



Comisiones

Los desplazamientos por comisión pueden exponerte a diferentes riesgos.
¡Planea y organízate antes de salir de casa!

Verifica tu condición física

- Descansa adecuadamente antes del viaje.
- Evita desplazarte con afán.



Maneja el equipaje de forma segura

- Distribuye adecuadamente el peso.
- Mantén las manos libres al transitar por escaleras.
- Verifica que correas, ruedas y accesorios no generen tropiezos.



Identifica riesgos antes de salir

- Revisa las condiciones de ingreso y salida de tu vivienda.
- Mantén una adecuada iluminación.
- Identifica obstáculos, desniveles y superficies resbaladizas.



Realiza pausas cuando sea necesario

- Si el desplazamiento es prolongado, haz pausas.
- Mantente hidratado y atento a signos de cansancio.

