CIMA OCUPACIONAL SAS

Prestador: 010051671901
No. Identificación 900960456
Dirección: CRA 48 18A 126
Telefono: 6044480651
Email: direccion@cimaocupacional.com.co

CERTIFICADO MÉDICO DE APTITUD LABORAL con enfasis en OSTEOMUSCULAR

Información General

Fecha impresión:	MEDELLÍN - 2024/05/30	Nro Ingreso:	20240530020174
Paciente:	JUAN PABLO LOPEZ AGUDELO	CC:	1000411932
Edad:	22 años	Nombre Cliente:	CIMA OCUPACIONAL
Género:	Masculino	Tipo Evaluación:	Ingreso
Cargo:	CONTRATISTA		
Fecha Salida:	2024-05-30 12:01:40	Fecha Atención:	2024-05-30 11:51:14
Sede:	SALUD Y SERVICIOS (PRINCIPAL)		

Pruebas de Apoyo Diagnóstico

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

Certificacion de Aptitud

CONCEPTO - EXAMEN INGRESO:	**CUMPLE PARA EL CARGO**
OBSERVACIONES AL CONCEPTO:	SIN OBSERVACIÓN
ENFASIS - OSTEOMUSCULAR:	NORMAL, Se evalúa la postura, arcos de movilidad, grupos musculares, sistema nervioso y columna en su alineación y flexibilidad.

Recomendaciones Generales

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

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.

recomendaciones generales y/o restricciones

Tipo Limitación: ninguna

Observación: REALIZAR EJERCICIO FISICO REGULARMENTE, DIETA BALANCEADA, ESTILO DE VIDA SALUDABLE, PAUSAS ACTIVAS SEGUN PROTOCOLO DE LA EMPRESA, SEGUIMIENTOS SEGUN PROGRAMA SVE DE LA EMPRESA: REALICE PAUSAS ACTIVAS DE LAS MANOS Y MUÑECAS CADA 3 HORAS POR 5 MINUTOS: REALICE ESTIRAMIENTO DE LAS MANOS Y DEDOS DE FORMA QUE HAGA EXTENSIÓN Y FLEXIÓN, Y ESTIRAMIENTOS DE LOS DEDOS POR 2 MINUTOS CADA 3 HORAS REALICE CON LA MANO EN PUÑO CERRADO ROTACIONES CON LA MUÑECA POR 2 MINUTOS CADA 3 HORAS HAGA OPOSICIÓN CON LAS MUÑECAS EJERCIENDO CIERTA PRESIÓN POR 1 MINUTOS Y RELAJE LAS MANOS CADA 3 HORAS USE SILLAS CÓMODAS ERGONÓMICA, MANTENIENDO SU ESPALDA APOYADA EN EL ESPALDAR DE LA SILLA USE DESCANSAPIES, CADA 3 HORAS APOYE UN SOLO PIE Y DEJE EN OTRO APOYADO EN EL SUELO POR 5 MINUTOS INTRODUZCA LA SILLA A LA MITAD DE SU ESCRITORIO, PARA APOYAR LOS ANTEBRAZOS... CONTROL PERIODICO POR OPTOMETRIA CLINICA... EVALUACIÓN CON NUTRICIÓN Y DIETÉTICA PARA ENFOQUE CLINICO DE PESO SALUDABLE.

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 CIMA OCUPACIONAL SAS.

Andres Londoño O.
Andrés Londoño Ospina
Médico y Cirujano
Especialista en valoración del daño corporal
Especialista Seguridad y Salud en el trabajo
RM: 5-1389-08 Cc 71224192 5744-22

Profesional Ocupacional: andres londoño ospina 0
Registro M.D: 5-1389-08
Licencia S.O: SST 5744

Firma del Paciente: JUAN PABLO LOPEZ AGUDELO
Identificacion: CC. - 1000411932

Todos los derechos reservados - www.innovasoftcol.com