

La Voz: Tu Herramienta Principal

Expresión oral Tu Voz Cuenta

Desarrolla la habilidad de
expresarte con seguridad y claridad.



¿Por qué es importante hablar con seguridad y claridad?



Confianza y Credibilidad

Transmite seguridad en cada interacción y genera confianza inmediata en los demás.



Claridad en el Mensaje

Facilita la comprensión de tus ideas, necesidades y preocupaciones de forma precisa.



Mejores Relaciones

Fortalece tus conexiones personales y profesionales en todos los ámbitos.



Empoderamiento

Te da herramientas para defender activamente tus derechos como usuario de salud.

El Poder de la Comunicación No Verbal

01

Contacto Visual

Mira a los ojos de tu interlocutor para generar confianza genuina. Evita mirar al suelo o al techo, ya que puede transmitir inseguridad.

03

Gestos Naturales

Usa tus manos de forma natural y visible para enfatizar tus palabras. Evita cruzar los brazos o esconderlas.

02

Postura Abierta

Mantente erguido con los hombros hacia atrás. Una postura abierta y receptiva comunica seguridad y profesionalismo.



La Voz: Tu Herramienta Principal



Volumen Adecuado

Asegúrate de que te escuchen bien, adaptando el volumen al entorno y la situación.

Dicción Clara

Pronuncia las palabras de forma clara y completa.

Ritmo Apropiado

Habla a una velocidad adecuada, ni muy rápido ni muy lento. Usa pausas estratégicas para dar énfasis.

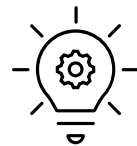
Tu Voz es tu poder



¡Úsala con Confianza!



Recuerda: hablar con seguridad y claridad te empodera como usuario de salud activo.



No temas expresar tus necesidades, inquietudes y preocupaciones con total libertad.