mano y evite el contacto físico.
- Descargue el aplicativo Coronapp-Colombia para recibir información personalizada e Infórmese a través de fuentes confiables.
- SI TIENE LOS SIGUIENTES Síntomas: Fiebre, Tos, Dificultad para respirar, dolor para tragar, notifíquelo a su empleador y su EPS, No vaya a lugares públicos, es ideal que se aísle preventivamente.

Pedro Fernando Ordoñez
MEDICO ESP. SG-SST
REG. 09550-08/18

DR. PEDRO FERNANDO ORDÓÑEZ

MÉDICO ESPECIALISTA EN SALUD OCUPACIONA

Sandra I. Segovia

FIRMA DEL TRABAJADOR

RM 09550-08/18

La presente certificación se expide con base en la historia clínica ocupacional del trabajador, la cual tiene carácter confidencial.