

MEMORANDO
TVG-0807-2025-21

PARA: TATIANA DEL PILAR POMAR PARALES
Inspector SST

DE: MARLY SOFIA EREGUA QUIJANO
Auxiliar SISO

ASUNTO: Recomendaciones Examen Médico ocupacional de Ingreso.

FECHA: 4 de agosto del 2025

En atención a los resultados generales obtenidos en el examen de ingreso del 31 de julio 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

RECOMENDACIONES PREVENTIVAS:

GENERALES:

- Control ocupacional periódico
- Higiene Postural
- utilización Elementos de protección Personal. SEGUN IMC: 24.5 k/m2: normal. Alimentación sana, Ejercicio Regular, dieta baja en harinas, gaseosas o dulce.
- Ejercicio 3 veces por semana, gimnasia laboral (calistenia y estiramientos).

MARLY SOFIA EREGUA.
MARLY SOFIA EREGUA QUIJANO
Auxiliar SISO


Firma del Trabajador

C.C. Consecutivo
Folder