LUIS FELIPE CAMARGO PALOMINO
Médico y Cirujano Especialista en Salud Ocupacional
y Medicina Del Trabajo
Tel. 2829020 Cel. 3145861305
Cra 22 No 13-18 Barrio Alto Ford
lufecapeu@hotmail.com/ lfcpgerencia@hotmail.com
Sincelejo- Sucre



CONCEPTO MÉDICO OCUPACIONAL

N° 16.791

FECHA Y CIUDAD DE REALIZACIÓN DEL EXÁMEN				TIPO DE EXÁMEN MÉDICO OCUPACIONAL
12 DÍA	08 MES	2026 AÑO	SINCELEJO (SUCRE, COLOMBIA) Ciudad	EXAMEN MEDICO OCUPACIONAL DE PRE-INGRESO

DATOS DE LA EMPRESA DONDE LABORA, LABORARÁ O LABORO EL TRABAJADOR O ASPIRANTE

Nombre de la empresa	Empresa en misión
INDEPENDIENTE	INDEPENDIENTE

CIIU (Actividad Económica) del empleador: **SIN REGISTRAR**

DATOS DEL TRABAJADOR / ASPIRANTE (Tipo de Documento de Identificación CC. Cedula de Ciudadanía, CE. Cedula de Extranjería, TI. Tarjeta de Identidad, PT. Pasaporte)

Apellidos y Nombres	Género	Edad	Documento de Identificación	
ESPINOSA HERNANDEZ IVAN JOSE	MASCULINO	33 AÑOS 8 MESES 2 DÍAS	CC (Tipo)	1102850477 (Número)

Cargo: **DIGITALIZADOR**

EPS	AFP	ARL
FAMILIAR DE COLOMBIA	PORVENIR	NO TIENE

CONCEPTO DE APTITUD OCUPACIONAL

APTO PARA DESEMPEÑAR EL CARGO

Observaciones: *NO APLICA*

APTO | PARA ENFASIS OSTEOMUSCULAR

RESTRICCIONES LABORALES	TIPO	RECOMENDACIONES
SIN RESTRICCIONES LABORALES	NO APLICA	NO APLICA

El concepto de Aptitud se definió a partir de los siguientes exámenes practicados:

EXAMEN MÉDICO OCUPACIONAL ✓	ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR (VALORACION MEDICA) ✓

RECOMENDACIONES MÉDICAS	RECOMENDACIONES OCUPACIONALES	HABITOS Y ESTILO DE VIDA SALUDABLES
CONTINUAR MANEJO MÉDICO : PROGRAMA ESTILO DE VIDA SALUDABLE	USO DE EPP : ADECUADO Y CERTIFICADO DE ACUERDO A LA EXPOSICIÓN	HÁBITOS SALUDABLES
SE ENTREGA FORMATO DE REMISIÓN A EPS	PÁUSAS ACTIVAS E HIGIENE POSTURAL : PAUSAS ACTIVAS DE ACUERDO A PROTOCOLO ESTABLECIDOS POR LA EMPRESA	CONTROL DE PESO : BAJAR DE PESO, AJUSTANDO HÁBITO DE ESTILO DE VIDA SALUDABLES
		ACTIVIDAD FÍSICA AERÓBICA : REALICE ACTIVIDAD FÍSICA AERÓBICA CARDIOVASCULAR 30 MINUTOS DIARIOS (CAMINAR, TROTAR, MONTAR BICICLETA ETC.).
		DIETA BALANCEADA : BAJA EN CARBOHIDRATOS Y BAJA EN GRASAS (SATURADAS Y TRANS), INCREMENTO DE CONSUMO DE CEREALES INTEGRALES, VEGETALES, FRUTAS (FRUTAS ENTERAS, FRUTOS SECOS), HORTALIZAS, LEGUMBRES, CEREALES INTEGRALES, PESCADOS (RICOS EN ÁCIDOS GRASOS OMEGA-3.), ACEITES DE OLIVA, GIRASOL

OTRAS OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES

EL PRESENTE CONCEPTO DE APTITUD MÉDICO LABORAL, SE EMITE CON BASE EN LOS HALLAZGOS ENCONTRADOS EN LA EVALUACIÓN MÉDICA OCUPACIONAL REALIZADA EL DÍA DE HOY, TENIENDO COMO SOPORTE LA INFORMACIÓN APORTADA POR EL TRABAJADOR Y/O POR LA EMPRESA CONTRATANTE, DE ACUERDO A LA RESOLUCIÓN 2346 DE 2007, POR LA RESOLUCIÓN 1843 DE 2025 DEL MINISTERIO DEL TRABAJO

LA CUSTODIA Y RESERVA DE LA HISTORIA CLÍNICA OCUPACIONAL Y, EN GENERAL, LOS DOCUMENTOS, EXÁMENES O VALORACIONES CLÍNICAS O PARACLÍNICAS QUE ALLÍ REPOSEN SON ESTRICTAMENTE CONFIDENCIALES Y SERÁ RESPONSABILIDAD DE NUESTRA INSTITUCIÓN. ESTA ESTARÁ DISPONIBLE PARA LAS FINES LEGALES PERTINENTES, DE ACUERDO AL ARTÍCULO 16 DE LA RESOLUCIÓN 2346 DE 2007, MODIFICADO POR LA RESOLUCIÓN 1918 DE 2009, POR EL ARTICULO 4 LITERAL I, ARTICULO 34 DE LA RESOLUCIÓN 1843 DE 2025 DEL MINISTERIO DEL TRABAJO

1. ESTE EXAMEN HA SIDO PRACTICADO CON ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR.
2. SE DAN RECOMENDACIONES ORALES Y ESCRITAS, SE LEEN A PACIENTE Y SE INDICA QUE DE ACUERDO A LA RESOLUCIÓN 3280 DE 2018 DE ACUERDO A CICLO DE VIDA SE DEBEN REALIZAR MONITOREOS CONTINUOS DE SALUD POR SU EPS.
3. EN EL MOMENTO PRESENTA CONDICIONES DE SALUD NO LIMITANTE PARA LABOR ESPECIFICA
4. INCLUIR EN SISTEMA DE VIGILANCIA DE ACUERDO A LOS RIESGOS LABORALES EXPUESTOS, PRIORITARIOS PARA EL CARGO DEFINIDOS EN LA MATRIZ DE RIESGOS DE LA EMPRESA.
5. CONSUMO DE VERDURAS DE HOJA VERDE, FRUTAS FRESCAS, LEGUMBRES Y CEREALES INTEGRALES
6. REDUCIR LA INGESTA DE ALIMENTOS FRITOS, APANADOS, COMIDA RÁPIDA, CONTIENEN MUCHAS CALORÍAS Y GRASAS SATURADAS.
7. CONSUMO DE UNA SOLA HARINA CON CADA COMIDA, EVITE LA MEZCLA DE ESTAS.
8. REDUCIR AL MÍNIMO EL CONSUMO DE ALIMENTOS RICOS EN GRASA TRANS (MARGARINA, Y ACEITE REUTILIZADO), BEBIDAS O COMIDAS

AZUCARADAS (CHOCOLATES, DULCES, REFRESCOS, GASEOSAS), CONSERVAS O ENCURTIDOS
9. OSTEOMUSCULAR: PAUSAS ACTIVAS, EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTOS Y POSTURA ADECUADA. ACONDICIONAMIENTO FÍSICO SEGÚN REQUERIMIENTOS DEL CARGO. ADECUACIÓN ERGONÓMICA DE PUESTOS DE TRABAJO SEGÚN DISPOSICIÓN DE LA EMPRESA. CAPACITACIÓN PARA MANEJO DE CARGAS SEGÚN CRITERIO DEL CARGO.

Consentimiento informado del Aspirante o Trabajador: autorizo al doctor(a) abajo mencionado a realizar mi examen médico ocupacional registrado en este documento. El doctor(a) abajo mencionado me ha explicado la naturaleza y propósito del examen. He comprendido y he tenido la oportunidad de analizar el propósito, los beneficios, la interpretación, las limitaciones, y riesgos del examen médico a partir de la asesoría brindada. Entiendo que la realización de este examen es voluntaria y que tuve la oportunidad de retirar mi consentimiento en cualquier momento. Fui informado de las medidas para proteger la confidencialidad de mis resultados. Las respuestas dadas por mí en este examen son completas y verídicas. Autorizo al doctor(a) para que suministre a las personas o entidades contempladas en la legislación vigente, la información registrada en este documento, para el buen cumplimiento del sistema de seguridad y salud en el trabajo y para las situaciones contempladas en la misma legislación, igualmente para que remitan la Historia Clínica a la EPS a la cual me encuentro actualmente afiliado. Finalmente manifiesto que he leído y comprendido perfectamente lo anterior y que todos los espacios en blanco han sido completados entes de mi firma y que me encuentro en capacidad de expresar mi consentimiento.

Médico



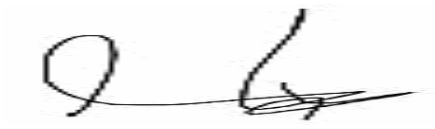
Firma:

Nombre: CC: 12582475 - LUIS FELIPE CAMARGO

R. M.: 540 **L.S.O.:** RES. N°371 /12-05-20

Código de Seguridad
J494P1V16791

Aspirante o Trabajador



Firma:

Nombre: ESPINOSA HERNANDEZ IVAN JOSE

CC: 1102850477

