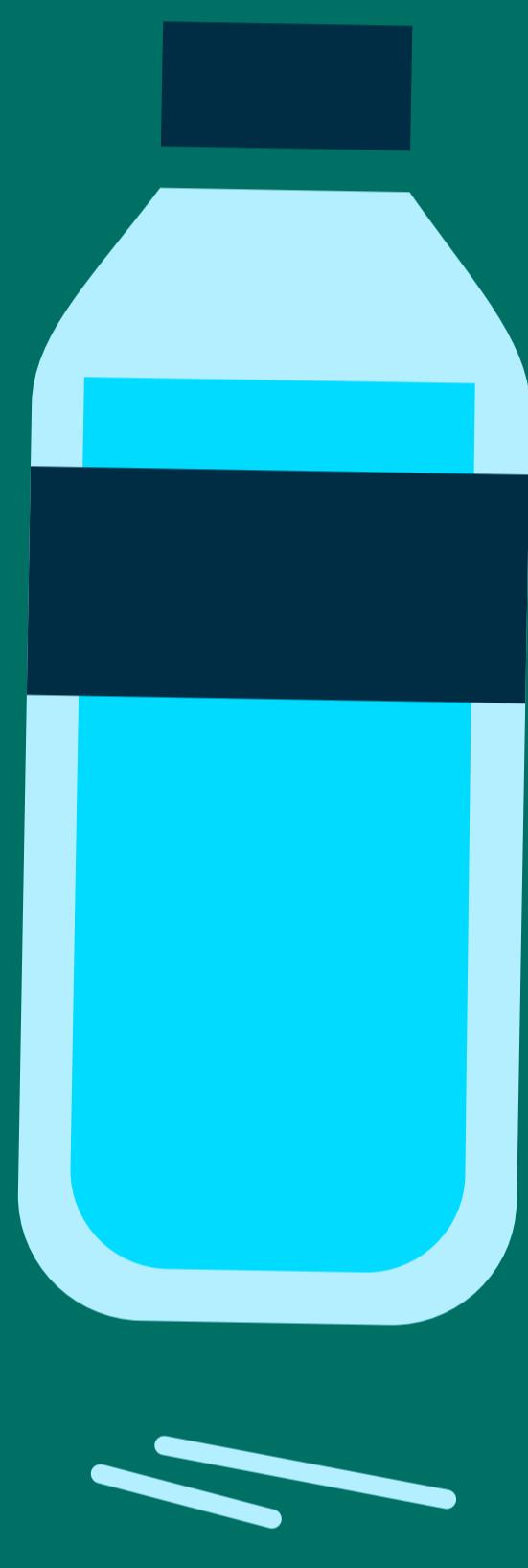


Sanidad recomienda a las personas más sensibles **extremar las precauciones ante el episodio de calima**





Es importante **hidratarse bien** y permanecer en ambientes húmedos, manteniendo puertas y ventanas cerradas, y evitando realizar ejercicio físico en el exterior.



Los **niños**, los **ancianos** y los pacientes con **enfermedades respiratorias** o cardioviales son más sensibles a los efectos de la calima y no deben exponerse a la misma.



SE RECOMIENDA:

No salir a la calle y mantener cerradas puertas y ventanas de las casas.

Mantenerse en ambientes húmedos e hidratarse con frecuencia.

No realizar ejercicios físicos en el exterior.

Realizar la limpieza del polvo doméstico con paños húmedos.

En caso de empeorar los síntomas respiratorios llamar al 112.



