Bienestar & Salud Laboral

MEDSTAR
SALUD PARA TODOS

Nit. 901175816-2
Licencia No. 64 del 10-01-2017
Calle 134 # 7-83 cons 233, Bogotá D.C.
www.bsl.com.co
c.talero@bsl.com.co

CERTIFICADO MÉDICO OCUPACIONAL

Código de Seguridad: 0791a213-44ce-42a5-af58-a21e33fc72e4

Tipo Examen: Ingreso

VERIFICA VALIDEZ DEL CERTIFICADO

DATOS PERSONALES



Fecha de Atención	07 de abril de 2026	**Ciudad**	Bogotá D.C	**Vigencia**	1 año
IPS/SEDE	Sede norte DHSS0244914				
Nombres y apellidos	James Stevan Mena Mena				
Documento identidad	1006663054	**Empresa o entidad**	PARTICULAR	**Cargo**	Administrativo
Género	MASCULINO	**Edad**	23	**Fecha nacimiento**	18/05/2002
Estado civil	Soltero	**Hijos**	0	**Profesión u Oficio**	Estudiante
Email	jamesmena.abo@gmail.com				
Teléfono	3135456040				
Tipo de examen	Ingreso	**EPS**	Sanitas	**ARL**	Positiva
Pensiones	Porvenir	**Nivel Educativo**	Secundaria		

** De conformidad con la Ley de Protección de Datos Personales, informamos que la información contenida en este certificado médico es confidencial y será utilizada exclusivamente para los fines relacionados con la evaluación de la aptitud laboral del trabajador. El tratamiento de los datos personales se llevará a cabo conforme a la normativa vigente, garantizando su integridad, confidencialidad y seguridad, y no serán compartidos con terceros sin el consentimiento expreso del titular, salvo por mandato legal o judicial.*

EXÁMENES REALIZADOS

EXAMEN MÉDICO OCUPACIONAL OSTEOMUSCULAR
07 de abril de 2026

AUDIOMETRÍA
07 de abril de 2026

OPTOMETRÍA
07 de abril de 2026

CONCEPTO DE EVALUACIÓN MÉDICA

APTO

De acuerdo al examen ocupacional realizado a James Stevan Mena Mena con documento de identificación No 1006663054 se considera que es APTO para desempeñar la ocupación del cargo descrito

RESULTADOS GENERALES

EXAMEN MÉDICO OCUPACIONAL OSTEOMUSCULAR

ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR: EVALUACIÓN OSTEOMUSCULAR, SIN DATOS SUGESTIVOS DE ENFERMEDAD OSTEOMUSCULAR ACTIVA.

AUDIOMETRÍA

OD: Audición Normal. OI: Audición Normal. Ambos oídos presentan audición dentro de parámetros normales.

OPTOMETRÍA

Presión intraocular (PIO): 15 mmHg en ambos ojos Reflejos pupilares: Respuesta pupilar normal a la luz en ambos ojos Campo visual: Normal en ambos ojos Visión de colores: Normal Fondo de ojo: Normal.

RECOMENDACIONES MÉDICAS ADICIONALES

1. Fomentar el uso de ergonomía en el puesto de trabajo, ajustando la altura de la silla y el monitor para evitar lesiones musculoesqueléticas, especialmente en la zona lumbar y cervical.

2. Implementar un programa de actividad física regular que incluya ejercicios de estiramiento y fortalecimiento, para contrarrestar los efectos de un estilo de vida sedentario asociado con el trabajo administrativo.

3. Realizar estiramientos y ejercicios de movilidad en el lugar de trabajo cada 1-2 horas para prevenir lesiones musculoesqueléticas, dado que el cargo implica estar en posiciones estáticas por períodos prolongados.

1. PAUSAS ACTIVAS
2. HIGIENE POSTURAL
3. MEDIDAS ERGONÓMICAS
4. TÉCNICAS DE MANEJO DE ESTRÉS.
5. EJERCICIO AERÓBICO
6. MANTENER MEDIDAS DE BIOSEGURIDAD.
7. ALIMENTACIÓN BALANCEADA
8. CONTROL DEL PESO
9. CONTROL VISUAL ANUAL

FIRMAS

FIRMA MÉDICO	FIRMA PACIENTE ATENDIDO
	
SIXTA VIVERO CARRASCAL REGISTRO MÉDICO NO 55300504 LICENCIA SALUD OCUPACIONAL 583 16 DE FEBRERO DE 2021	**James Stevan Mena Mena** 1006663054

RESULTADOS DE OPTOMETRÍA

Resultados Numéricos

Snellen: 5/6 (83%)
Landolt: 8/8 (100%)
Ishihara: 4/6 (67%)

Evaluación General

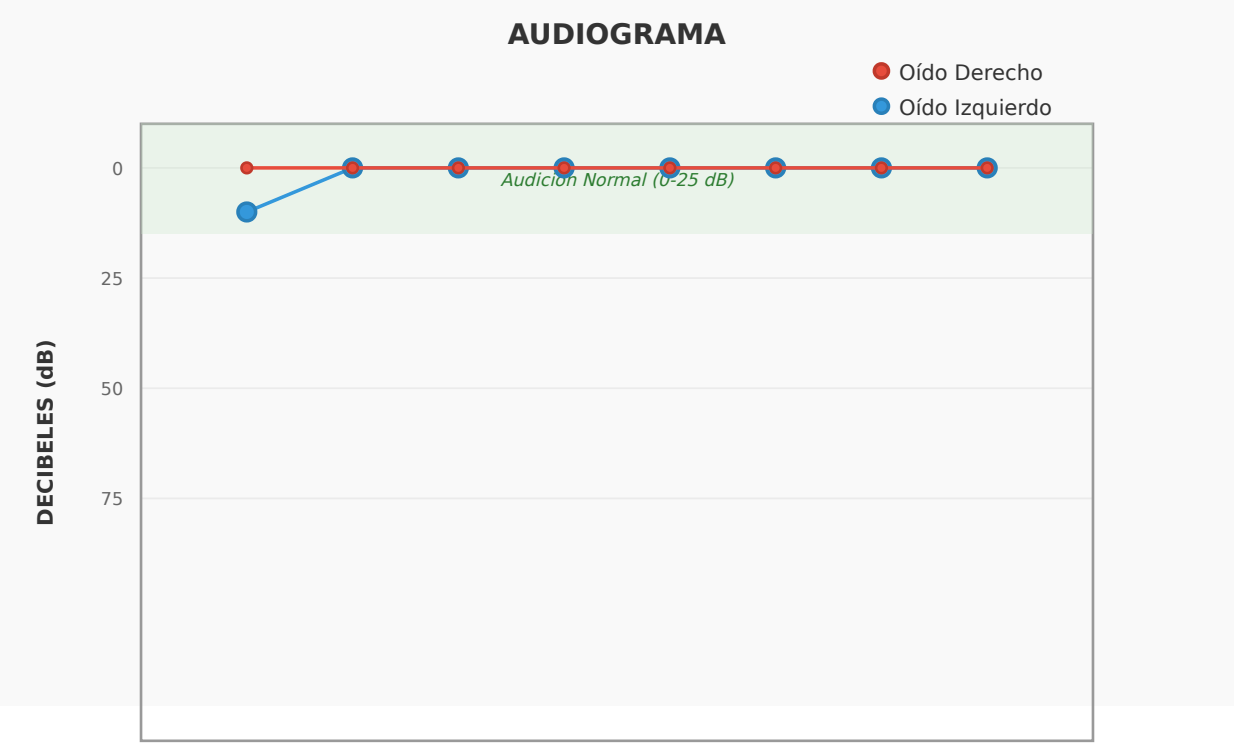
Presión intraocular (PIO): 15 mmHg en ambos ojos
Reflejos pupilares: Respuesta pupilar normal a la luz en ambos ojos
Campo visual: Normal en ambos ojos
Visión de colores: Normal
Fondo de ojo: Normal.



Dr. Miguel Garzón Rincón
C.C.: 79.569.881 - Optómetra Ocupacional Res. 6473 04/07/2017

Fecha: 07 de abril de 2026

RESULTADOS DE AUDIOMETRÍA



Diagnóstico

OD: Audición Normal. OI: Audición Normal. Ambos oídos presentan audición dentro de parámetros normales.

JENNY MARCELA MARTINEZ HIGUERA
TP RESOLUCIÓN 4502 DIC 2012

JENNY MARCELA MARTINEZ HIGUERA
TP Resolución 4502 Dic 2012 - C.C.: 1.024.479.059

Fecha: 07 de abril de 2026