

ÍNDICE

Prólogo.....	11
1. El cuerpo como instrumento	15
Objetivos	15
Presentación	15
Concepto clave	16
1.1. El aparato fonador: fisiología y anatomía de la fonación.....	18
1.1.1. El aparato respiratorio	20
1.1.1.1. Movimientos de la respiración	21
1.1.1.2. Tipos de respiración	23
1.1.1.3. Músculos implicados en la respiración.....	24
1.1.2. La laringe u órgano vibrador	26
1.1.3. Los resonadores	30
1.2. El sistema nervioso y la voz	34
1.3. El esquema corporal vocal.....	38
Para saber más	42
Resumen.....	42
Actividades para la auto evaluación.....	43
Actividad practica	46
Referencias bibliográficas	47
2. La voz y la palabra	49
Objetivos	49
Presentación	49
Conceptos clave.....	49
2.1. Breves nociones de fonética	51
2.1.1. La vocalización.....	54
2.1.2. La articulación	58
2.2. Cualidades de la voz	61
2.2.1. El tono	61
2.2.2. La intensidad	62
2.2.3. El timbre	63
2.2.4. Otras cualidades de la voz	63
2.3. Clasificación de las voces.....	65
2.4. Patologías de la voz las disfonías	67
2.4.1. Concepto de disfonía	67
2.4.2. Clasificación de las disfonías	68
2.4.3. La disfonía disfuncionales	69
2.4.3.1. El círculo vicioso del esfuerzo vocal.....	69
2.4.3.2. Clasificación de las disfonías disfuncionales	71
Para saber más	73
Resumen	73
Actividades para la auto evaluación	74
Actividad práctica.....	75
Referencias bibliográficas	77

3. Preservar la salud vocal en el contexto escolar: uso correcto de la voz en profesionales de la educación	79
Objetivos	79
Presentación	79
Conceptos clave.....	79
3.1. Conceptos preliminares	81
3.2. La relajación	83
3.2.1. La relajación muscular progresiva de Jacobson	87
3.2.2. La técnica de Alexander	91
3.2.3. Los estiramientos.....	94
3.2.4. El estiramiento autógeno de Schultz	96
3.2.5. Las visualizaciones	97
3.2.6. Ejercicios de relajación específicos para la voz	99
3.3. La respiración	100
3.3.1. Ejercicios respiratorios dirigidos hacia la fonación.....	104
3.3.1.1. La respiración correcta en posición de decúbito supino (acostado)	104
3.3.1.3. La respiración correcta en posición sedente (sentado)	111
3.3.1.4. El control postural de pie.....	113
3.4. El diagrama pélvico	114
3.5. La emisión	116
La higiene bucal	124
Para saber más	130
Resumen.....	130
Actividades para la auto evaluación.....	131
Actividad práctica	132
Referencias bibliográficas	133
4. La voz infantil: prevención y tratamiento en las aulas	135
Objetivos	135
Presentación	135
Conceptos clave.....	135
4.1. Evolución de la voz infantil: de la vida intrauterina hasta la adolescencia.....	136
4.2. Las disfonías infantiles incidencia, características, etiología y tipos de lesiones	141
4.3. Prevención de las disfonías: familia y escuela	145
Para saber más.....	159
Resumen.....	160
Actividades para la auto evaluación.....	161
Actividad práctica	162
Referencias bibliográficas	163
5. Respuestas de las 100 preguntas mas consultadas sobre la voz	165
6. Programa de entretenimiento estándar en educación vocal.....	199
6.1. Programa de entrenamiento estándar en educación vocal	
6.1.1. Presentación, destinatarios y objetivos del programa.....	199
6.1.2. Características del programa y premisas básicas.....	200
6.2. Descripción del programa.....	201