



**POSITIVA**  
COMPAÑÍA DE SEGUROS



**POSITIVA EDUCA**  
Pensando en ti

**POSITIVA EDUCA COACH**

**MÁSTER CLASS 14**

**CICLO 4 - EDUCACIÓN PARA LA ACCIÓN EN SST**

**TALLER DE VOZ 1:**

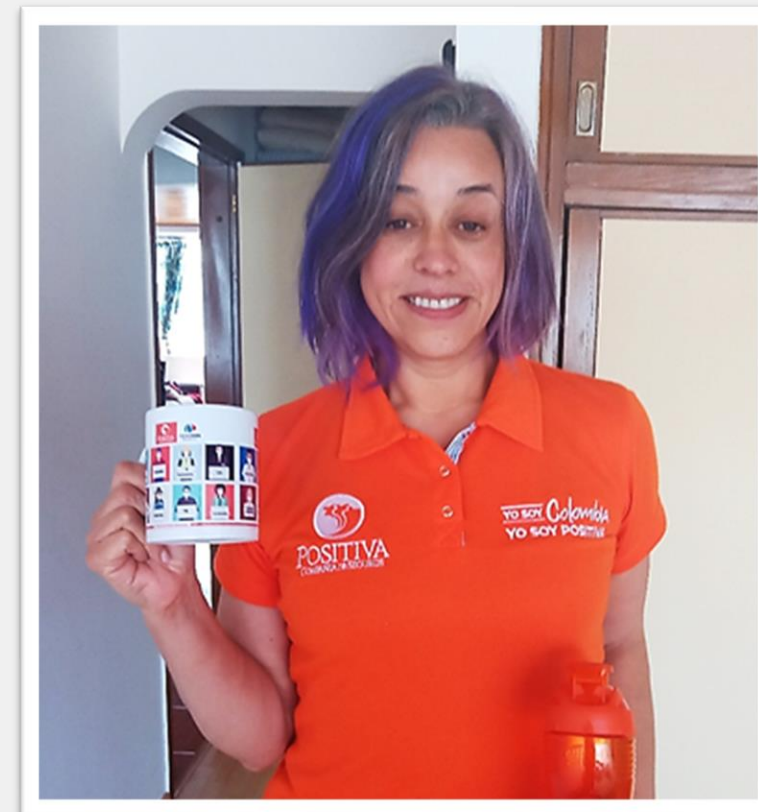
**BASES PARA UNA VOZ CONTUNDENTE Y CÓMODA**

# Bases para un voz contundente y cómoda



---

IVETTE CONSUELO HERNÁNDEZ,  
Fonoaudióloga de la Universidad del  
Rosario, Máster en Comportamiento  
No Verbal y Detección de la Mentira  
de la Universidad a Distancia de  
Madrid –UDIMA.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

# Objetivo General

Brindar a los participantes conocimientos sencillos y aplicables, sustentados en aspectos **fisiológicos** para lograr una voz **potente, cómoda, resistente**, que les permita destacarse al transmitir sus mensajes, así como **evitar abusos y fatiga en la voz** que pueden desencadenar alteraciones y limitaciones en la emisión.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico



¿Cómo percibe  
**SU VOZ?**

En este 2020 Positiva te acompaña  
con una estrategia en acción

NUESTRA ESTRATEGIA  
ES ACCIÓN  
POSITIVA

POSITIVA  
COMPANIA DE SEGUROS

POSITIVA EDUCA  
Pensando en ti



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico



# Revista Semana

Julio 8 de 2013



# USAR BIEN LA VOZ PUEDE SER DETERMINANTE PARA PROYECTAR SEGURIDAD Y LIDERAZGO ANTE LOS DEMÁS

“Los hombres que tienen voz grave suelen ocupar cargos de poder, lo cual demuestra que es un factor que favorece el estatus y proyecta una imagen de autoridad y liderazgo ante los demás.

(...)

Aquellos con un timbre más profundo tenían mejores salarios”

(U. DE DUKE - U.DE CALIFORNIA)



FUENTE:

<https://www.politico.com/magazine/story/2014/03/obama-russia-ukraine-foreign-policy-test-104211>



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico



Debido a la dinámica de poder entre hombres y mujeres, las mujeres descendieron su frecuencia habitual de **229 Hertzios (Hz) a 206**. Han cambiado agudeza por gravedad para lograr un tono más profundo para proyectar autoridad y dominio en el lugar de trabajo.

## CECILIA PEMBERTON

U. de Australia del Sur

\*Grabaciones de archivo de 1945 /década de los 90  
Voces femeninas entre 18 y 25 años

Las mujeres que habían bajado su tono terminaron con rango social más alto y se consideraron más dominantes en el grupo.

## Profesora JOEY CHENG

U.de Illinois

\*Experimento con grupos de debate



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

# Mujeres, voz y poder



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

En este 2020 Positiva te acompaña  
con una estrategia en acción

NUESTRA ESTRATEGIA  
ES ACCIÓN  
POSITIVA

POSITIVA  
COMPañIA DE SEGUROS

POSITIVA EDUCA  
Pensando en ti



# # 1 ¡El mito de la voz fea!!!



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

# # 2 ¡El mito de el lápiz o el corcho !!!



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia

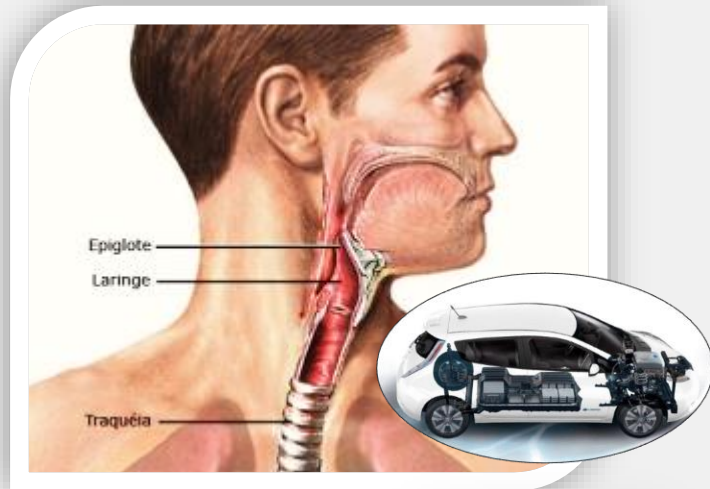


Innovación



Capital  
Estratégico

# Aspectos Mecánicos



# LA VOZ



# Aspectos Expresivos



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## Contundencia

1



Equilibrio muscular  
y ubicación de la voz.

2

## Claridad



Movilidad de labios, lengua  
mandíbula.  
Articulación de las vocales  
y las consonantes.

## Cadencia

3



Expresividad que transmite las imágenes, sensaciones y emociones  
presentes en las palabras.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia

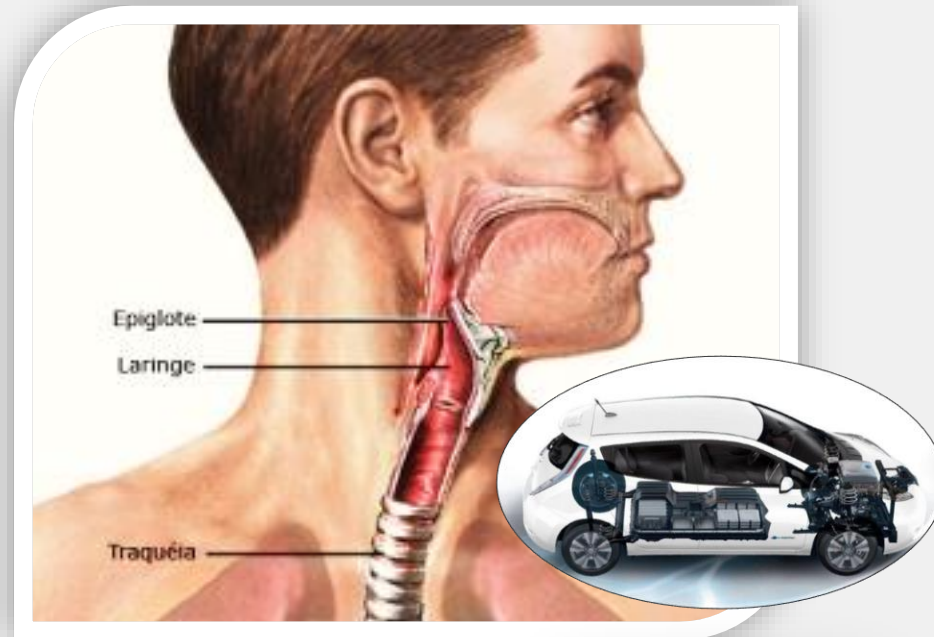


Innovación



Capital  
Estratégico

# Aspectos Mecánicos



# LA VOZ



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia

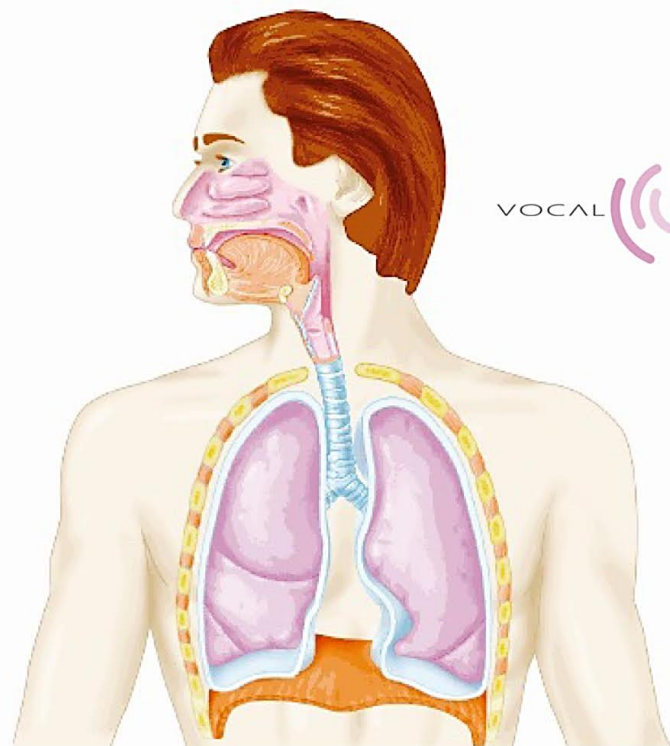


Innovación



Capital  
Estratégico

# SISTEMA VOCAL HUMANO



TRES PARTES:

**Aparato Respiratorio**  
Nariz, tráquea, pulmones y diafragma.

**Aparato de Fonación**  
Laringe y pliegues vocales.

**Aparato Resonador**  
Cavidad oral, faringe, paladar óseo,  
senos maxilares y frontales.

Copyright © 2001 Benjamin Cummings, an imprint of Addison Wesley Longman, Inc.

#ConoceTuAparatoVocal #TeamVocalpedia

FUENTE

<https://www.vocalpedia.net/single-post/2017/03/04/El-sistema-vocal-humano>



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia

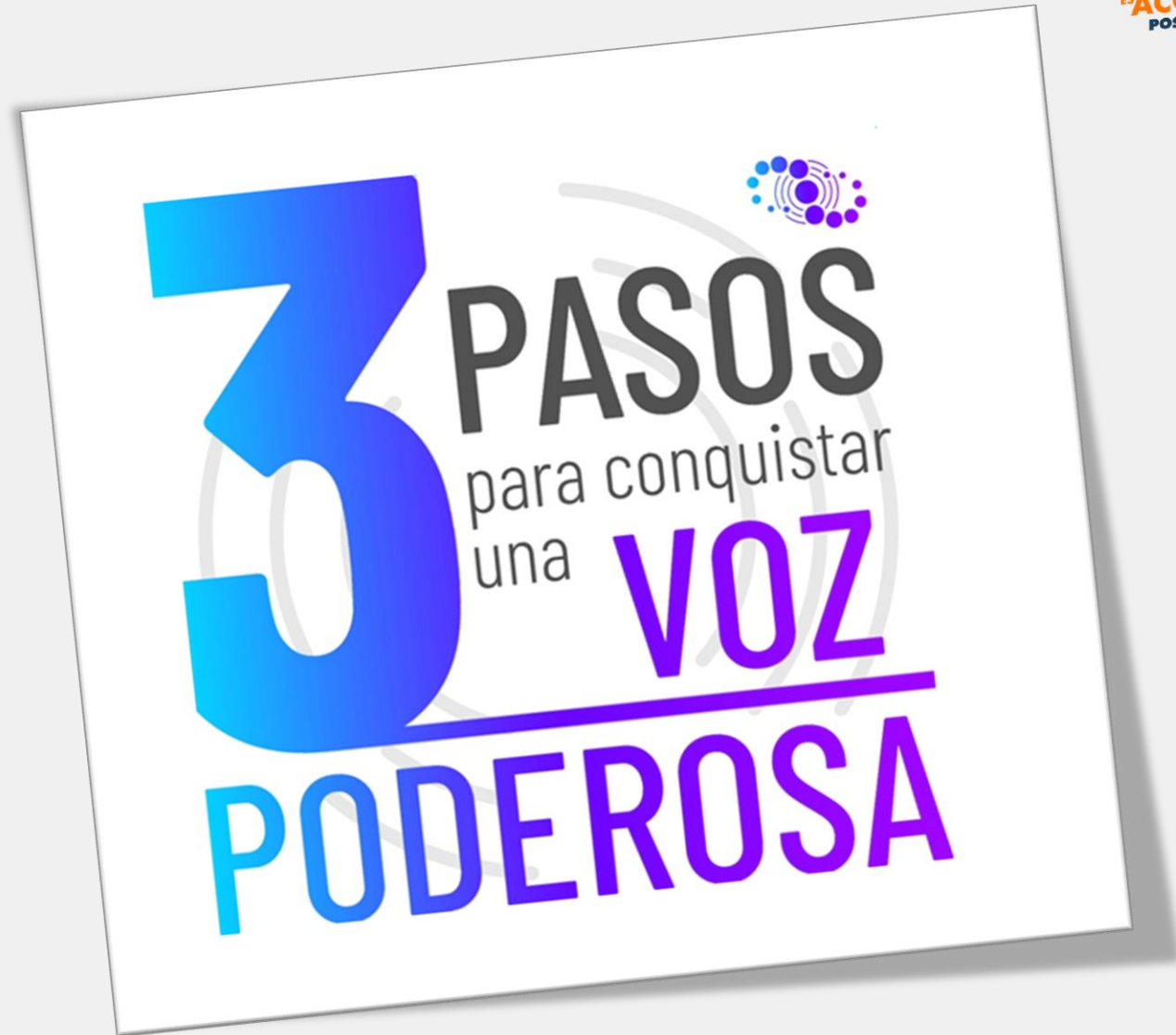


Innovación



Capital  
Estratégico





Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

# Comodidad

Procure un adecuado equilibrio postural y muscular;  
Cuando necesite que su voz responda ante exigencias  
comunicativas, su cuerpo ha de estar alineado y flexible.

---

Paso #1



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

1



2



3



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

# Impacto

“Invada” al público o interlocutor con su voz; proyéctela hacia ellos con determinación pero sin forzarla. Ha de experimentar una sensación de expansión.

## Paso #2



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

## EJERCITACIÓN PARA PROYECTAR LA VOZ



5 bostezos abiertos



3 bostezos cerrados



Hacer vibrar un tarro



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

# Distinción

Transite de lo ordinario (*común y corriente*) a lo EXTRA-ordinario. Defina bien las vocales (*aportan a su voz belleza sonoridad y proyección*), articule claramente las consonantes (*aportan a su voz precisión y determinación*).

## Paso #3



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

Repetir: durante **30 segundos** aproximadamente:

- u\_o\_a\_e\_i...
- taka-taka-taka...
- tele- tele- tele...



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico



© iStock.com / coloroftime







Recomendado



# El Consultorio de la Voz

Ivette Consuelo Hernández

Síguenos:

[www.consultoriodelavoz.com](http://www.consultoriodelavoz.com)



@consultoriodelavoz



Ivette Consuelo Hernández  
@consultoriodelavoz



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico



Si abandonas la idea de que tu voz puede marcar la diferencia, otras voces llenarán el vacío.

*Barack Obama*

# 5 TIPS

- 1 Sinergia:** El uso saludable y armónico de la voz requiere una acción conjunta entre los sistemas respiratorio, fonador y resonador.
- 2 Poder:** Las investigaciones indican que la voz resonante, con tonos graves, proyectan más seguridad, dominio liderazgo y propende al logro de mejores salarios.
- 3 Comodidad:** para que su voz responda a las exigencias comunicativas, su cuerpo ha de estar alineado y flexible.
- 4 Impacto:** proyecte su voz hacia sus interlocutores con determinación, con expansión y sin forzarla .
- 5 Impacto:** defina bien las vocales, articule con precisión las consonantes, pasará de lo ordinario a lo EXTRAORDINARIO.



Sostenibilidad



Aliados  
Estratégicos



Financiera



Cliente / Mercado



Eficiencia



Innovación



Capital  
Estratégico

En este **2020 Positiva te acompaña**  
con una estrategia en acción

NUESTRA ESTRATEGIA  
ES **ACCIÓN**



# PREGUNTAS



**POSITIVA**  
COMPAÑÍA DE SEGUROS



**POSITIVA EDUCA**  
Pensando en ti

**POSITIVA EDUCA COACH**

**MÁSTER CLASS 14**

**CICLO 4 - EDUCACIÓN PARA LA ACCIÓN EN SST**

**TALLER DE VOZ 1:**

**BASES PARA UNA VOZ CONTUNDENTE Y CÓMODA**