

MEMORANDO
TVG-0807-2025-46

PARA: NELSON JAVIER GUAQUIDA JOYA
Operador motoniveladora

DE: MARLY SOFIA EREGUA QUIJANO
Auxiliar SISO

ASUNTO: Recomendaciones Examen Médico ocupacional de Ingreso.

FECHA: 20 septiembre de 2025

En atención a los resultados generales obtenidos en el examen de ingreso del 29 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 MEDICAS

- EXAMEN VISUAL DE CONTROL EN UN AÑO
- AUDIOMETRIA DE CONTROL EN UN AÑO

RECOMENDACIONES OCUPACIONALES

- USO EPPS
- PAUSAS ACTIVAS E HIGIENE POSTURAL
- CAPACITACION

HABITOS Y ESTILO DE VIDA SALUDABLES

- HABITOS SALUDABLES
- CONTROL DE PESO: BAJAR DE PESO
- HACER DEPORTE
- DIETA BALANCEADA



MARLY SOFIA EREGUA QUIJANO
Auxiliar SISO

C.C. Consecutivo
Folder



Firma del Trabajador