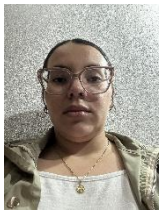
Salud Domiciliaria 24 Horas SAS
RUT 900.391.666-6
Licencia en Salud Ocupacional: 018572
Centro Colonial of. 208 y 216
Cel. 3205504026 - 3104075643 Tel. 3018760
Calle 49 #48-06 Rionegro Ant.



N° 18,921

CERTIFICADO MÉDICO OCUPACIONAL Ingreso, Pre-Ocupacional O Pre-Ingreso

INFORMACIÓN GENERAL

Empresa Usuaria:	DURLEY ZOLANYI CEBALLOS VASQUEZ	Sector Económico:	Servicios
Nombre del Trabajador	Ceballos Vasquez Durley Zolanyi	Edad:	25 AÑOS 3 MESES 8 DÍAS
Documento:	CC - 1000444595	N° de Hijos:	0
Estado Civil:	SOLTERO(A)	Género:	FEMENINO
Ocupación:	CONTRATISTA	Teléfono:	3008123433
Escolaridad:	UNIVERSITARIO	Municipio:	MARINILLA (ANTIOQUIA, COLOMBIA)
Dirección:	TRAN 28 E N 44 A 05	AFP:	PROTECCIÓN
EPS:	SURA	ARL:	COLMENA

AYUDAS DIAGNÓSTICAS

EVALUACIÓN MÉDICO OCUPACIONAL	03/01/2026	
EXAMEN VISUAL - NORMAL	03/01/2026	, CONTROL ANUAL POR OPTOMETRIA

SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICO

TIPOS DE RIESGO

Biológico ☐ Biomecánico ☑ Condiciones de Seguridad ☑ Fenómenos Naturales ☐ Físico ☑ Psicosocial ☑ Químico ☐

CONCEPTO MÉDICO OCUPACIONAL

De acuerdo con el examen ocupacional Ingreso, Pre-Ocupacional O Pre-Ingreso realizado a Ceballos Vasquez Durley Zolanyi con documento de identificación No. 1000444595 se considera Sin Restricciones para la ocupación Contratista del sector económico Servicios

RECOMENDACIONES PREVENTIVAS

1) CAPACITAR EN LA PREVENCIÓN DE LOS RIESGOS PROPIOS DEL OFICIO A REALIZAR.
2) UTILIZAR LOS ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL REQUERIDOS PARA LA REALIZACIÓN DE LAS TAREAS PROPIAS DE LA OCUPACIÓN A DESEMPEÑAR.
3) CAPACITAR Y ENTRENAR EN EL ADECUADO USO DE LOS ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL QUE LA EMPRESA LE SUMINISTRA PARA EL DESEMPEÑO DE SU TRABAJO DE MANERA SEGURA.
4) REALIZAR EL SEGUIMIENTO, CONTROLES Y VERIFICACIÓN DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS DEFINIDAS EN EL PROGRAMA DE CONSERVACIÓN DE LA VOZ.
5) NO DEBE UTILIZAR AUDÍFONOS DE NINGUNA CLASE PARA ESCUCHAR MÚSICA.
6) UTILIZAR UNA ADECUADA HIGIENE POSTURAL Y MECÁNICA CORPORAL PARA LA REALIZACIÓN DE SU TRABAJO.
7) REALIZAR ENTRENAMIENTOS CONTINUOS SOBRE LA MECÁNICA CORPORAL ADECUADA PARA REALIZAR LAS DIFERENTES TAREAS DE SU OCUPACIÓN.
8) LA SILLA QUE SE UTILICE SIEMPRE DEBE TENER ESPALDAR Y SI ES POSIBLE REPOSABRAZOS, SI LA JORNADA LABORAL ES MÁS DEL 60% SENTADO DIGITANDO Y ADEMÁS DEBE PERMITIR LA ADECUADA POSTURA DEL TRABAJADOR EN TODO MOMENTO.
9) IMPLEMENTAR EL PROGRAMA EMPRESARIAL DE PAUSAS ACTIVAS, CON ACTIVIDADES DE AL MENOS 5 MINUTOS CADA HORA.
10) IMPLEMENTAR LAS SIGUIENTES MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE PATOLOGÍAS DE LA VOZ: -AL INICIO DE LA JORNADA LABORAL HACER EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO DE LA VOZ Y RESPIRATORIOS; -TOMAR DE MANERA CONTINUA PEQUEÑOS SORBOS DE AGUA AL CLIMA MIENTRAS LABORA; -POR NINGÚN MOTIVO DEBE CARRASPEAR O FUMAR O PERMANECER EN AMBIENTES CON FUMADORES; -NO EXPONERSE A CAMBIOS BRUSCOS DE TEMPERATURA; -NO CONSUMIR ALIMENTOS MUY CALIENTES O MUY FRIOS; -DISMINUIR EL CONSUMO DE ALIMENTOS IRRITANTES O PICANTES; -USAR EL NIVEL DE VOZ MÁS BAJO POSIBLE Y POR NINGÚN

MOTIVO GRITAR; -PROCURAR NO GRITAR, IMITAR VOCES O HABLAR EN SITIOS RUIDOSOS; -REALIZAR PERIODOS DE DESCANSO CONVERSACIONAL DURANTE SU JORNADA LABORAL; -EVITAR EXPONERSE A HUMOS Y A LOS CONTAMINANTES EN GENERAL.
11) CUANDO TRABAJE CON PANTALLAS DE VIDEO TERMINALES, TENGA EN CUENTA LAS SIGUIENTES RECOMENDACIONES: -PARPADEE CADA 5 SEGUNDOS O CADA VEZ QUE LO RECUERDE; -APROXIMADAMENTE CADA 20 MINUTOS DE TRABAJO CON EL COMPUTADOR DIRIJA SU MIRADA A UN PUNTO LEJANO (6 METROS); -CADA 3 HORAS DE TRABAJO EN COMPUTADOR, CIERRE LOS OJOS SUAVEMENTE E IMAGINE UNA VISIÓN PANORÁMICA, COMO EL MAR, DURANTE UN MINUTO; -SITÚESE SIEMPRE A POR LO MENOS 40 CMS. DE LA PANTALLA DE VIDEOTERMINAL Y EVITE REFLEJOS MOLESTOS; -PROCURE QUE EL PUESTO DE TRABAJO TENGA ADECUADAS CONDICIONES DE ILUMINACIÓN, ACORDE CON LAS EXIGENCIAS DEL OFICIO.
12) REALIZAR EL SEGUIMIENTO DEFINIDO EN EL PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES.

RECOMENDACIONES MEDICAS

SE RECOMIENDA HIGIENE POSTURAL Y REALIZAR ESTIRAMIENTO Y FORTALECIMIENTO MUSCULAR TANTO DEL TRONCO SUPERIOR, MIEMBROS SUPERIORES E INFERIORES.BUENAS POSTURAS Y HABITOS POSTURALES TANTO EN POSICION SENTADO COMO DE PIE

RECOMENDACIONES OSTEOMUSCULARES

ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR Y COLUMNA: CON EL EXAMEN MÉDICO FUNCIONAL Y ANATÓMICO DEL SISTEMA OSTEOMUSCULAR Y DE COLUMNA VERTEBRAL, REALIZADO EN REPOSO, SE LOGRÓ EVIDENCIAR HALLAZGO EN MIEMBROS INFERIORES QUE NO LE GENERA LIMITACIÓN. SE DEBEN IMPLEMENTAR TODAS LAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN PARA PREVENIR PATOLOGÍAS OSTEOMUSCULARES Y ACCIDENTES LABORALES.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Previamente a este examen he sido informado por la empresa y el médico examinador de las exigencias de Ley para el examen Médico Laboral , por consiguiente, certifico que he autorizado para que se me efectué, incluyendo los exámenes de laboratorio y ayudas paraclínicas que estén establecidas para el cargo dentro del programa de Salud Ocupacional de la empresa, igualmente autorizo para que su contenido sirva para los diferentes sistemas de vigilancia epidemiológica que estén establecidos (Resolución 2346/07). El examinado autoriza para que a través del médico de la empresa, ésta conozca el certificado médico de ingreso ocupacional e igualmente la exposición anterior a riesgos ocupacionales *CONSIDERACIONES LEGALES A CERCA DE LOS EXÁMENES MÉDICOS Ingreso, Pre-Ocupacional O Pre-Ingreso: La Resolución 1918 de Junio 5 de 2009 y la resolución 2346 del 11 de julio de 2007 del Ministerio de la Protección Social (actualmente Ministerios de Trabajo y de Salud y Protección Social) reglamentan las evaluaciones médicas ocupacionales Ingreso, Pre-Ocupacional O Pre-Ingreso , con el objeto de determinar la existencia de restricciones para el trabajo a desempeñar, acorde con el perfil del cargo definido por el empleador . También establece que la Empresa Usuaria solo puede conocer el CERTIFICADO MEDICO LABORAL Ingreso, Pre -Ocupacional O Pre-Ingreso DEL TRABAJADOR. Los documentos completos de la Historia Clínica Laboral están sometidos a reserva profesional institucional de Salud Domiciliaria y Empresarial y quedan bajo nuestra guarda y custodia, según lo establecido en las normas vigentes. El trabajador puede obtener una copia de ellos y sus exámenes paraclínicos cuando lo requiera, entendiendo que hacen parte integral de su Historia Clínica.

CERTIFICACIÓN DEL TRABAJADOR

Bajo la gravedad de juramento afirmo que la información que suministré es correcta y no he ocultado nada sobre mi historia de salud y/o ocupacional y me comprometo a atender las orientaciones, instrucciones y prescripciones del Médico Laboral y del Trabajo, los representantes del empleador, las autoridades de salud y efectuar todas las acciones para lograr el mantenimiento y mejorar mi estado de salud

Médico



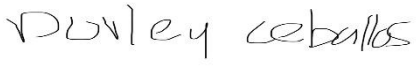
Firma:

Nombre: LOPEZ MERCADO YESICA PAOLA

Especialidad: MEDICO LABORAL **R. M.:** 1082925119

L.S.O.: 0430

Aspirante o Trabajador



Firma:

Nombre: CEBALLOS VASQUEZ DURLEY ZOLANYI

CC: 1000444595