O “Dia da Voz”, 16 de abril, é comemorado no Brasil desde 1999. Passou a ser denominado Dia Mundial da Voz a partir de 2003, quando ganhou expressão internacional nos Estados Unidos, Europa e Ásia.

Transformar as comemorações deste dia em uma grande Campanha Nacional da Voz, tem sido a estratégia do Departamento de Voz da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia. O objetivo é sensibilizar a população quanto a importância da voz nas atividades familiares, sociais e profissionais; além de promover a saúde vocal e favorecer a detecção precoce de doenças vocais, assim como o câncer de laringe.

Venha você também fazer parte desta campanha. Seja amigo da sua voz!

FIQUE ATENTO

Sintomas como rouquidão, cansaço ao falar, pigarro constante, perda ou falhas da voz ao final do dia, são sinais de alerta de um possível problema vocal. Procure um especialista (fonoaudiólogo e médico otorrinolaringologista). Todas as regiões do Brasil contam com estes profissionais, que poderão auxiliá-lo.

Dicas dos Amigos da Voz

- Use um tom de voz natural e confortável
- Procure adequar seu volume de voz à situação de comunicação em que você se encontra, lembrando que falar constantemente em alta intensidade pode ser prejudicial
- Articule bem os sons das palavras, abrindo e movimentando a boca adequadamente
- Faça pausas respiratórias enquanto fala
- Mantenha um ritmo de fala moderado, com cuidado para não falar rápido ou devagar demais
- Enfatize as palavras mais importantes na frase, para marcar o sentido que você quer dar a ela
- Associe sua fala às expressões faciais e aos gestos, de forma natural, porém sem exageros
- Esteja sempre atento às necessidades do seu interlocutor, mantendo contato visual e mostrando-se interessado também no que está ouvindo, e não só no que está falando
- Beba água em temperatura ambiente e sem gás durante as suas atividades verbais.

Para mais informações acesse o site www.campanhadavoz.com.br
e faça o download gratuito das FAQs abaixo

crefono_amigos_da_voz.indd 1 27/03/15 15:17

Realização:

Departamento de Voz

SBFa
Sociedade Brasileira
de Fonoaudiologia

Apoio:

voz@sbfa.org.br
Telefone/Fax : 55 (11) 3873-4211
www.campanhadavoz.com.br

ARKUS.COM.BR

Seja amigo da sua Voz

16 de abril
Dia Mundial da Voz

A atriz e cantora Alessandra Maestrini apoia a Campanha da Voz da SBFa e cedeu os direitos de uso de imagem.

crefono_amigos_da_voz.indd 2
27/03/15 15:17