

MEMORANDO
TVG-0807-2025-42

PARA: EDINSON ANTONIO VESGA CASTILLO
Ayudante de obra

DE: MARLY SOFIA EREGUA QUIJANO
Auxiliar SISO

ASUNTO: Recomendaciones Examen Médico ocupacional de Ingreso.

FECHA: 20 de agosto de 2025

En atención a los resultados generales obtenidos en el examen de ingreso del 15 de agosto de 2025 y con el propósito de promover el bienestar y la salud integral de todos nuestros colaboradores, el Departamento de Seguridad y Salud en el Trabajo presenta a continuación una serie de recomendaciones

GENERALES:
RECOMENDACIONES

- uso de EPP de acuerdo al cargo
- osteomuscular: pausas activas 2 veces al día
- ejercicio de estiramiento
- higiene postural

HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE:

- dieta control de peso
- ejercicio regular 3 veces /semana

INCLUIR EN PVE: AUDITIVO

MARLY SOFIA EREGUA.
MARLY SOFIA EREGUA QUIJANO
Auxiliar SISO

C.C. Consecutivo
Folder

Edinson Castillo.
Firma del Trabajador