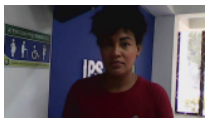
IPS AMPM24 SAS
NIT: 900813532
Dirección: Av. de los Estudiantes, Calle 20 #38-15
Tel: 7377355 - 3042045021
Pasto - Nariño

DATOS DE EMPRESA

Empresa contratante: PARTICULAR	**Empresa en misión:** NO APLICA

INFORMACIÓN DEL USUARIO



Nombres y Apellidos: Karen Liliana Angulo		**N° identificación:** CC - 1087109236	
Sexo: Femenino	**Edad:** 41	**Fecha de nacimiento:** 1984-11-15	
Lugar de nacimiento: Tumaco		**Lugar de residencia:** Pasto - Nariño	
Dirección: Cll 16b 33b-26		**Teléfono:** No refiere	**Celular:** 3113395519
Correo electrónico: karentli2@hotmail.com		**Estado civil:** Unión Libre	**Escolaridad:** Profesional Completo
Hemoclasificación: O+	**Hijos:** 2 **IMC:** 28.6	**EPS:** Nueva Eps	
Regimen: Contributivo	**Fondo de pensión:** No Refiere	**ARL:** No Refiere	
Estrato: 4 **Zona:** Urbana	**Grupo étnico:** No Refiere	**Discapacidad:** No	

INFORMACIÓN DE LA ORDEN MÉDICA

Código: 103298	**Cargo:** Contratista	**Fecha de ingreso:** 2026-02-26	**Hora de ingreso:** 11:46
Lugar de realización: Pasto - Nariño	**Entidad:** IPS AMPM24 SAS	**Dirección:** Av. de los Estudiantes, Calle 20 #38-15	

VALORACIÓN MÉDICA

Tipo de examen realizado: Pre ingreso	**Examen:** Examen medico ocupacional de preingreso	
Énfasis: Osteomuscular		
Concepto: Cumple para el cargo / Sin restricciones para el cargo		
Aptitudes y/o Tareas: No aplica		
Ingreso al PVE preventivo: Ninguno		
Programa de promoción y prevención: Cardiovascular		
Recomendaciones y/o Restricciones: Ninguno		
Clasificación Gatiso Osteomuscular	**Tipo:** 1	**Grupo:** No registra
Remisión y controles por su EPS: Nutrición.		
¿Está en controles con la ARL?: No		
Observaciones Médicas: Durante el examen físico no se encontraron hallazgos que le impidan desempeñar el cargo, se sugiere bajar de peso, realizar pausas activas, cumplir normas del sistema de gestión sst, utilizar una adecuada higiene postural y mecánica corporal para realizar las tareas de su ocupación.		
Recomendaciones Laborales: No		
Restricciones Laborales: No		
Otros Examenes Realizados: Optometria		

CLAUDIA LUCIA CARDENAS CABEZAS
CC 37084641
TP: 5229422010
LN: LIC. SO. 23902017 ESPECIALISTA EN MEDICINA OCUPACIONAL

KAREN LILIANA ANGULO
CC 1087109236

IPS AMPM24 SAS
NIT: 900813532
Dirección: Av. de los Estudiantes, Calle 20 #38-15
Tel: 7377355 - 3042045021
Pasto - Nariño

VALORACIÓN OSTEOMUSCULAR

Durante el examen realizado en reposo no se evidencia limitación funcional, ninguna sintomatología osteomuscular, arcos de movilidad adecuados, fuerza conservada.

INFORMACIÓN DE LOS EXAMENES COMPLEMENTARIOS

Optometria: Se sugiere uso de gafas de manera ocasional
Recomendaciones: Corrección Óptica ocasional, Control 1 año

AUTOCUIDADO

Se explica la importancia del autocuidado como:

ACTIVIDAD FÍSICA

1. Realice al menos 150 minutos de actividad física moderada a la semana.
2. Realice ejercicios de fortalecimiento muscular, mínimo dos veces por semana.
3. Reduzca el uso de pantallas cuanto sea posible.
4. Prefiera caminar y/o usar bicicleta para transportarse.
5. Disfrute y diviértase con la actividad física. Haga buen uso de su tiempo libre.

ALIMENTACIÓN SALUDABLE

1. Incluya alimentos variados y nutritivos diariamente.
2. Reduzca el consumo de grasas saturadas y evite comida chatarra.
3. Consuma frutas y verduras, al menos 5 porciones al día.
4. Vigile y controle su peso corporal.
5. Evite el consumo de bebidas azucaradas (gaseosas y bebidas procesadas).
6. Reduzca el uso de sal en sus comidas.

RECOMENDACIONES DE CUIDADO PERSONAL Y PROTECCIÓN DE INFECCIÓN

HIGIENE PERSONAL

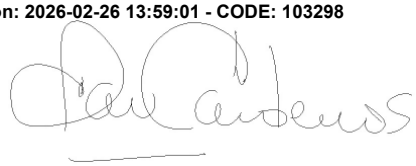
1. Lavado de manos frecuente: Lava tus manos con jabón y agua durante al menos 60 segundos, especialmente después de:
    - Usar el baño
    - Antes de comer
    - Después de tocar animales o superficies contaminadas
2. Cubre tu boca y nariz con un pañuelo o la manga cuando tosas o estornudes.
3. Evitar contacto con personas enfermas.
4. Mantener una buena higiene personal, incluyendo el baño regular y el lavado de ropa.
5. Duerme lo suficiente para ayudar a tu sistema inmunológico a funcionar correctamente.

CONSIDERACIONES LEGALES

El presente documento consigna la información suministrada por mí, certifica que es veraz y autorizo a la IPS AMPM24 SAS a entregar el certificado médico ocupacional resultante de esta valoración donde se registran las recomendaciones, restricciones y/u observaciones médicas dando cumplimiento al decreto 1072 del 2015 y las normas que la modifiquen, adicionen o sustituyan información que es necesaria para el programa de medicina preventiva de la compañía.

IPS AMPM24 SAS da cumplimiento a las resoluciones 2346 del 11 de julio de 2007 y 1918 de junio 5 de 2009, la resolución 839 del 23 de marzo del 2017 y Decreto 1072/2015 – Articulo 2.2.4.6.13 numerales 1 y 2 del ministerio de trabajo y salud y protección social profesional, la guarda y custodia y solo se obtendrá dicha información bajo los requerimientos legales establecidos por la ley o cuando el trabajador lo demande, la empresa solo obtendrá los certificados médicos emitidos.

La IPS AMPM24 SAS da cumplimiento a la Resolución 2346 del 11 de julio 2007 Parágrafo del Artículo 10 y la ley estatutaria 1581 de 2012, especialmente a los dispuestos en sus artículos 9 y 12, a su Decreto reglamentario 1377 de 2013 y las demás normas pertinentes como responsable del tratamiento de datos. Para mayor información sobre la política de tratamiento de datos puede visitar el sitio web de la IPS AMPM24 SAS en la dirección: https://www.ampm24.co/



CLAUDIA LUCIA CARDENAS CABEZAS
CC 37084641
TP: 5229422010
LN: LIC. SO. 23902017 ESPECIALISTA EN MEDICINA OCUPACIONAL



KAREN LILIANA ANGULO
CC 1087109236

IPS AM PM
CUIDAMOS DE SU SALUD
Y BIENESTAR INTEGRAL
/ 24 SAS