

Conociendo cómo funciona mi voz.



- ☰ [Introducción](#)
- ☰ [Primera estación: cómo se produce la voz](#)
- ☰ [Sistema respiratorio: concepto y conformación](#)
- ☰ [Conceptos clave para la enseñanza de una respiración óptima para el buen uso de la voz](#)
- ☰ [Sistema fonador](#)
- ☰ [Cualidades del sonido](#)
- ☰ [Cualidades de la voz](#)
- ☰ [Sistema de resonancia](#)
- ☰ [Sistema articulatorio](#)
- ☰ [Conclusiones](#)
- ☰ [Referencias](#)
- ☰ [Descarga en PDF](#)

Introducción

En esta **primera estación**, conoceremos qué sistemas forman el sistema fonatorio, sus cualidades y una serie de elementos que potencian y dan “estructura” a la voz.



Es importante que sepas que todo lo que veremos a continuación pretende o intenta acercarnos al conocimiento sobre el uso y funcionamiento de la voz y cómo se puede alterar, pero, por sobre todas las cosas, **el objetivo que persigue** es el **bienestar y la salud vocal e integral de la persona**. Estos contenidos son una guía explicativa a modo educativo y deben ser tomados como tal.

Ante la mínima duda de posible patología vocal, no dudes en consultar a un especialista.

CONTINUAR

Primera estación: cómo se produce la voz

¿Alguna vez te preguntaste cómo se produce la voz?

¿Sabes cuántos sistemas intervienen en dicha producción?

¿Te preguntaste qué pasa cuando se enferma y a qué especialista tenés que acudir?

Quizás alguna vez te preguntaste cómo es que se produce la voz, de dónde nace, por qué suena de determinada manera o por qué a veces se puede confundir con la de otra persona, tal vez, con la de un familiar.

Lo cierto es que el **sistema fonatorio**, como así se le llama, es la consecuencia de la acción combinada de **un conjunto de sistemas**. Para saber cómo se produce este fenómeno, te invito a que realices el siguiente ejercicio.

¡Hágalo usted mismo!

Te pido que cierres los ojos, luego coloca una mano en tu garganta y de a poco comienza a hacer un sonido con la vocal /o/.

Vas a notar cómo vibra la región media y anterior de tu cuello, **ahí es donde nace el sonido**.

Ahora coloca una mano en tu pecho, la otra en el abdomen y sentí cómo, a medida que el aire va pasando, esas zonas se movilizan. Luego, coloca una mano en tu rostro, puede ser en tu nariz, en tu frente, en tus mejillas o en tus labios, y trata de percibir las vibraciones del sonido que aparecen durante este ejercicio.

Intenta realizarlo un par de veces probando con otros sonidos, por ejemplo, la vocal /u/, la letra /m/ o la /b/.

Con el ejercicio anterior, ¿pudiste registrar cuántas zonas del cuerpo se pusieron en acción simplemente para emitir un sonido?

Esta es la cuestión: muchas veces creemos que la voz solo está en la garganta, pero esto es **un gran error**. En la producción de la voz **interviene casi todo tu cuerpo**, todos los músculos, tus órganos, tus articulaciones, tus emociones, etcétera.

i Nos comunicamos con todo el cuerpo y es por esto que debemos prestarle **total importancia**.

El cuerpo hace eco en nuestra voz.

Lo cierto es que cada zona tiene una función específica:

- **El sistema nervioso** central coordina todo el trabajo que nos permite producir sonido y ser conscientes de él.
- **El sistema auditivo**, que gracias al oído nos permite reproducir sonidos y además controlar el tono y la intensidad de nuestra voz.
- **El sistema respiratorio**, donde el aire brinda soporte y energía a nuestra voz en acción conjunta con los músculos respiratorios, inspiratorios y las vías respiratorias.
- **El sistema vibratorio**, constituido por la laringe, **fuentes del sonido**, donde se encuentran los pliegues vocales (o cuerdas vocales, término que todos conocemos).
- **El sistema resonador**, donde se encuentran los órganos que hacen que nuestro sonido se amplifique y tenga características particulares y personales en cada uno de nosotros.
- **El sistema articulatorio**, constituido por músculos y estructuras que conforman la región orofacial (boca, lengua, labios y mejillas).

i El mecanismo vocal es simple en esencia, pero complejo, porque son muchas las partes que intervienen y cada una debe cumplir su función de manera eficaz y en absoluto

equilibrio unas con otras.

La voz **es el resultado del aire** que entra en nuestro cuerpo **gracias a un movimiento descendente** y que, al salir, **con un movimiento ascendente**, contacta con los pliegues vocales que vibran gracias al aire y que **a este nivel se transforma en sonido**.

A ese **sonido todavía no se le puede llamar voz** porque no posee todas las cualidades que la definen como tal.

A este sonido lo llamamos **tono fundamental**. Cuando asciende, se encuentra con las cavidades de resonancia que lo enriquecen de armónicos y es entonces cuando **podemos hablar de voz** propiamente dicha, **ya que tiene un timbre y una intensidad audible para el oído humano**. Después, este sonido es modelado por los órganos de la articulación y así adquiere la forma de fonemas, de vocales, de sílabas y de palabras.

CONTINUAR

Sistema respiratorio: concepto y conformación

El sistema respiratorio se ocupa de **aportar la energía suficiente, a través del aire**, para que se pueda producir el sonido a nivel de la laringe y, así, generar el acto vocal.

A los fines que persigue este módulo, no vamos a entrar muy en detalle sobre las partes que componen el sistema respiratorio, pero si vamos a mencionar ciertos conceptos importantes para la práctica diaria.

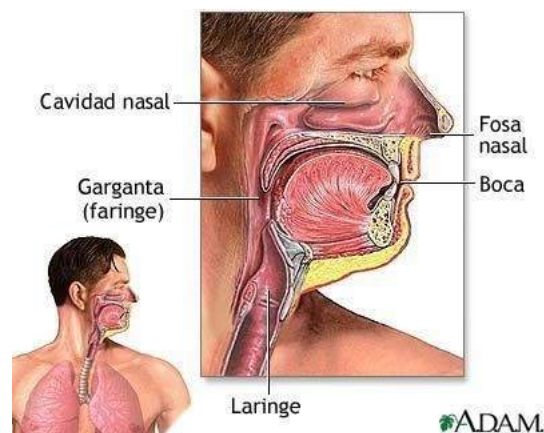
El sistema respiratorio **se divide en dos partes:**

1. Vía aérea superior:

- Es el primer tramo del recorrido que debe efectuar el aire al ingresar por fosas nasales.
- Constituido por **fosas nasales, faringe** (popularmente llamada garganta) en su porción superior (nasofaringe o rinofaringe) y **senos paranasales o cavidades accesorias** (ver imagen 1).

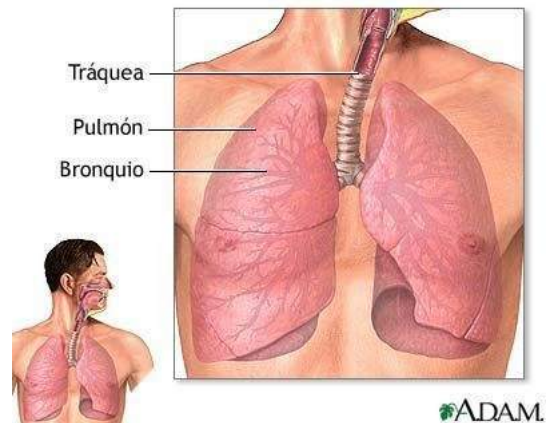
2. Vía aérea inferior: constituidas por **laringe, tráquea, bronquios y pulmones** (ver imagen 2).

Figura 1: Vías aéreas superiores



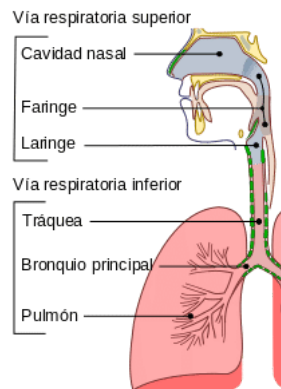
Fuente: captura de pantalla de MedlinePlus (<https://bit.ly/2Xxtv3z>).

Figura 2: Vías aéreas inferiores



Fuente: captura de pantalla de PROantibióticos (<https://bit.ly/3D24jmm>).

Figura 3: Porciones del sistema respiratorio



Fuente: captura de pantalla de MedlinePlus (<https://bit.ly/2Xxtv3z>).

i ¿Sabías que...?

Una alteración orgánica en nuestra nariz, como por ejemplo la desviación de tabique, hipertrofia de cornetes, hipertrofia de adenoides o congestión de senos paranasales, puede alterar nuestro modo respiratorio, producir una sensación de falta de aire, respiración agitada y, además, alterar cómo se escucha nuestra voz generando trastornos resonanciales.

Los pulmones son el órgano esencial de la respiración y se encuentran dentro de la **caja torácica**, la cual está formada por:

- por delante, por un hueso llamado esternón (lo podés palpar en el centro de tu pecho);
- por detrás, por la columna vertebral;
- y en las partes laterales, por las costillas.

Esta movilidad permitirá la expansión de la parte inferior del tórax cuando se almacena el aire por la acción de la inspiración y la retracción cuando se vacían los pulmones por la acción de la espiración.

Es útil saber que hay un **músculo transversal que separa la cavidad torácica de la cavidad abdominal**. Este gran e importante músculo en forma de cúpula se llama **diafragma**. Sobre su cara superior, piso de la cavidad torácica, descansan las bases de los pulmones. **El diafragma desciende durante la inspiración y sube cuando se vacían los pulmones durante la espiración.**

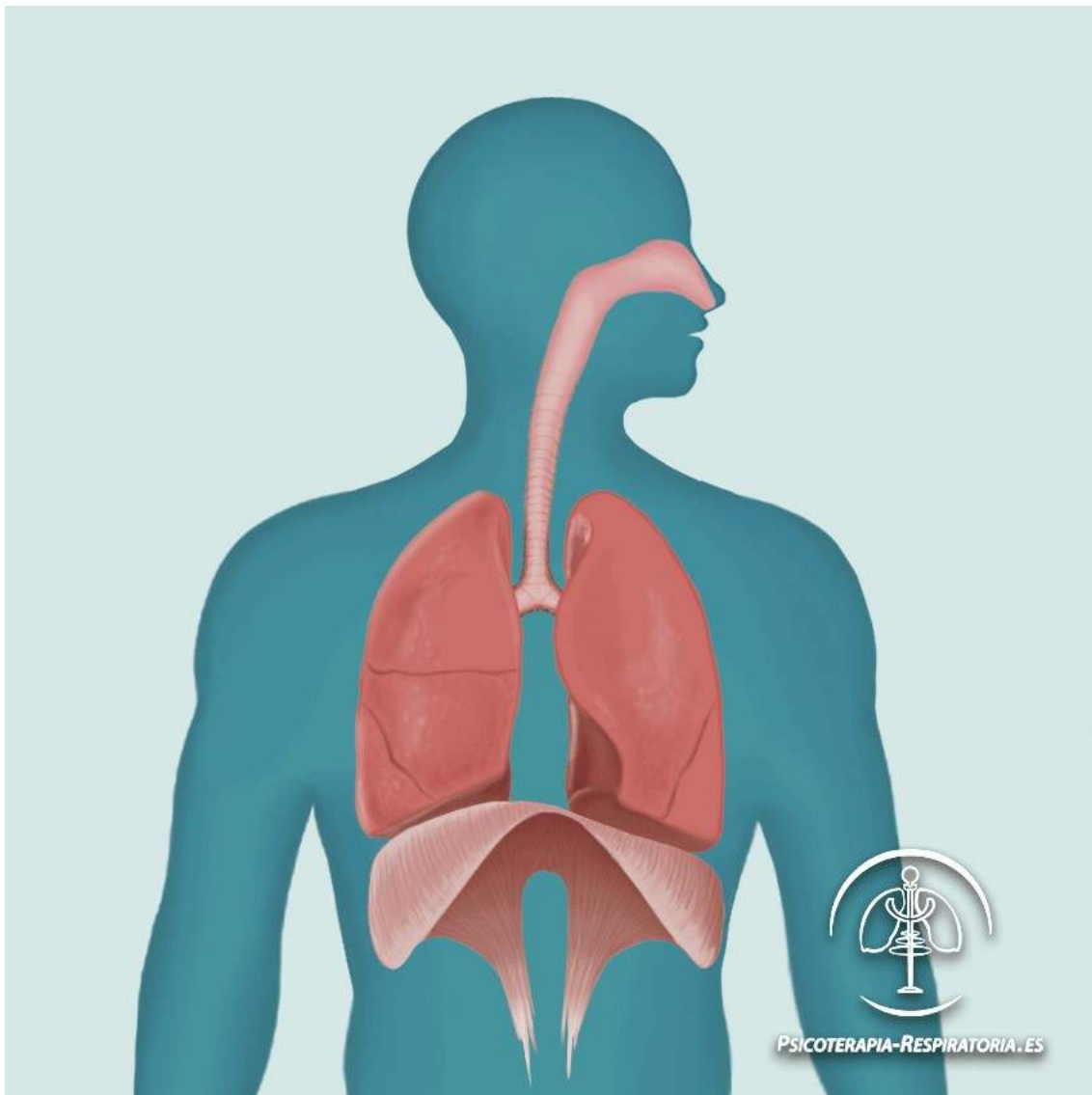
Bajo la cara inferior de la cúpula diafragmática, techo del abdomen, se hallan el estómago y los intestinos. Estas nociones **permiten comprender** que, cuando se tiene que utilizar la voz con fines profesionales o laborales, es preferible no llenar el estómago comiendo o bebiendo abundantemente, por cuanto una cavidad estomacal repleta de alimentos y líquidos limita los movimientos del diafragma y, por consiguiente, el juego de almacenamiento y vaciado de aire del fuelle pulmonar vuelve a la respiración difícil y penosa.

CONTINUAR

Conceptos clave para la enseñanza de una respiración óptima para el buen uso de la voz

A continuación, te dejo una animación de cómo se produce el acto respiratorio para comprender mejor lo que veremos después.

Figura 4: El acto respiratorio



Fuente: [Imagen sin título sobre el acto respiratorio]. (s.f.). Recuperada de <https://bit.ly/2UuHLJt>

La respiración consta de dos movimientos:

- la inspiración o entrada del aire;
- la espiración o salida del aire.

La mecánica respiratoria se produce por una diferencia de presiones.

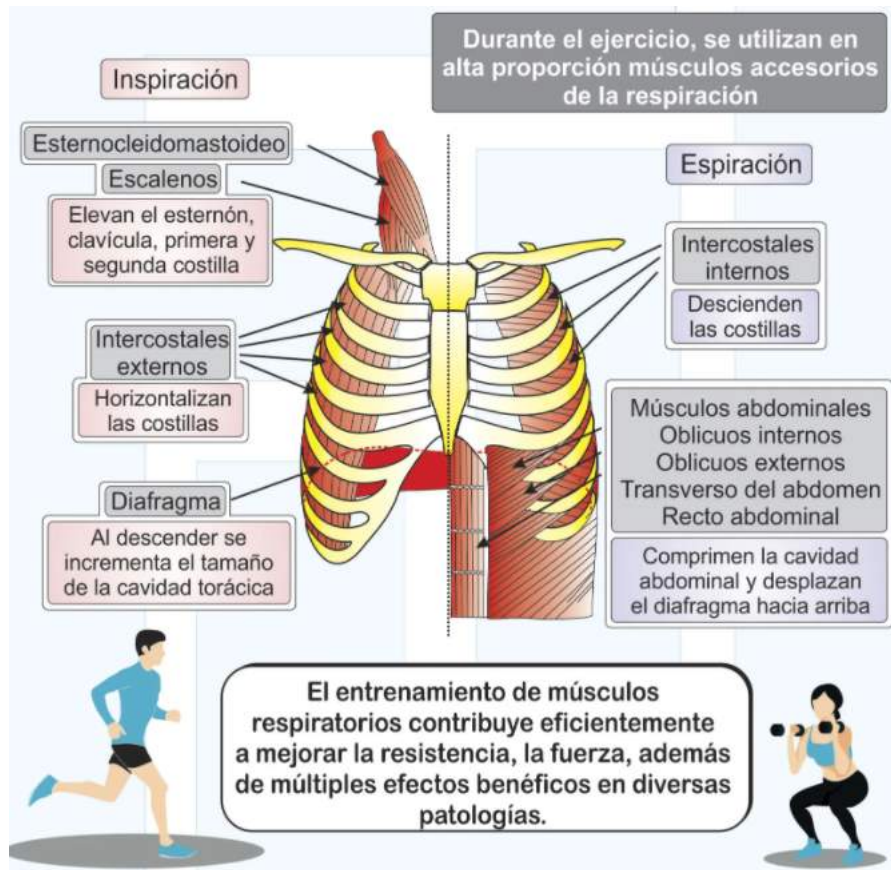
Pero esta dinámica se sostiene gracias a un trabajo muscular que realizan los músculos:

- diafragma e intercostales internos, mayormente, durante la inspiración.
- intercostales internos y el grupo abdominal durante la espiración.

Dentro del sistema respiratorio, tenemos conceptos como dinámica respiratoria, capacidad pulmonar, tipo y modo respiratorio, que son utilizados al momento de enseñar una técnica vocal según las necesidades laborales o profesionales de cada persona.

- **Capacidad pulmonar total:** se refiere a la cantidad total de aire que puede albergar nuestro sistema dado por la máxima expansión del tejido pulmonar. En un hombre adulto promedio la capacidad pulmonar total incluye unos 5.75 litros, mientras que en una mujer se reduce a 4 litros y en un niño, menos aún.
- **Capacidad respiratoria:** relacionada con la cantidad o volumen de aire intercambiado por minuto.

Figura 5: Dinámica respiratoria



Fuente: captura de pantalla de Fisiología Clínica del Ejercicio (<https://bit.ly/3xSIRMN>).

Una persona en reposo respira aproximadamente unos 6 litros por minuto, pero este valor varía según la actividad realizada, por ejemplo, en un deportista puede llegar hasta los 7.5 litros por minuto.

- **Tipo respiratorio** es la zona donde se aloja el aire luego de la inspiración. Existen varias maneras de mencionarlo, pero con el fin de estandarizarlo se agrupan en: **costal superior o clavicular, costal inferior, abdominal, y costo diafragmático.**
- **Modo respiratorio:** lugar por donde ingresa el aire a nuestro aparato respiratorio. Si lo hacemos **mediante la boca**, se denomina **bucal**; si lo hacemos **por la nariz**, se lo denomina **nasal**; cuando es **simultáneo o indistinto**, se le denomina **mixto**.

Cuando se está en reposo, por ejemplo, mirando la televisión o leyendo un libro sin ningún tipo de demanda especial, el **indicado e ideal es el modo nasal**, es decir, debemos o deberíamos tomar aire por nariz y largarlo por nariz.

Ahora bien, cuando la demanda es mayor y se necesita solventar grandes exigencias a un ritmo más ágil, por ejemplo, en una actividad física o en una conversación, el modo respiratorio se transforma en mixto.

- **Dinámica respiratoria (o tiempos respiratorios):** se basa en el juego de poder dado entre los momentos de inspiración y espiración, ambos momentos son de duración variable dependiendo de lo que se esté haciendo específicamente. En reposo y quietud, inspiración y espiración pueden llegar a tener la misma duración. En una conversación, el momento de la inspiración será más corto que el de la espiración, ya que esta se dará en forma simultánea con la fonación.

Este último concepto es de suma importancia al momento de evaluar a una persona con posible disfonía o bien para generar algún tipo de entrenamiento o reeducación vocal.

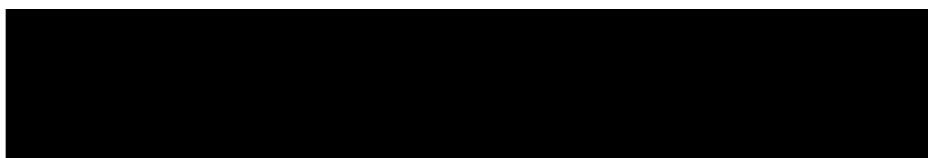
#Fonotip:

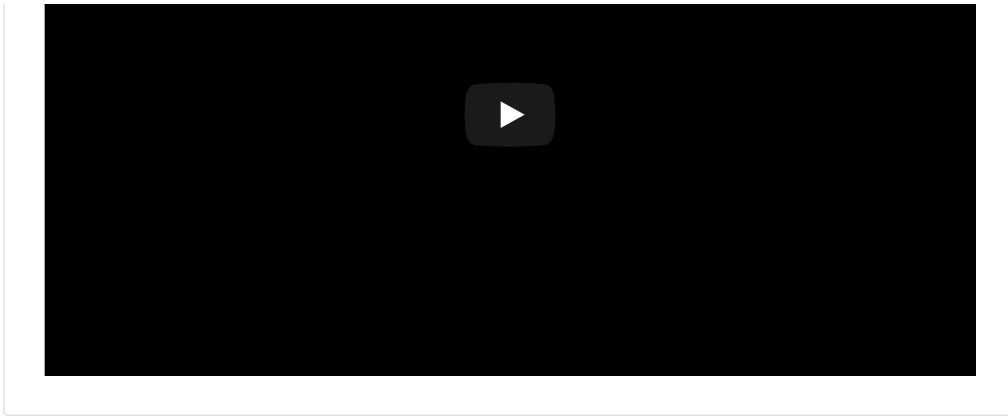
Una correcta toma de aire, una buena capacidad respiratoria, la correcta dosificación del aire al espirar y el adecuado almacenamiento del aire a través de tipo respiratorio **aumentan la posibilidad de sostener un trabajo vocal óptimo a largo plazo.**

Por el contrario, un incorrecto modo y tipo respiratorio, un deficiente uso del aire almacenado o una defectuosa dosificación, **reducen la efectividad en la tarea vocal generando mal uso y/o abuso de la voz.**

Para finalizar, en el siguiente video veremos cómo todas estas estructuras se ponen en juego durante la respiración.

Video 1: El arte de la respiración





Fuente: Natalia Núñez. (31 de marzo de 2021). *El arte de la respiración*. [Video de YouTube]. Recuperado de <https://youtu.be/kyLzOkfd3bA>

¡Nos ponemos a prueba! Repasemos lo trabajado hasta aquí.

El sistema respiratorio se ocupa de...

- Aportar la energía a través del aire, para que se pueda producir el sonido a nivel de los pliegues vocales.
- La regeneración del aire a nivel de los pulmones.
- La oxigenación de la sangre.
- Todas son correctas.

SUBMIT

La entrada y salida del aire se produce por...

- El contacto de los pliegues vocales.

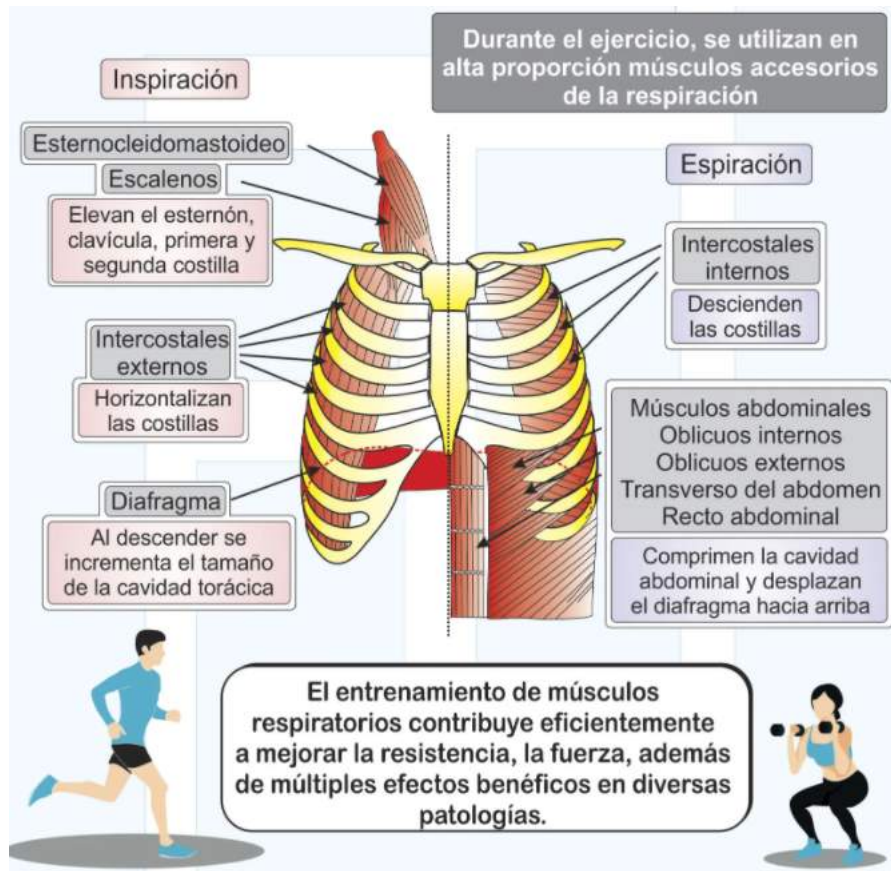
- Por una diferencia de presiones que generan la inspiración y espiración.
- Por la acción única de los músculos respiratorios.
- Todas son correctas.

SUBMIT

CONTINUAR

Sistema fonador

Figura 6: Sistema fonador



Fuente: captura de pantalla de Fisiología Clínica del Ejercicio (<https://bit.ly/3gdIHcy>).

Concepto y conformación

La voz se produce gracias a un proceso de **transformación**. En este caso, se trata de la **transformación del aire a sonido**, mediante la interacción con las cuerdas vocales (término popularmente utilizado, el indicado sería **pliegues vocales**).

i Ahora bien, ¿qué hace posible el movimiento de los pliegues vocales? ¿Es el trabajo de un solo músculo? ¿O de un conjunto de ellos?

¿Es un movimiento único e indiferente de los pliegues vocales a lo largo de toda su extensión? ¿O se pueden identificar porciones vibrátiles según determinadas frecuencias?

A los fines pedagógicos que persigue este módulo, no vamos a entrar en detalle sobre la intrincada composición del complejo miofuncional llamado **laringe**, sino que vamos a hacer mención de los actos que producen dichos músculos y cómo nosotros podemos percibir este sonido a nivel acústico-perceptual.

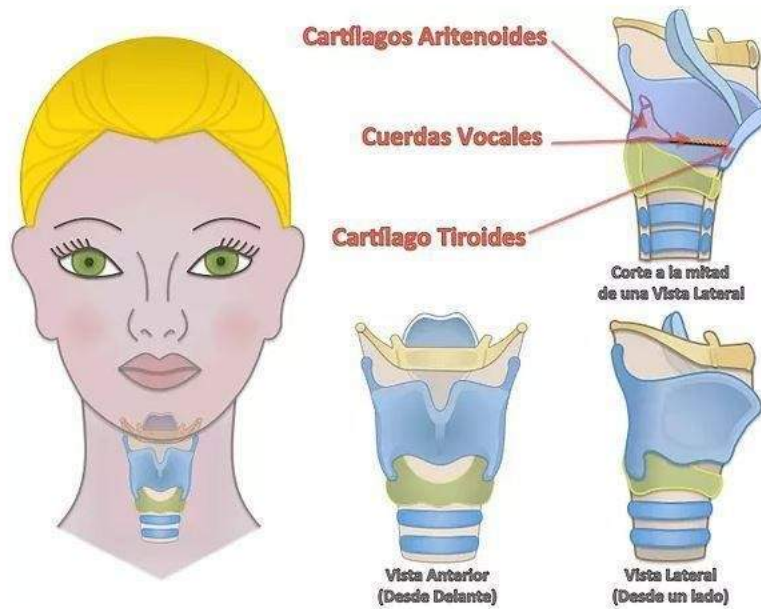
Empecemos por el principio, veamos dónde está la laringe con sus pliegues vocales y cuál es su funcionamiento.

La laringe se encuentra en la región anterior y media del cuello, tiene la forma de una pirámide triangular invertida.

Está formada por piezas articuladas entre sí y unidas mediante ligamentos y músculos que se encuentran cubiertos por un tejido que las recubre.

Los pliegues vocales son dos y se encuentran en el interior de la laringe. Van desde los cartílagos aritenoides (por detrás) hasta el cartílago tiroideos (por delante).

Figura 7: Pliegues vocales



Fuente: captura de pantalla de Vocalcoaching (<https://bit.ly/3CVuDON>).

Los pliegues vocales están constituidos por diferentes capas que contribuyen a su vibración en modos diferentes, favoreciendo a las diferentes frecuencias de la voz.

Cuando buscamos producir un sonido, los pliegues vocales se **juntan** y el aire sube por la tráquea desde los pulmones para hacerlos vibrar. Este proceso de vibración tiene lugar gracias al **Efecto Bernoulli**^[1].

[1] El Efecto Bernoulli hace referencia al comportamiento de un fluido que se mueve a lo largo de una línea de corriente. Cuando se estrecha el canal, la velocidad del aire aumenta, produciendo un efecto de succión.

Una vez que los pliegues vocales se han juntado en la línea media, el aire crea una fuerza de **succión** haciendo que **contacten** y vibren. Cuando esta presión aumenta, llega un momento en que los pliegues vocales no pueden mantenerse en contacto durante más tiempo y se **separan liberando** esa sobrepresión en forma de soplo.

Figura 8: Posición de los pliegues vocales en la respiración (separados) y en la fonación (juntos)



Fuente: captura de pantalla de Vocalcoaching (<https://bit.ly/3gaf6AL>).

Puntos a tener en cuenta

1

La secuencia descrita anteriormente conforma lo que llamamos un **ciclo vibratorio**. Cuando se produce un tono, esta secuencia se da cientos de veces por segundo. Dependiendo de la cantidad de ciclos por segundo, obtenemos un tono u otro (véase: “Cualidades del sonido”).

2

Según la acción del **músculo vocal** (última capa de los pliegues vocales), el pliegue vocal puede configurarse más grueso o más fino para lograr diferentes tonos:

Los tonos agudos se producen cuando:

- los pliegues vocales se alargan, disminuyen su tiempo de contacto entre sí y también su masa (tejido mucoso);
- pero aumentan su tensión y elongación.

Los tonos graves se producen cuando:

- hay un acortamiento de los pliegues vocales, mayor tiempo de contacto entre sí, un aumento de masa (tejido mucoso);
- pero menor tensión.

Intentemos entender todo esto con este video:

Video 2: Formación del tono




Fuente: Natalia Núñez. (6 de abril de 2021). *Pliegues vocales. Frecuencia cordal.* [Video de YouTube]. Recuperado de <https://youtu.be/DtSITxCeW0E>

¡Hágalo usted mismo!

Probá realizar diferentes sonidos, manteniendo tus dedos sobre la región anterior y media del cuello, en la laringe. La podrás localizar gracias a la prominencia del cartílago tiroides (en los hombres se visualiza como la nuez de Adán).

Intentá realizar sonidos en forma de sirena, variando entre la /i/ - /o/.

Notarás cómo se moviliza esa zona para lograr los diferentes tonos (la /i/ es más aguda, la /o/ más grave).

 ¿Sabías que la laringe tiene una función primaria y no es la de emitir voz?

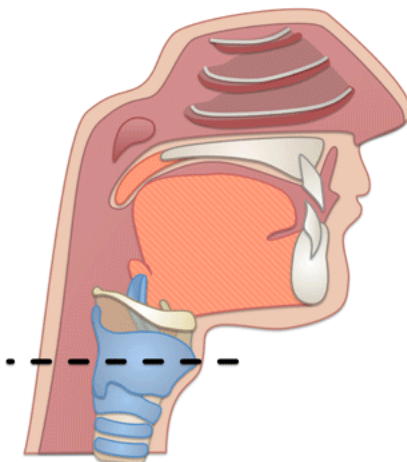
Su función principal o biológica es la **función esfinteriana y la función respiratoria**, pero, ¿qué significa esto?

La laringe ocupa distintos roles:

En el **sistema respiratorio**, **sirve como pasaje** para el aire y desempeña una función de protección de las vías aéreas inferiores. Estas funciones se llaman respiratoria y esfinteriana de protección.

En el **sistema fonatorio**, convierte la energía del aire en sonido.

Figura 9: Funciones de la laringe



Fuente: captura de pantalla de Vocalcoaching (<https://bit.ly/3gaf6AL>).

Poniendo las ideas en orden...

Lo interesante e importante de este enfoque para los fines del **buen uso de la voz** es que, en definitiva, lo que tenemos que educar o reeducar, ejercitar y controlar "*son funciones y músculos*". Por lo tanto, en todas las maniobras, trabajos y ejercicios que realicemos para el uso eficiente de la voz, hemos de tener presente que trabajamos sobre **hábitos instaurados y estos no se modifican, manejan y responden adecuadamente si no es mediante una ejercitación paulatina**, al principio ágil y rápida y que después se mantiene de manera progresiva durante el tiempo **que sea necesario**, sin violencias, ni exigencias, hasta que se haga consciente y automático.

CONTINUAR

Cualidades del sonido

La producción de nuestra voz **tiene ciertas cualidades que le dan forma a la voz, que se originan en algunos sistemas.**

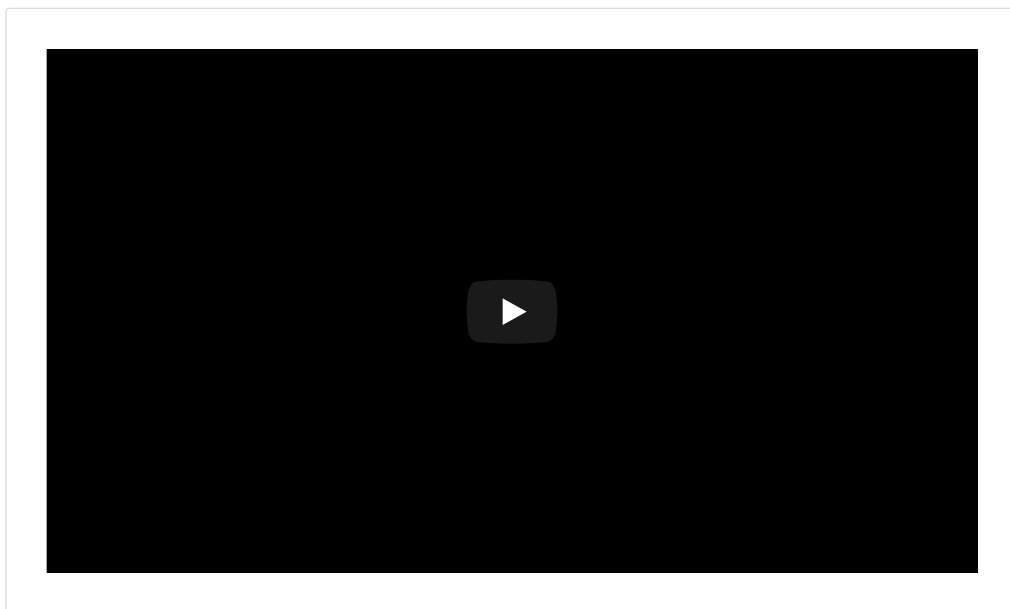
El **sistema respiratorio**: provee energía en la emisión. Proporcionará intensidad, fuerza, potencia y duración.

El **órgano vocal (laringe, glotis y pliegues vocales)**: genera el sonido. Proporcionará altura o tono dado por la acción y elongación de los pliegues vocales.

El **sistema de resonancia (resonadores y las cavidades de resonancia)**: amplifica y modifica el sonido. Proporciona timbre, color y los matices de la voz.

Y para poder entenderlo y observar su funcionamiento en conjunto te invito a que veas a este *beatbox* y su increíble manejo de todo el sistema fonatorio.

Video 3: Beatboxing in real time (long version)



Fuente: MaxPlanckSociety. (7 de junio de 2018). *Beatboxing in real time (long version)*. [Video de YouTube]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=Wh4aEc4yPh0>

Entonces, la voz, tiene tres cualidades: intensidad, altura y timbre.

CONTINUAR


Cualidades de la voz

Intensidad

La *intensidad* vocal (popularmente llamada volumen), **depende de la relación entre presión de aire y fuerza de cierre de los pliegues vocales.**

Es decir,

- ***mayor presión + mayor fuerza de cierre = una voz fuerte;***
- ***menor presión de aire + menor fuerza de cierre = una voz débil.***

 ¿Sabías que...?

La intensidad del habla coloquial ronda los 40 a 60 decibeles.

Un uso de la voz por encima de esos niveles puede ser perjudicial para la salud de nuestra voz.

Por otro lado, la intensidad débil de la voz puede estar asociada a una capacidad respiratoria disminuida o a la mala regulación del soplo espiratorio. En algunos casos, también puede ser indicador de alguna enfermedad neurológica degenerativa.

Tono

El tono o altura vocal nos permite discriminar entre sonidos agudos, medios y graves. En la voz humana no existe un único mecanismo que pueda producir una sola serie tonal vocal, ya que se

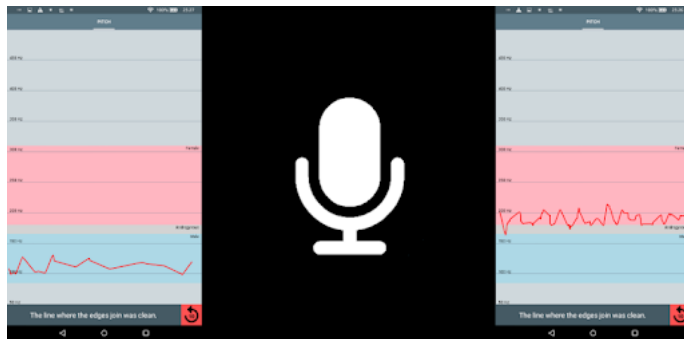
pueden identificar más de un registro utilizados normalmente.

En este caso, el **concepto de registro**² aplicaría mejor para saber qué frecuencia utilizamos al hablar. En diferentes contextos podemos adoptar diferentes tipos de frecuencias que se encuentran más cercanos o más alejados a nuestro tono óptimo.

[2] Registro o **rango vocal**: es la extensión total de notas que puede producir una voz, desde la más grave a la más aguda posible. Cuando hablamos, usamos un rango de 4 o 5 notas.

¡Hágalo usted mismo!

Con esta aplicación, podrás conocer aproximadamente en qué frecuencia estás fonando y comparar con la tabla de abajo para saber si te encuentras dentro del parámetro óptimo.



Voice Tools: Pitch, Tone, & Volume - Apps on Google Play

A voice recorder tool for transgender voice therapy. -View a graph of your voice pitch/associated gender in a real-time!-Phonetically balanced sentences for you to read-Listen to tones of specific pitches for you to mimic-Record & playback without saving files to your device-Real-time volume analysis-Transgender & non-binary friendly Please note; this app does NOT change the pitch of your voice, it only provides visual feedback specifically tailed for use as part of voice therapy!!!

MÁS INFORMACIÓN GOOGLE >

Fuente: DevExtras (s.f.).Voice Tools: Pitch, Tone, & Volume. En *PlayStore*. Recuperado de <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.DevExtras.VoiceTools>

En los hombres, la frecuencia o rango tonal del habla se encuentra **alrededor de los 80 a 160 hertz**.

En las mujeres, la frecuencia o rango tonal del habla se encuentra **alrededor de los 180 a 270 hertz.**

Los niños tienen tonos más cercanos a los de la mujer, por el tamaño de su laringe y pliegues vocales se encuentran **alrededor de los 220 a 280 hertz.**

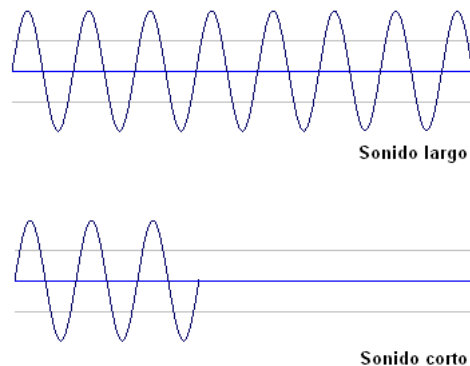
Timbre

En las personas, es la cualidad más compleja y distintiva de la voz, está sujeta en gran parte a la acción de las cavidades de resonancia (veremos esto en detalle en el apartado de sistema resonancial).

Duración

Está determinada por la longitud en la emisión del sonido.

Figura 10: Duración del sonido

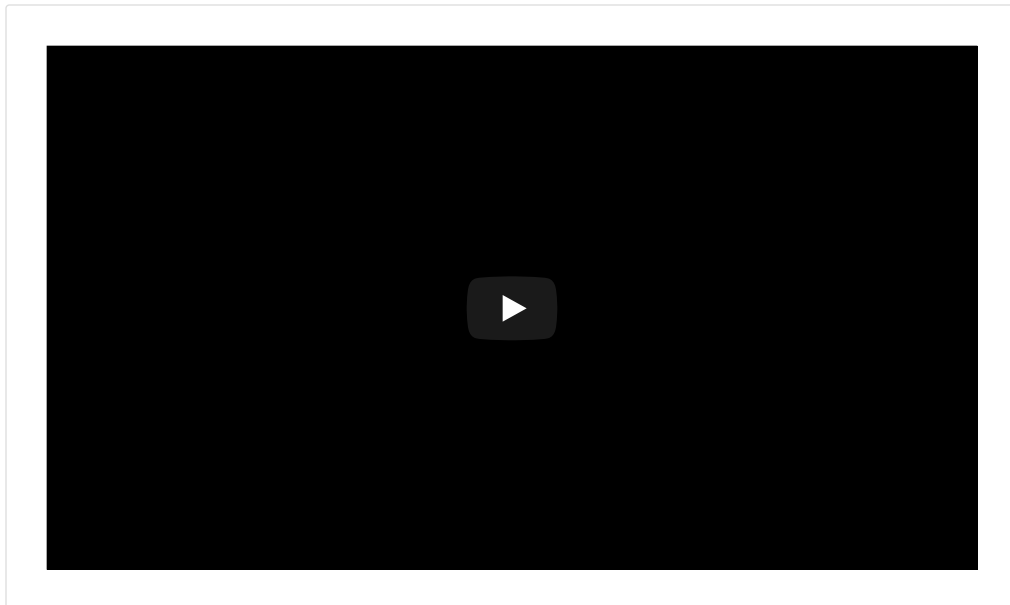


Fuente: captura de pantalla de Musifica (<https://bit.ly/3y2URLr>).

Cabe resaltar el papel que juega nuestra audición como canal receptor que determina cómo percibimos dichas cualidades.

A continuación, te dejo un video sobre este sistema:

Video 4: Sistema auditivo



Fuente: Natalia Núñez. (6 de abril de 2021). *Sistema auditivo*. [Video de YouTube]. <https://youtu.be/ygTjCqCO0cM>

¡Nos ponemos a prueba nuevamente! Hagamos un repaso...

¿Dónde se encuentra la laringe?

- En el sistema articulatorio.
- En el sistema digestivo.
- En el sistema respiratorio.
- En el sistema de resonancia.

SUBMIT

¿Cuántas cuerdas vocales tenemos?

- Dos.
- Tres.
- Cuatro.
- Seis.

SUBMIT

¿Cuál es la función principal de la laringe?

- Producir sonido.
- Proteger la vía respiratoria.
- Hacer que el sonido se perciba más fuerte.
- Mejorar la pronunciación para el habla.

SUBMIT

CONTINUAR

Sistema de resonancia

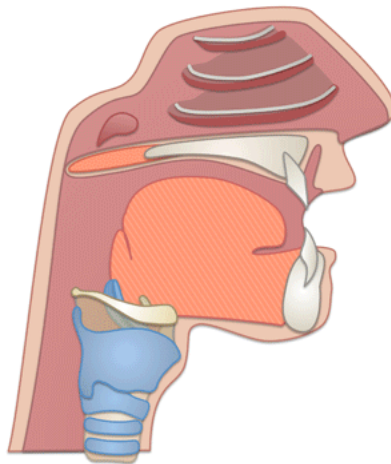
❗ ¿Qué es lo que hace que lleguemos a confundir el timbre de voz de una persona con el de otras (sobre todo si son familiares)?

¿Cómo podemos imitar voces llegando a lograr parecidos?

Para responder a estas preguntas, debemos adentrarnos en el maravilloso mundo de los **resonadores**.

El **sistema de resonancia** amplifica y transforma el sonido que se origina en la laringe, dándole brillo y armónicos. Ahí es donde el sonido adquiere las cualidades tímbricas propias de cada voz.

Figura 11: Tracto vocal: compuesto por resonador faríngeo, nasal y bucal



Fuente: captura de pantalla de Vocalcoaching (<https://bit.ly/3gaf6AL>).

Cada persona tiene un sistema resonancial diferente que hace a esa voz única.

Los resonadores con mayor influencia son:

Faringe

Resonador principal de la voz con la participación de la parte posterior de la nariz y de la boca.

Resonadores nasales

Nariz y senos paranasales (cavidades óseas que se encuentran por detrás de la cara, entre la mandíbula superior y la frente).

Resonadores faciales

Paladar óseo, porción posterior de la boca (orofaringe).

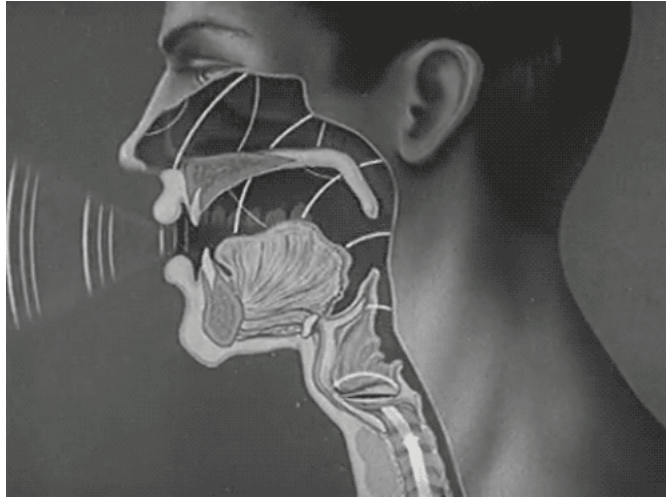
¿Sabías que...?

El sonido varía cuando modificamos la apertura del maxilar inferior, cuando cambiamos la posición de la lengua o los labios y al elevar o descender la laringe. Por consiguiente, la amplitud del tono y el timbre de la voz, dependen más de la calidad de los resonadores que de los propios pliegues vocales. (Preparadores, s.f., <https://bit.ly/3gdiuLn>).

Fonotip:

“Las cavidades pequeñas tienden a reforzar la amplitud de los sonidos más agudos y las cavidades grandes refuerzan la amplitud de los sonidos más graves” (Moreno Méndez, 2018, <https://bit.ly/2VZfhh2>).

Figura 12: Tracto vocal y sus cavidades de resonancia en vibración



Fuente: [Imagen sin título sobre tracto vocal]. (s.f.). Recuperada de <https://bit.ly/3xZlyRs>

CONTINUAR

Sistema articulatorio

Seguramente, no te has puesto a analizar cómo hacemos para articular cada sonido al momento de hablar. Pero lo cierto es que este sistema es un complejo mecanismo formado por una serie de órganos que actúan en relación para lograr lo que nosotros conocemos como **articulación**.

¡Hágalo usted mismo!

Te invito a que frente a un espejo puedas observar los movimientos que hacen tus labios, lengua, velo del paladar y mejillas al momento de pronunciar algunas palabras. Puedes probar con mamá, papá, agua, jabón, melón, lata, etcétera.

“En el tracto vocal, existen **múltiples partes que se mueven** de diversas maneras para **cambiar el tamaño y la forma del mismo y modular todos los sonidos** que escuchamos” (Vocal Studio, s.f., <https://bit.ly/2VVmPMv>).

Estas partes móviles se llaman articuladores. Los conocemos brevemente.

1

Labios: se usan en la producción de muchas consonantes: /p/, /b/, /m/, /w/, /f/, /v/.

Fonotip:

La manera en que movés los labios (sacar hacia afuera, abrir mucho, estirar lateralmente, etcétera) afecta a la pronunciación, sobre todo de las vocales.

Probá frente a un espejo decir de manera continua las vocales e ir cambiando la posición de los labios, escucha lo que sucede.

2

Dientes: se usan para pronunciar las consonantes /f/ y /v/, /d/, /t/.

3

El paladar duro: es la parte dura en el “techo” de la boca. Cuando cerrás la boca, la lengua está seguramente reposando plana y tocando el paladar duro. La lengua contacta o se aproxima mucho al pronunciar los sonidos /l/, /r/,/n/.

4

Paladar blando: es la parte más blanda del “techo” de la boca, situado detrás, y como una continuación del paladar duro. También se la llama velo del paladar. Puedes tocarlo con la parte posterior del cuerpo de la lengua, como cuando pronuncias los sonidos /k/, /g/, y /j/.

5

Lengua: “es la estrella de este sistema. Es el articulador más maleable e influyente. Trabaja en la producción de casi todos los sonidos, tanto vocales como consonantes” (Vocal Studio, s.f., <https://bit.ly/2VVmPMv>).

6

El maxilar inferior: se mueve de arriba a abajo y hacia los laterales, permite que la boca se abra y se cierre. Este movimiento también permite a la lengua alcanzar posiciones más bajas o altas, y crear espacio en el interior de la boca.

A su vez, podemos hacer una segunda clasificación en:

Partes duras fijas: son las partes óseas: el maxilar superior, los huesos de las fosas nasales, de los senos paranasales y de la bóveda palatina ósea, y los dientes.

Partes blandas móviles: son las paredes y músculos de la faringe, el velo del paladar blando, la lengua, las mejillas y labios. Con un solo hueso **móvil**, el maxilar inferior.

En cada uno de estos sonidos o fonemas (unidad mínima de sonido), que se producen al contactar un órgano articulador fijo con otro móvil, el movimiento de dicho mecanismo recibe el nombre de punto articulatorio y se identifica con órganos tales como los **dientes, la lengua, los labios, el paladar duro, el paladar blando y el velo del paladar**, que intervienen en la posición que adquieren los mismos al momento de emitir dicho fonema.

El **modo articulatorio** es cómo se relaciona la salida de aire al momento de salir hacia el exterior. El aire que sale genera cierta turbulencia a medida que se va proyectando y la condición de sonoridad da cuenta de que para la producción de un fonema u otro hay un cierto compromiso o no de la laringe, es decir, el sonido puede ser sordo (cómo en los fonemas explosivos, /k/, /p/) o sonoro (vocales).

Todos estos movimientos tienen una gran influencia en la modificación del timbre y el modo de utilizar nuestra voz cuando hablamos.

Te dejo un maravilloso video realizado a un cantante de ópera a través de una resonancia magnética sobre el funcionamiento del sistema resonancial y articulario:

Video 5: Look inside the head of a opera singer as he performs Wagner Live As He Performs



Fuente: Infinite Quotes. (8 de mayo de 2016). *Look inside the head of a opera singer as he performs Wagner Live As He Performs*. [Video de YouTube]. Recuperado de <https://youtu.be/f5SUhhfwxEI>

CONTINUAR

Conclusiones

Las sensaciones físicas que son producto de la actividad de la resonancia nos pueden ayudar a guiarnos en el uso correcto y óptimo de la voz. El conocimiento de las cavidades de resonancia y su funcionamiento nos permite realizar ajustes en beneficio de la calidad vocal y del rendimiento vocal. (Moreno Méndez, 2018, <https://bit.ly/2VZfhb2>).

CONTINUAR

Referencias

Moreno Méndez, A. (2018). Fisiología resonancial: conceptos clave para la rehabilitación vocal. *Revista Areté, 18* (2). Recuperado de <https://revistas.iberoamericana.edu.co/index.php/arete/article/view/1415>

[Imagen sin título sobre el acto respiratorio]. (s.f.). Recuperada de <https://bit.ly/2UuHLJt>

[Imagen sin título sobre tracto vocal]. (s.f.). Recuperada de <https://bit.ly/3xZJyRs>

Preparadores.ue. (s.f.). Voz humana. Recuperado de <https://www.preparadores.eu/secundaria/Musica/Musica-Tema.pdf>

Vocal Studio. (s.f.). Sistema articulador: ¿Cómo funciona la voz? Recuperado de <https://vocalstudio.es/2017/03/28/sistema-articulador/>

CONTINUAR

Descarga en PDF



Lectura 1.pdf
4.6 MB

