

FORMATO PARA VALIDACIÓN DE CERTIFICADO DE APTITUD MÉDICA.

1. INFORMACION GENERAL.								
FECHA EN QUE SE REALIZÓ LA EVALUACIÓN MÉDICA:	30/08/2022			IPS QUE REALIZÓ LA EVALUACIÓN:	SOINTE LTDA			
CONTRATO:	DRUMMOND EQ LIVIANO			CIUDAD DE REALIZACIÓN:	VALLEDUPAR, CESAR			
NOMBRE DEL TRABAJADOR:	JOAQUIN ANTONIO FLOREZ MENDOZA			IDENTIFICACIÓN:	1.062.805.347	EDAD:	37	
CARGO:	TÉCNICO MECÁNICO	SEXO:	Masculino	NOMBRE QUIEN SOLICITÓ:	SERGIO LINERO	CARGO:	COORDINADOR HSE	
2. INFORMACION DEL EXAMEN.								
TIPO DE EXAMEN	<input type="checkbox"/> INGRESO <input type="checkbox"/> RETIRO <input type="checkbox"/> CONTROL MEDICO OCUPACIONAL <input type="checkbox"/> ASPIRANTE A BRIGADISTA BÁSICO <input type="checkbox"/> ASPIRANTE A EVENTO DEPORTIVO <input checked="" type="checkbox"/> PERIÓDICO <input type="checkbox"/> CAMBIO DE CARGO <input type="checkbox"/> POST INCAPACIDAD <input type="checkbox"/> ASPIRANTE A BRIGADISTA AVANZADO <input type="checkbox"/> CHEQUEO EJECUTIVO <input type="checkbox"/> REINCORPORACIÓN <input type="checkbox"/> OTRO:							
3. PRUEBAS A REALIZAR.								
PRUEBAS REALIZADAS:	<input checked="" type="checkbox"/> MÉDICO OCUPACIONAL PREINGRESO, PERIODICO, EGRESO CON ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR O SEGUIMIENTO DE RECOMENDACIONES <input type="checkbox"/> MÉDICO OCUPACIONAL POST INCAPACIDAD CON ÉNFASIS OSTEOMUSCULAR <input checked="" type="checkbox"/> MÉDICO OCUPACIONAL CON ÉNFASIS EN TRABAJO EN ALTURAS Y ESPACIOS CONFINADOS <input type="checkbox"/> MEDICO OCUPACIONAL CON ÉNFASIS EN TRABAJO CON RIESGOS ELECTRICOS <input type="checkbox"/> MEDICO OCUPACIONAL CON ÉNFASIS EN MANIPULACION DE ALIMENTOS <input checked="" type="checkbox"/> PRUEBA PSICOTECNICA <input checked="" type="checkbox"/> PRUEBA PSICOMETRICA <input checked="" type="checkbox"/> PRUEBA PSICOLOGICA <input checked="" type="checkbox"/> PSICOLOGICO PARA TRABAJO EN ALTURAS Y ESPACIOS CONFINADOS <input type="checkbox"/> PSICOLOGICO PARA TRABAJOS CON RIESGO ELECTRICO Res 5018 de 2019 <input type="checkbox"/> ELECTROCARDIOGRAMA <input type="checkbox"/> ELECTROENCEFALOGRAMA <input type="checkbox"/> RADIOGRAFÍA SIMPLE DE TÓRAX PA <input type="checkbox"/> RADIOGRAFIA SIMPLE DE COLUMNA LUMBO SACRA AP Y LATERAL <input type="checkbox"/> ANTICUERPOS DE SUPERFICIE CONTRA HEPATITIS B (HBsAb) <input type="checkbox"/> SEROLOGIA <input type="checkbox"/> ÁCIDO ÚRICO <input type="checkbox"/> COMPLEJO BTX <input type="checkbox"/> COLINESTERASA SERICA <input type="checkbox"/> TSH <input type="checkbox"/> PCR RT SARS COV <input type="checkbox"/> PRUEBA RAPIDA PARA COVID IgM /IgG <input type="checkbox"/> PRUEBA COVID-19 Ag <input type="checkbox"/> VALORACION DE COLUMNA VERTEBRAL POR FISIOTERAPEUTA <input type="checkbox"/> VACUNA ANTITETANICA <input type="checkbox"/> LENTE BIFOCAL TERMINADO <input type="checkbox"/> LENTE BIFOCAL TALLADO <input type="checkbox"/> MONTURA GAFAS MIRAFLEX 69020-55-17				<input checked="" type="checkbox"/> OPTOMETRIA <input type="checkbox"/> EXPLORACION DE CAMPOS VISUALES <input checked="" type="checkbox"/> AUDIOMETRIA <input checked="" type="checkbox"/> ESPIROMETRIA <input checked="" type="checkbox"/> GLICEMIA BASAL <input type="checkbox"/> GLICEMA, PRE, POST, PRANDIA <input checked="" type="checkbox"/> TRIGLICÉRIDOS <input checked="" type="checkbox"/> COLESTEROL TOTAL <input checked="" type="checkbox"/> COLESTEROL HDL <input checked="" type="checkbox"/> COLESTEROL LDL <input checked="" type="checkbox"/> CUADRO HEMATICO <input checked="" type="checkbox"/> GOT, GPT Y FOSFATASA ALCALINA <input type="checkbox"/> BILIRRUBINA EN SUERO DIRECTA <input type="checkbox"/> BILIRRUBINA EN SUERO INDIRECTA <input type="checkbox"/> BILIRRUBINA EN SUERO TOTAL <input checked="" type="checkbox"/> PARCIAL DE ORINA <input checked="" type="checkbox"/> BUN Y CREATININA EN SUERO <input type="checkbox"/> BACILOSCOPIA <input type="checkbox"/> FROTIS DE GARGANTA <input type="checkbox"/> KOH DE UÑAS <input type="checkbox"/> COPROLÓGICO <input type="checkbox"/> HEMOGLOBINA GLICOSILADA HB-A1C AUT <input type="checkbox"/> FROTIS DE SANGRE PERIFERICA <input type="checkbox"/> PRUEBA DE DETECCION DE ALCOHOL Y SUSTANCIAS PISCOACTIVAS <input type="checkbox"/> VACUNA FIEBRE AMARILLA <input type="checkbox"/> LENTE MONOFOCAL TERMINADO <input type="checkbox"/> LENTE MONOFOCAL TALLADO <input type="checkbox"/> OTRO:			
	VALIDACIÓN DEL MÉDICO EMPRESARIAL:				El área médica de masa no define la contratación del trabajador, nuestro alcance va a identificar condiciones de salud que puedan agravarse a los factores de riesgo propios de las tareas a la que se va a contratar la persona.			
EXAMEN PERIODICO satisfactorio puede continuar laborando sin restricciones								
MÉDICO EMPRESARIAL QUE VALIDÓ:				FECHA DE REPORTE DE LA VALIDACIÓN:				
OLGA CECILIA GARCIA MORENO				30-08-2022				
EL ASPIRANTE/TRABAJADOR PRESENTA RESTRICCIÓN PARA:		DETALLES DE LA RESTRICCIÓN:		INDICACIÓN DE MANEJO PARA LA RESTRICCIÓN:				
<input checked="" type="checkbox"/> NO PRESENTA RESTRICCIONES PARA EL CARGO								
<input type="checkbox"/> EL LEVANTAMIENTO Y LA MOVILIZACION DE CARGAS								
<input type="checkbox"/> REALIZAR TRABAJO EN ALTURAS Y/O ESPACIOS CONFINADOS								
<input type="checkbox"/> EXPONERSE A RUIDO DE ORIGEN OCUPACIONAL								
<input type="checkbox"/> EXPONERSE A SUSTANCIAS QUIMICAS								
<input type="checkbox"/> REALIZAR TRABAJOS ELECTRICOS								
<input type="checkbox"/> CONDUCIR VEHICULOS AUTOMOTORES								
<input type="checkbox"/> SER ASPIRANTE A BRIGADISTA DE EMERGENCIAS								
<input type="checkbox"/> MANIPULAR ALIMENTOS								
<input type="checkbox"/> OTROS:								
INCLUIR EN LOS PROGRAMAS:	<input type="checkbox"/> PREVENCIÓN DEL RIESGO BIOMECANICO		<input type="checkbox"/> PREVENCIÓN DEL RIESGO POR EXPOSICIÓN A QUÍMICOS		<input type="checkbox"/> PREVENCIÓN RIESGO POR EXPOSICIÓN AL RUIDO			
	<input type="checkbox"/> PREVENCIÓN DEL RIESGO PSICOSOCIAL		<input type="checkbox"/> PREVENCIÓN DEL RIESGO METABOLICO Y CARDIOVASCULAR		<input type="checkbox"/> PROMOCIÓN DE LA SALUD VISUAL			

FORMATO PARA VALIDACIÓN DE CERTIFICADO DE APTITUD MÉDICA.

INDICACIONES OCUPACIONALES PARA LA COMPAÑÍA:

Esta validación se realiza acorde a la versión 5. Del documento procedimiento exámenes Médicos ocupacionales fecha 1 marzo 2021 CODIGO ST20000.653.091000, y directrices emitidas por la coordinación de medicina preventiva del trabajo de Masa Y STORK De Acuerdo Con El Examen Médico Realizado en IPS SOINTEC DR PEREZ

EXAMEN MEDICO OCUPACIONAL: PERIODICO

SIN RESTRICCIONES PARA EL CARGO: TÉCNICO MECÁNICO

SIN RESTRICCIONES ENFASIS OSTEOMUSCULAR

SIN RESTRICCIONES PARA TRABAJAR EN ALTURAS CUMPLE CON LOS CRITERIOS DE LA RESOLUCIÓN 1409/2012

SIN RESTRICCIONE PARA TRABAJAR EN ESPACIOS CONFINADOS CUMPLE CON LOS CRITERIOS DE LA RESOLUCION 0491/2020

SIN RESTRICCIONES FISICA, MENTAL Y COORDINACIÓN MOTRIZ PARA PARA CONDUCCION VEHICULAR CUMPLE CON LOS REQUISITOS DE LA RESOLUCIÓN 1565 DE 2014

No Presenta Morbilidades Pre-Existentes Que Puedan Agravarse Con Una Infección Por COVID A La Fecha, Con Base En Circular 030 De 08/05/2020 Del Ministerio De Salud, Y Acorde a Resolución 223 del 25/02/2021 Y CIRCULAR 016 DEL 1 DE ABRIL DE 2022.

DE ACUERDO A LA NORMATIVIDAD 1615 DEL 30/11/2021, SE SUGIERE VALIDAR CARNET PARA SEGUIMIENTO ESQUEMA VACUNACION COVID.

RECOMENDACIONES GENERALES PARA EL ASPIRANTE/TRABAJADOR:

De acuerdo con su valoración Medica ocupacional Periódico Se Le Informa Y Se Le recomienda Cumplir Con lo siguiente:

1. indicar las siguientes recomendaciones de acuerdo a lo establecido en la res. 350 de 01 de marzo 2022:

- uso de tapabocas, de la forma adecuada
- seguir medidas de distanciamiento social,
- lavado de manos cada 3 horas por 20 seg como mínimo. -
- Evitar Asistir A Sitios Concurridos Y Cuando Este Laborando
- Seguir La Indicaciones Entregadas Por El Área De Seguridad Y Salud En El Trabajo,
- Utilizar Los Epp Indicados Y Lo Cuidados Pertinentes En El Área De Trabajo.

SIGNOS DE ALARMA:

En Caso De Tener Exposición O Presentar Síntomas Relacionados Con Covid-19, Tanto Intra Como Extra Laboral Notifique A Su Jefe Inmediato: (Fiebre Mayor A 38° Por Más De Tres Días Tos Dificultad Para Respirar Fatiga Secreciones Nasales Malestar General. Si Ha Tenido Contacto O Convive Con Pacientes A Los Cuales Se Les Ha Diagnosticado La Enfermedad).

2. SE INDICA HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA:

- Dieta hipo calórico, rica en cereales, fibra, frutas y verduras, baja en harinas y grasas de origen animal
- Realizar actividad física durante 45 ? 60 minutos al menos 4 - 5 veces/ semana.
- Pausas Activas de acuerdo al sistema de seguridad y salud de la empresa
- Higiene Postural
- Valoración Por Optometría Anual
- Control de peso de forma estricta IMC ideal 24.9
- Cumplir Con Los Procedimientos Definidos Para Desarrollar Su Trabajo.
- Informar Oportunamente De Los Peligros Identificados En El Trabajo.
- Participar En Las Actividades Que Se Desarrollen En El Sistema De Gestión Y Seguridad Y Salud En El Trabajo.
- Desplácese En Forma Segura.
- Si Va Estar Expuesto Utilizar Protección Respiratoria Y Auditiva, Utilizar La Dotación Y Los Elementos De Protección Personal Suministrados Por la empresa.
- Debe usar protector solar SPF no inferior a 60 si está expuesto al sol se sugiere usar capuchón para mayor protección además del filtro solar
- Mantenga su cuerpo hidratado mientras esté en actividad física
- Use crema hidratante en todo el cuerpo 2 veces al día, mañana y noche.

3. Dar Aviso A Supervisor O Superior Si Sus Condiciones De Salud Se Han Modificados Y Presenta Alguna Limitación O Restricción Para Realizar La Labor.

4. Si requiere uso de pantallas, mouse y teclado de forma rutinaria debe realizar pausas activas cada 2 horas 10 minutos con ejercicios:

- Flexión de la muñeca (hacia delante y hacia atrás)
- Flexión de la muñeca (hacia abajo)
- Elevación de la muñeca. Doblar los dedos.
- Estirar la muñeca con peso
- Apretar con la mano.

Siga las siguientes recomendaciones para su ergonomía frente al ordenador o Pc.

- Borde superior del monitor al nivel de los ojos o algo por debajo
- Cabeza / cuello en posición recta hombros relajados
- Antebrazos y brazos a 90° o un poco más
- Antebrazos, muñecas manos en línea recta
- Piernas y muslos a 90° o un poco más
- Pies pegados al suelo
- Muslo y espalda a 90° o un poco más
- Codos pegados al cuerpo
- Ratón / dispositivos de entrada próximos al teclado
- Holgura entre el borde del asiento y rodillas

5. Si Va Manejar Cargas Cumplir Con La Normatividad De Manejo O Manipulación De Cargas, Según normatividad colombiana:

Al levantar del piso: hombres 25kg mujeres 12.5

A cargar en hombros: hombres 50kg mujeres 20kg

FORMATO PARA VALIDACIÓN DE CERTIFICADO DE APTITUD MÉDICA.

****Recomendaciones GENERALES Para Manipulación Cargas

Utilizar siempre que sea posible, ayudas mecánicas en lugar de manuales para manipular cargas.
En las tareas muy repetitivas se debe disminuir el peso manejado.
Si no se puede modificar el peso, debe bajarse la frecuencia, o establecer pausas frecuentes y suficientes.
Es aconsejable alternar tareas con carga física con otro tipo de tareas más ligeras.
Evite manejar cargas con los brazos muy separados del cuerpo, el tronco girado o muy flexionado.
No manipule cargas de forma repetida con los brazos por encima de los hombros.
Nunca maneje pesos elevados en posición sentada.
Utilizar la vestimenta, el calzado y los equipos adecuados (guantes, botas, casco, etc.).

****Recomendaciones manejo de CARGAS PESADAS

Evite realizar trabajos de forma continuada en una misma postura.
Es aconsejable alternar tareas y realizar pausas, que se deberán establecer según la persona y el tipo de trabajo.
El peso máximo recomendado en trabajos habituales de manipulación de cargas es de 25 kg.
En trabajos esporádicos de manipulación de cargas, el peso permitido puede llegar hasta los 40 kg.
Observar la forma y tamaño, posible peso, puntos de agarre, e indicaciones de la carga, antes de empezar a cargar.
Pedir ayuda a otros si el peso de la carga es excesivo.
Sitúe la carga cerca del cuerpo en todo momento.
Separe los pies ligeramente, colocando un pie más adelantado que el otro en la dirección del movimiento que intente hacer. Si tiene que levantar una caja o un bidón, mantenga un pie separado hacia atrás, para poder retirarlo si la carga bascula.
Antes de levantar la carga, la espalda debe mantenerla recta.
Al levantar primero extienda las piernas y luego enderece el resto del cuerpo.
Cargue simétricamente.
No gire el tronco ni adopte posturas forzadas mientras carga.
Sujete firmemente la carga usando los brazos, piernas y muslos.
Levantarse suavemente, por extensión de las piernas, manteniendo la siempre la espalda derecha.
No tirar de la carga ni manipularla bruscamente.
Procure no efectuar giros, al levantar la carga.
Haga rodar o deslice la carga si es posible.
Una vez levantada la carga, mantenga los brazos pegados al cuerpo.
Lleve la carga de forma que vea lo que tiene delante y que no le estorbe al avanzar.
Lleve la carga usando las palmas de las manos, no solamente los dedos.
Si manipula cargas con aristas, bordes, etc. Utilice guantes de seguridad.
Utilice calzado de seguridad.
En el caso de manipular cargas entre varias personas, es conveniente que se responsabilice una sola persona.
Si el levantamiento se efectúa desde el suelo hasta una altura media, apoye la carga a medio camino para poder cambiar el agarre.
Depositar la carga y después ajustarla si lo cree necesario.

RECUERDE: El autocuidado es uno de los pilares de nuestro bienestar personal, físico y emocional, y es responsabilidad de cada uno. Las recomendaciones se deben cumplir tanto laboralmente como en actividades extralaborales.

CONTROL DOCUMENTAL

CAMBIOS RESPECTO A LA VERSIÓN ANTERIOR / TRACK CHANGES	NOTA DE PROPIEDAD / DISCLAIMER
Se adicionó en el ítem 3. Pruebas a Realizar: Prueba de embarazo, prueba Covid-19 Ag, PCR RT SARS COV y prueba rápida para Covid IgM / IgG.	Los derechos de propiedad intelectual de este documento y su contenido le pertenecen exclusivamente al Grupo STORK. Por lo tanto, queda estrictamente prohibido el uso, divulgación, distribución, reproducción, modificación y/o alteración de los mencionados derechos, con fines distintos a los previstos en este documento, sin la autorización previa y escrita del Grupo STORK.

*** FIN DEL DOCUMENTO ***