

# 8 CONSEJOS PARA MEJORAR LA COMUNICACIÓN

## AL USAR UNA COBERTURA FACIAL



### PRESTE ATENCIÓN

¿Tiene la persona con la que se está comunicando problemas para entenderlo? Pregúntele y, de ser así, haga las adaptaciones necesarias.



### TENGA PACIENCIA

Las coberturas faciales bloquean las señales visuales y amortiguan los sonidos que nos ayudan a comprender el habla, lo que puede hacer que las interacciones sean frustrantes.



### REFLEXIONE

Tenga presente cómo el distanciamiento físico podría afectar su comunicación. A medida que aumenta la distancia, disminuyen los niveles de sonido y las señales visuales son más difíciles de ver.



### HABLE FUERTE Y CLARO

Alce la voz, pero no grite. Concéntrese en hablar con claridad. Contemple la posibilidad de usar una cobertura facial transparente. Si tiene problemas para entender a la persona con la que está hablando, pídale que hable más alto. Si lee los labios, pida a las personas con las que interactúa con regularidad que usen una cobertura facial transparente.



### BAJE EL VOLUMEN DE FONDO

Los ruidos de fondo hacen que sea especialmente difícil entender la conversación. Cuando sea posible, váyase a un lugar más tranquilo o baje el volumen.



### COMUNÍQUESE DE OTRA MANERA

Use una aplicación para teléfonos inteligentes para hablar mediante mensajes de texto o use herramientas de escritura (papel/bolígrafo, pizarra blanca) para comunicarse.\*



### CONFIRME QUE LO QUE DIJO ESTÁ CLARO

Pregunte si se entendió su mensaje.



### PIDA A UN AMIGO QUE LO ACOMPAÑE O ACOMPAÑE USTED A UN AMIGO

Si es esencial que comprenda detalles importantes hablados, por ejemplo, al consultar con su proveedor de atención médica, contemple la posibilidad de llevar a un amigo o un familiar a la consulta. O bien, ofrézcase a acompañar a un amigo que tenga una cita o reunión importante, y a escuchar y tomar notas.