



DATOS PERSONALES

Fecha de Atención: 16 oct 2024

Tipo de Consulta: Examen Médico Ocupacional de Ingreso

Paciente: FELIPE HUMBERTO SALAZAR CHAPARRO

Documento: 1039695634

Edad: 32 Género: MASCULINO

Ciudad: Remedios

Empresa: PARTICULAR

Cargo:

EXÁMENES REALIZADOS

Examen Médico Osteomuscular, Audiometría, Visiometría

CONCEPTO EVALUACIÓN MÉDICA

ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES

De acuerdo al examen ocupacional realizado a FELIPE Humberto SALAZAR Chaparro con documento de identificación No 1039695634 se considera que es ELEGIBLE PARA EL CARGO SIN RECOMENDACIONES LABORALES para desempeñar la ocupación del cargo descrito

CONCLUSIONES OCUPACIONALES

ÉNFASIS OSTEO-MUSCULAR: NORMAL - NO DATOS SUGESTIVOS DE PATOLOGÍA OSTEO-MUSCULAR ACTIVA.

OPTOMETRÍA: NORMAL – USUARIO(A) DE LENTES DE CORRECCIÓN

AUDIOMETRÍA: NORMAL

RECOMENDACIONES GENERALES

1. PAUSAS ACTIVAS
2. HIGIENE POSTURAL
3. DIETA BALANCEADA
4. EJERCICIO AEROBICO
5. CONTROL DE PESO
6. MANTENER MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD PARA COVID.
- USO DE TAPABOCAS CUANDO SEA REQUERIDO
- LIMPIEZA DE IMPLEMENTOS DE TRABAJO
- LAVADO DE MANOS SEGÚN TECNICA DE LA OMS
7. CONTROL VISUAL ANUAL
8. USO DE ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL
9. ADECUADO MANEJO DE HERRAMIENTAS

SALUD FÍSICA Y MENTAL

A no ser que presentes una restricción médica realizar al menos 150 minutos semanales de actividad física de intensidad moderada, o al menos 75 minutos semanales de ejercicio de alta intensidad.
Consume alimentos variados, incluyendo frutas y verduras
Reduce el consumo de sal, grasas saturadas y el azúcar
Mantén una buena hidratación bebiendo suficiente agua
Sigue una rutina y organiza tu tiempo en el trabajo, familia, estudio, cuidado personal y hobbies.
Reduce la exposición a noticias negativas
Mantén el contacto social vía telefónica - virtual o de forma presencial teniendo en cuenta las medidas de bioseguridad
Mantén hábitos de sueño

SIXTA VIVERO CARRASCAL
REGISTRO MÉDICO NO 55300504
LICENCIA SALUD OCUPACIONAL 583
16 DE FEBRERO DE 2021



Verifica la validez
de este certificado

FELIPE Humberto SALAZAR Chaparro

FIRMA

1039695634