

	<p>RECOMENDACIONES DE SALUD</p>	<p>VERSIÓN: 02 EDICIÓN: 28-01-2021</p>
---	---------------------------------	--

Medellín, 15 de enero de 2026

JORGE OMAR VALENCIA BOTERO
Conductor
ORBITRANS

**ASUNTO: RECOMENDACIONES DE SALUD
APTO CON RECOMENDACIONES**

En el examen medico ocupacional periódico realizado el día 14 de enero en CERTIPRUEBA, se le hace las siguientes recomendaciones de salud dadas por el médico, las cuales debe de tener en cuenta.

- USAR CORRECCIÓN VISUAL
EXAMEN VISUAL DE CONTROL EN UN AÑO
- SVE VISUAL
PÁUSAS ACTIVAS E HIGIENE POSTURAL
OTROS : CUMPLIR CON LAS NORMAS DE TRANSITO Y
SEGURIDAD VIAL - CUMPLIR CON LAS NORMAS DE
SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO
- DEBE LABORAR CON LENTES
CONTROL OPTOMETRIA ANUAL
PAUSAS ACTIVAS CADA DOS HORAS POR 5 MINUTOS
HABITOS SALUDABLES
DIETA BALANCEADA
REALIZAR EJERCICIOS
AUTOCUIDADO

Observaciones

Debes conducir con lentes y consultar por tu EPS por optometría en el mes de Noviembre de 2026 y compartírnos la evidencia del control. Reporta oportunamente los cambios en las condiciones de salud y participa del programa de pausas activas.

Recuerde que para la empresa está como prioridad su bienestar físico, el autocuidado y el cuidado de su salud es primordial para el buen desempeño de sus funciones.

En su deber atender las recomendaciones dadas, para esto se establece como compromiso demostrar durante los próximos 30 días la aplicación de las recomendaciones médicas brindadas como lo establece el perfil de cargo firmado por usted.

Alejandra Londoño B.

Alejandra Londoño Berbecy
Analista Administrativa
Encargada SGI

Recibe