

MEMORANDO
TVG-0807-2025-01

PARA: JONIS URIEL PEÑA SALGADO
Ayudante

DE: MARLY SOFIA EREGUA QUIJANO
Auxiliar SISO

ASUNTO: Recomendaciones Examen Médico ocupacional de Ingreso.

FECHA: 11 de Junio del 2025

En atención a los resultados generales obtenidos en el examen de ingreso del 05 de marzo 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:

- Recibir inducción o reintroducción al punto de trabajo de acuerdo a lo establecido por la empresa con énfasis en seguridad y salud en el trabajo (sg-sst)
- Uso de EPP de acuerdo al cargo
- Osteomuscular: pausas activas de 5 minutos cada 2 horas para realizar, ejercicio de estiramiento y posturas adecuadas, higiene postural
- Visual: educación e higiene visual, uso de protección visual según tipo de exposición, adecuada iluminación el puesto de trabajo, pausa activa visual
- Calistenia al día, no exceder los valores límites según tipo de exposición ocupacional

MARLY SOFIA EREGUA.
MARLY SOFIA EREGUA QUIJANO
Auxiliar SISO


Firma del Trabajador

C.C. Consecutivo
Folder

TECNICA VIAL SAS
CALLE 100 13 21 PISO 8 – 6356262 BOGOTÁ D.C. – COLOMBIA COMERCIAL@GRODCO.COM.CO

CI GRODCO INGENIEROS CIVILES SAS