

**MEMORANDO**  
**TVG-0807-2025-49**

**PARA: KARELIS MERCEDES PEÑA MACHACARE**  
Controladora Vial

**DE: MARLY SOFIA EREGUAQUIJANO**  
Auxiliar SISO

**ASUNTO:** Recomendaciones Examen Médico ocupacional de Ingreso.

**FECHA:** 8 de octubre de 2025

En atención a los resultados generales obtenidos en el examen de ingreso del 24 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**

- EPP: Utilización de epps de acuerdo al cargo

**OSTEOMUSCULAR:**

- Pausas activas
- Ejercicio de estiramiento y posturas adecuadas

**MANEJO DE EPS**

- Control de pesos y promoción y prevención de IPS/EPS

**INCLUIR EN PVE**

- Movimientos repetitivos
- Posturas forzadas

MARLY SOFIA EREGUA.  
**MARLY SOFIA EREGUA QUIJANO**  
Auxiliar SISO

Karelis Peña  
**Firma del Trabajador**

C.C. Consecutivo  
Folder