**Capacitación sobre el Cuidado de la Voz**

**Examen sobre los conocimientos adquiridos del material “Conservación y cuidado de la voz” de Prevención ART**

**Fecha:\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Docente (Apellido/s y Nombre/s):\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**DNI:**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Marque con una cruz la respuesta correcta:**

**1-¿Qué tipo respiratorio resulta adecuado para el uso correcto de la voz?**

Costal superior.

 Costal diafragmático-abdominal.

**2-¿Qué modo respiratorio resulta adecuado para el uso correcto de la voz?**

Nasal

 Bucal

 Mixto

**3-¿Qué intensidad de voz debería utilizar durante la jornada laboral, para no general fatiga vocal?**

Menor a 30 decibeles.

 Entre30 y 60 decibeles.

 Mayor a 60 decibeles.

**4- ¿Qué conducta resulta apropiada para mantener una voz saludable?**

 Ingesta frecuente de agua.

 Caramelos de menta o mentol.

 Hablar rápido.

**5- ¿Qué conducta NO resulta apropiada para mantener una voz saludable?**

Toser o carraspear para aclarar la garganta.

 Hablar lentamente y aprovechar los límites naturales de las frases para respirar.

 Usar sonidos no verbales para llamar la atención.

**6- El aumento de la velocidad del habla durante las emisiones puede generar fatiga vocal.**

Verdadero Falso

**7-El sistema educativo influye en la regulación de la voz.**

 Verdadero Falso

**8- ¿Qué sistemas participan y hacen al correcto funcionamiento vocal?**

 Sistema auditivo, respiratorio y endocrino

 Sistema respiratorio, auditivo, emocional y muscular.

 Sistema emisor, auditivo, respiratorio, endocrino, muscular, emocional y digestivo.

**9- Para Resguardar la voz es conveniente:**

 Comer minutos antes de iniciar la actividad.

 Masticar rápido.

 Ingerir el alimento en forma pausada y evitar las temperaturas extremas.

**10- El consumo de cigarrillos y alcohol, ¿pueden afectar la calidad de la voz?**

 Si

 No

**Firma y aclaración: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**