

**Cuando existen
nódulos en las
cuerdas vocales:**
realizar rehabilitación
logopédica

Para aclarar la garganta:
respirar profundamente,
mantener la respiración
por un momento
y exhalar
el aire lenta y
suavemente



**Si se tiene
tendencia a
presentar
disfonías:** acudir al
otorrinolaringólogo
para realizar
controles periódicos

**En caso de
laringitis o afonía:**
descansar la voz
lo máximo posible