



## ¿Cómo cuidar la salud vocal de tu hijo/a?

### Te sugerimos...

- Que beba mucha agua
- Que evite gritar, carraspear o toser bruscamente
- Que descanse por lo menos 8 horas
- Que respete turnos de habla
- Disminuir el ruido ambiente en el hogar



## PRESTA ATENCIÓN SI TU HIJO/A:



- Presenta disfonía por más de dos semanas
- Presenta picazón, ardor, irritación en la garganta
- Presenta dolor y tensión en el cuello al hablar
- Se queda sin aire al hablar

**Consulta con un Otorrinolaringólogo/a y Fonoaudiólogo/a para detectar un problema vocal a tiempo**

## ¿Qué es la voz?

Es un medio para...

EXPRESAR  
EMOCIONES

CANTAR

JUGAR

HABLAR

CREAR

¡COMUNICAR!