

MEMORANDO
TVG-0807-2025-47

PARA: DALY YAJAIRA BARBOSA PARRA
Controladora Vial

DE: MARLY SOFIA EREGUAQUIJANO
Auxiliar SISO

ASUNTO: Recomendaciones Examen Médico ocupacional de Ingreso.

FECHA: 20 septiembre de 2025

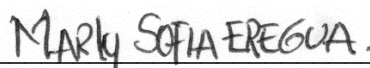
En atención a los resultados generales obtenidos en el examen de ingreso del 9 de septiembre de 2025 y con el propósito de promover el bienestar y la salud integral de todos nuestros colaboradores, el Departamento de Seguridad y Salud en el Trabajo presenta a continuación una serie de recomendaciones

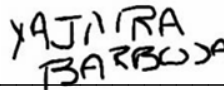
GENERALES:
RECOMENDACIONES LABORALES

uso de EPI 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


MARLY SOFIA EREGUA QUIJANO
Auxiliar SISO


Firma del Trabajador

C.C. Consecutivo
Folder