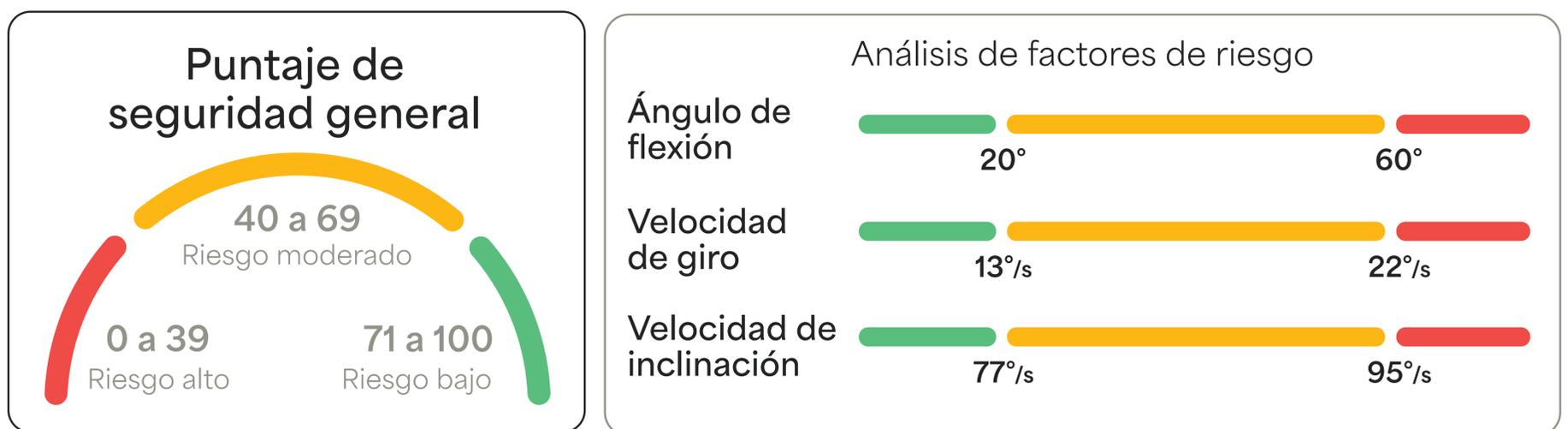
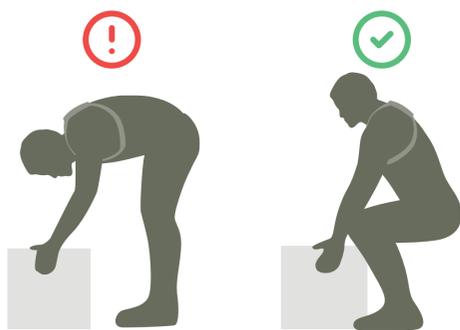


# Cómo entender su puntaje de seguridad

El sensor recopila información sobre sus movimientos corporales para crear un puntaje de seguridad que puede ayudarle a entender su probabilidad de sufrir lesiones. Los movimientos principales que crean el puntaje incluyen hasta dónde puede flexionarse hacia adelante, con qué rapidez se inclina de un lado a otro y con qué rapidez gira.

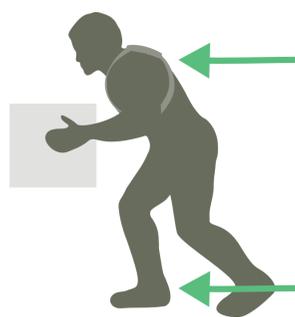


## Cómo mejorar su puntaje de seguridad



Ángulo de flexión

**Mantenga la espalda recta. Levántese con las piernas.**



Velocidad de giro

**Reduzca la velocidad. Gire y dé un paso en la dirección del movimiento.**



Velocidad de inclinación

**Reduzca la velocidad. Evite inclinarse hacia el costado.**