



ALMAVIDSALUD  
Bienestar construido para su empresa

ALMAVID SALUD S.A.S.

Nit. 900910289-0

Dirección: Calle 53 C Sur 43 - 74 Envigado

Tel: 3220501

## INFORME MÉDICO OCUPACIONAL DE APTITUD

**Tipo certificación:** Ingreso ☒ Periódico ☐ Retiro ☐ Post incapacidad ☐ Caso ocupacional ☐  
Control ☐ Reubicación ☐ Ingreso al SVE ☐ Trabajo en alturas ☐

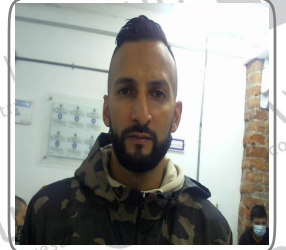
### DATOS DEL PACIENTE

Fecha **04/09/2021 09:50:00** Empresa **COOPERATIVA DE TRANSPORTADORES SAN ANTONIO - COOTRASANA - COO**

Nombre **JUAN CAMILO MONTOYA VELEZ**

Cargo **CONDUCTOR**

Doc. Identidad **CC 1128450642**



### SE REALIZARON LOS SIGUIENTES EXAMENES

EVALUACION MEDICA DE INGRESO CON ENFASIS EN OSTEOMUSCULAR  
VISIOMETRIAS  
AUDIOMETRIA CLINICA  
EVALUACIÓN PSICOSENSOMÉTRICA

### EXAMENES

Visión adecuada para su ocupación, Audición bilateral normal

### LABORATORIOS

GLICEMIA - Normal

### CONCEPTO

NO presenta restricciones  
Cumple con el perfil de cargo  
Psicosensometrica normal

### RESTRICCIONES LABORALES

Ninguna

### RECOMENDACIONES ESPECIFICAS

Recuerde que estas recomendaciones delegan al trabajador una responsabilidad específica para que las realice, gestione y notifique; se tratan de acciones encaminadas a mejorar sus condiciones de salud y el debido proceso para la revisión de su caso. Estas recomendaciones y su ejecución hacen parte de las responsabilidades de los trabajadores según el Decreto Único Sector Trabajo:

Raúl F. Zapata

RAUL FERNANDO ZAPATA OSPINA  
Medico especialista en seguridad y salud en salud ocupacional  
Registro 05-0654-04  
Licencia S2017060104075

RAUL FERNANDO ZAPATA OSPINA  
Medico especialista en seguridad y salud en salud ocupacional  
Registro 05-0654-04  
Licencia S2017060104075

Camilo M.

Trabajador: JUAN CAMILO MONTOYA VELEZ  
CC: 1128450642

Declaro que todos los datos registrados corresponden a la verdad



Captura Biométrica

Dirección: Calle 53 C Sur 43 - 74 Envigado Teléfono: 3220501  
Email: info@almavidsalud.com



**ALMAVIDSALUD**  
Bienestar construido para su empresa

**ALMAVID SALUD S.A.S.**

Nit. 900910289 - 0

Dirección: Calle 53 C Sur 43 - 74 Envigado

Tel: 3220501

## INFORME MÉDICO OCUPACIONAL DE APTITUD

Presenta alteración osteomuscular en pie derecho, asintomática al momento de esta consulta. Esto no le genera restricciones para su labor en el momento. Se sugiere consultar a ortopedia en su EPS.

- Se sugiere usar zapato cómodo (no ajustado) y seguir recomendaciones dadas por el médico tratante

### RECOMENDACIONES GENERALES

Según la normatividad nacional vigente, se recuerda que el concepto médico ocupacional NO reemplaza en ningún momento la certificación emitida para conducción vehicular; la cual debe realizarse en un Centro de reconocimiento de conductores autorizado, con la periodicidad establecida según tipo de vehículo, razón de uso del mismo y la edad de la persona.

- Suministrar los elementos de protección personal necesarios para realizar su trabajo de manera segura
- Uso adecuado de los elementos de protección personal
- Si va en motocicleta, se deben usar los elementos de protección anti fricción como casco, chaqueta, rodilleras, botas; para lograr disminuir el impacto en el caso de tener un incidente o coacción
- Verificar el estado del vehículo antes de comenzar cobertura de rutas y de ser el caso, reportar inmediatamente el deterioro o el daño
- Si va en vehículo de cuatro ruedas utilizar siempre el cinturón de seguridad
- Cumplir siempre las normas de seguridad vial y respetar los límites de velocidad establecidos
- No conducir si hay fatiga o somnolencia (descanse un poco y reinicie labores)
- Conducir atento y no utilizar manos libres, el celular ni ningún tipo de equipo digital mientras conduce
- Hacer estiramientos musculares antes/después de la jornada laboral
- Realizar una marcha segura para los desplazamientos por escalas, pisos irregulares, zonas comunes, zonas públicas, etc.
- Realizar capacitación en higiene corporal adecuada para movilizar cargas (cargue/descargue/agarre), y para realizar las demás tareas de su ocupación. (Por ejemplo: separar y doblar rodillas para agacharse, manteniendo la espalda recta, con la carga pegada al cuerpo y levantarse lentamente, entre otras...)
- Utilizar ayuda mecánica cuando sea necesaria para evitar sobrepasar los límites de peso para manipulación individual de cargas
- Velar por la seguridad propia y la de las demás personas
- Las mujeres no deben movilizar cargas desde el piso superiores a 10 Kg., o 20 Kg sobre hombros o espalda; Y los hombres no deben movilizar cargas desde el piso superiores a 25 Kg., o 50 Kg sobre hombros o espalda.
- Informar oportunamente al personal encargado de talento humano, algún cambio en el estado de salud y consultar a tiempo en la EPS
- Trabajar atento y nunca laborar bajo efectos del licor y/o sustancias psicoactivas
- Llevar estilos de vida y hábitos de trabajo saludables
- Alimentarse adecuadamente dentro de lo posible y evitar períodos de ayuno prolongados
- Mantener el esquema de vacunación actualizado
- Hacer ejercicio cardiovascular de 3 a 6 veces por semana (un total de 150 minutos semanales para mantener el peso actual; o 300 minutos semanales y ojalá sobrepasando los 40 minutos diarios si se busca bajar de peso); algunos ejercicios pueden ser montar en bicicleta, natación, hidroaeróbicos, caminatas, trotar, entre otras

#### Recomendaciones Generales frente al COVID 19

- Lavado de manos: Recuerde que lavarse las manos es la mejor forma de combatir el COVID-19, frotando las palmas, dedos y nudillos con agua y jabón. Hacerlo frecuentemente reduce hasta el 50% el riesgo de contraer el virus.
- Distanciamiento físico: mantenga siempre una distancia física de 2 metros entre usted y las demás personas.
- Uso de tapabocas: el tapabocas debe usarse de manera continua cubriendo nariz y boca
- Conocer las líneas de atención establecidas para reportar a su EPS y en caso de presentar sintomatología informar y notificar.

*Raúl F. Zapata*

RAUL FERNANDO ZAPATA OSPINA  
Médico especialista en seguridad y salud en salud ocupacional  
Registro 05-0654-04  
Licencia S2017060104075

RAUL FERNANDO ZAPATA OSPINA  
Médico especialista en seguridad y salud en salud ocupacional  
Registro 05-0654-04  
Licencia S2017060104075

*Camilo M.*

Trabajador: JUAN CAMILO MONTOYA VELEZ  
CC: 1128450642

Declaro que todos los datos registrados corresponden a la verdad



Captura Biométrica

Dirección: Calle 53 C Sur 43 - 74 Envigado Teléfono: 3220501  
Email: info@almavidsalud.com





ALMAVIDSALUD  
Bienestar construido para su empresa

ALMAVID SALUD S.A.S.

Nit. 900910289 - 0

Dirección: Calle 53 C Sur 43 - 74 Envigado

Tel: 3220501

## INFORME MÉDICO OCUPACIONAL DE APTITUD

### PROGRAMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA

Visual ☐ Auditivo ☐ Respiratorio ☐ Cardiovascular ☐ Psicosocial ☐ Ergonómico ☐ Otros ☐

### REMISIÓN

SI ☒ NO ☐ ARL

SI ☐ NO ☐ EPS

SI ☒ NO ☐

CONSIDERACIONES LEGALES RELATIVAS A LOS EXAMENES DE INGRESO: Las Resoluciones 2346 del 11 de julio de 2007 y 1918 de Junio 5 de 2009 del Ministerio de la Protección Social (actualmente Ministerios de Trabajo y de Salud y Protección Social) reglamentan la práctica y contenido de las evaluaciones médicas ocupacionales de ingreso, con el objeto de determinar la existencia de restricciones para el trabajo a desempeñar, acorde con los requerimientos definidos por el empleador en el perfil del cargo. También establece que la Empresa solo puede conocer el CERTIFICADO MÉDICO DE INGRESO del aspirante. Los documentos completos de la Historia Clínica Ocupacional están sometidos a reserva profesional y quedan bajo nuestra guarda y custodia, según lo establecido en la Resolución 1918 de Junio 5 de 2009 y el trabajador puede obtener una copia de ellos cuando lo requiera, entendiendo que hacen parte integral de su historial médico.

Los resultados fueron consignados en una historia clínica ocupacional que reposará en nuestra IPS.

Raúl F. Zapata

RAUL FERNANDO ZAPATA OSPINA  
Médico especialista en seguridad y salud en salud ocupacional  
Registro 05-0654-04  
Licencia S2017060104075

RAUL FERNANDO ZAPATA OSPINA  
Médico especialista en seguridad y salud en salud ocupacional  
Registro 05-0654-04  
Licencia S2017060104075

Camilo M.

Trabajador: JUAN CAMILO MONTOYA VELEZ  
CC: 1128450642

Declaro que todos los datos registrados corresponden a la verdad



Captura Biométrica

Dirección: Calle 53 C Sur 43 - 74 Envigado Teléfono: 3220501  
Email: info@almavidsalud.com