

**Fundemos**  
I.P.S.**CONCEPTO MEDICO  
OCUPACIONAL**

Sede principal: Cra 13 No. 40-69  
Tel: 5460640 opcion 1 ext 8208 - 8212  
www.fundemos.com.co -  
fundemosips@fundemos.com.co - Bogotá D.C



Tipo de examen: INGRESO

Fecha: 19/10/2015 09:41:41 a.m.

**1. INFORMACION PERSONAL**

Nombre Completo: VERA PARRA DANILO ALBERTO

Sexo: M Edad: 22

Nombre Empresa PARTICULAR UNIVERSIDAD DISTRITAL

No. Identificacion CC 1110531340

Cargo: CONTRATISTA

**2. EXAMENES REALIZADOS**Exam. Ocupacional ☒ Audiometría ☐ Espirometría ☐ Optometría ☐ Laboratorio ☐ Visiometría ☐**CONCEPTO:** APTO**3. RECOMENDACIONES****PERSONALES:**

AL INICIAR LA JORNADA LABORAL DISTRIBUIR RACIONALMENTE LOS MEDIOS A EMPLEAR DISPONER EL ESPACIO PARA EL MOUSE, EL TECLADO Y LOS DOCUMENTOS A TRABAJAR

PAUSAS ACTIVAS PROGRAMADAS DURANTE LA JORNADA LABORAL QUE INCLUYAN RELAJACION MANOS, MOVIMIENTOS Y ESTIRAMIENTOS DE BRAZOS SEGUN EL PROGRAMA QUE PARA TAL FIN TENGA ESTABLECIDO LA EMPRESA

FORTALECER HABITOS DE HIGIENE POSTURAL

REALIZAR PAUSAS VISUALES DURANTE LA JORNADA LABORAL

MEDIDAS DE HIGIENE POSTURAL Y VISUAL

**EMPRESARIAL:**

DE MANTENER UNA ACTIVIDAD PERMANENTE SOBRE LA PANTALLA Y PARA PREVENIR LA FATIGA ANTES DE QUE APAREZCA, SE RECOMIENDA ALTERNAR LAS TAREAS DELANTE DE LA PANTALLA CON OTRAS DE DISTINTA NATURALEZA. SI ESTO NO FUERA POSIBLE, REALIZAR PAUSAS DE 10 MINUTOS CAD

ILUMINAR CORRECTAMENTE EL ÁREA DE TRABAJO

IMPLEMENTAR EN EL PUESTO DE TRABAJO EL PROGRAMA DE PAUSAS ACTIVAS, CON EL FIN DISMINUIR EL ESTRES, FATIGA Y EL CANSANCIO ORIGINADO POR LOS MOVIMIENTOS REPETITIVOS Y POSICIONES PROLONGADAS

CONTROL MEDICO OCUPACIONAL Y OPTOMETRIA ANUAL

**RECOMENDACIONES ADICIONALES**

CARLOS LARRARTE PLATA  
Médico E.S.O  
R.M. 15869  
J.C. S.O. 2920 14/03/08

Firma paciente: VERA PARRA DANILO ALBERTO

CONSENTIMIENTO INFORMADO DEL ASPIRANTE O TRABAJADOR: Autorizo al (a la) doctor(a) abajo mencionado (a), a realizar en mi el examen medico y/o paraclínico (s) ocupacionales(es). He comprendido y entendido el propósito y los riesgos que pueden llegar a tener el examen medico y/o paraclínico(s) ocupacional(es), a partir la asesoría brindada