

2023-II-00023869
22/08/2023 11:38:36 a. m.

MEMORANDO

Manizales, 22 de Agosto de 2023

PARA:

DE: SUBDIRECCION ADMINISTRATIVA Y FINANCIERA

ASUNTO: Recomendaciones Médicas

Cordial saludo,

Dando seguimiento a las recomendaciones médicas ocupacionales socializadas por el Médico Laboral en su examen de ingreso realizado por la Institución Prestadora de Servicio de Salud contratada por la entidad, me permito recordarle la importancia de que esté cumpliendo y aplicando dichas recomendaciones.

Para la cual, se relacionan a continuación y que están específicas en su certificado de examen médico ocupacional, emitido por la misma:

- **Recomendaciones hábitos y estilos de vida saludables:** control de peso, hábitos saludables.
- **Recomendaciones ocupacionales:** pausas activas e higiene postural.

Por lo anterior, me permito adjuntar información de interés para su revisión e implementación, le recordamos que es de suma importancia mantener el cuidado de la salud y la prevención de los accidentes y enfermedades laborales, como lo indica el Artículo 2.2.4.6.10 del Decreto 1072 del 26 de mayo de 2015 de las Responsabilidades de los Trabajadores.

Finalmente, contamos con un Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo que está enfocado sus actividades en el mejoramiento de las condiciones de salud de nuestros funcionarios.

En el siguiente link usted encontrará varios ejercicios de pausas activas:

<https://posipedia.com.co/n-ejercicios-con-futura/>

"Tu comportamiento hace la diferencia, la seguridad es asunto de todos"



MARIA VICTORIA CIFUENTES CASTAÑEDA
Profesional Universitario

Anexo: Recomendaciones médicas IPS Eje Salud Laboral, cartilla prevención pausas activas
Copia: MARIO ALBERTO VILLEGAS CARDONA
Elaboró: María Victoria Cifuentes