

Índice

PARTE I HACIA LA EUFONÍA

1. La Emisión Eufónica o Estado Ideal de Emisión	3
La práctica desarrolla la memoria muscular	3
La repetición “no mecánica”	3
Objetivos de la práctica	4
La teoría de los esfínteres	4
El andamio vocal	6
Circuito vocal sonoro	6
Musculatura intercostal activa	7
El efecto fotocopia	7
La actitud respiratoria y vocal para la emisión	7
2. La Fonoenergética	9
Señales vocales	10
Totalidad y estructura que contribuye a la fonoenergética	13
Psique-cuerpo-voz	13
Abrir la “garganta”	14
3. Eje Corporal - Eje Vocal. Trabajo corporal y respiratorio	17
Equilibrio óseo-muscular	18
La digitopuntura	18
Digitopuntura en cuello y nuca	19
Espalda	20
Cintura escapular	21
Cara	21
Cabeza	22
Automasaje	22
Reflexología	22

Estiramiento corporal	23
De pectoral y de trapecio	23
De columna	24
De cuello y nuca	24
La respiración	24
Mecanismo de la respiración	24
Modos respiratorios	26
Entrenamiento respiratorio básico y terapéutico	27
Dosificación aérea	29
Práctica de la dosificación aérea	30
Dosificación aérea durante la acción de caminar	30
Ejercitación de cabeza-cuello con dosificación aérea	30
Dosificación aérea con tiempos	31
Dosificación de la columna espiratoria sobre la base de los moldes vocalicos	31
Práctica propiamente dicha	31
Trabajo de coordinación del aire con vocales y consonantes sordas	33
Apoyo de la voz sobre la columna de aire	33
La respiración y su uso en el habla profesional (locutores, oradores, actores, docentes)	34
¿Por qué se le debe prestar atención?	34
¿Cómo se coordina el aire con la voz?	34
¿Que debe tener en cuenta el <i>actor</i> en cuanto a la respiración?	35
La intensidad o potencial vocal ¿Qué es?	35
¿Qué significa la <i>elocuencia del medio tono</i> o hablar <i>modulando</i> <i>pero bajito</i> ?	36
El manejo de las intensidades en la actuación	37
Trabajo con las intensidades	37
Emisión de las vocales a intensidad fuerte y muy fuerte	39
Ejercitación de las intensidades débil y muy débil	39
4. Impostación o colocación de la voz	41
Cualidades vocales generales	41
Otras cualidades vocales a tener en cuenta	43
Canales perceptivos	44
Regiones resonanciales	45
El contacto cordal y los diferentes tipos de fonación	46
Ataque	47
Final de la emisión	47
Pasaje de la voz hacia el registro agudo	48
Sonidos cubiertos	49

El uso de la cobertura en la terapéutica vocal	50
5. Mecanismo articulatorio. Elementos fonéticos y fonológicos de las vocales	51
Articulación	51
Órganos articulatorios	51
La mandíbula	51
Ejercicios para mejorar la movilidad de la mandíbula	52
Los labios	52
Ejercicios para mejorar la movilidad de los labios	52
La lengua	53
Ejercicios para mejorar la movilidad de la lengua	54
El velo del paladar	55
Ejercicios para mejorar la movilidad del velo palatino	55
Moldes vocálicos	56
Posiciones laríngeas	58
Puntos de resonancia palatina	59
Parámetros articulatorios de las vocales	59
Localización de la mayor constricción interna	59
Grado de la constricción interna	60
Grado de apertura oral	60
Color de las vocales	61
Caracterología de cada vocal	62
6. Técnica Vocal propiamente dicha	65
Las vocalizaciones	65
Como incorporar la colocación vocal en la emisión hablada	70
Trabajo con la voz salmodiada	70
Voz hablada hiper-expresiva	73
Voz hablada natural	74
Intensidades vocales	75
Gama de intensidades vocales	75
Entrenamiento de la voz en intensidad débil	75
Entrenamiento de la voz en las intensidades fuerte y muy fuerte	77
Posición corporal durante el trabajo vocal	78
Consejos para la higiene vocal	78
Otras consideraciones	79
7. Ejercitación vocal y “no vocal”	81
Ejercitación “no vocal” que contribuye a la eutonía del tracto vocal	81
Digitopresión y masaje en membrana tirohioidea	81

Bostezo con sonido y sin él	81
Moldes vocales y vocales áfonas	82
Puntos a tener en cuenta para el logro de la eufonía	82
Estimulación Auditiva Directa	84
Técnica	84
Objetivos terapéuticos	85

PARTE II

LA PATOLOGÍA VOCAL Y SU TERAPÉUTICA

8. Eufonía	89
La disfonía más allá de la utilización de la voz	90
El tono muscular	91
Configuración del tracto vocal - El efecto fotocopia	92
Fuerza negativa vs. fuerza positiva	92
Camino vocal incorrecto	93
Camino vocal correcto	93
Relación entre la cintura escapular y la cintura pélvica en el uso de la voz	94
9. Evaluación vocal	95
Cuestionario general	95
Comportamientos articulatorio y vocal	103
Búsqueda del tono vocal	109
Tono patológico y tono fundamental	109
Búsqueda del tono patológico	109
Encuentro del tono fundamental	110
Ubicación de las voces femeninas y masculinas	110
10. Disonías laríngeas y cordales	111
Hipofunción-hipofonación e hiperfunción-hiperfonación	111
Disonías	113
Hipotonía cordal pura con laringe eutónica	113
Hipotonía cordal pura con laringe hipertónica	114
Hipertonía laríngea con contacto cordal conservado	115
Hipertonía laríngea con hiperfunción cordal	115
Hipertonía laríngea con hipotonía cordal (producto de una hiperfunción)	116
Hipertonía laríngea con contacto de bandas ventriculares	116
Patología nodular	117
Pólipo cordal	119

Úlcera de contacto	120
Elementos que componen la disfonía	121
11. Distonías laríngeas y cordales. Su terapéutica	125
Hipotonía cordal pura con laringe eutónica	125
Como evitar el falsete	126
Hipotonía cordal pura con laringe hipertónica	126
Hipertonía laríngea con contacto cordal conservado	127
Hipertonía laríngea con hiperfunción cordal	127
Hipertonía laríngea con hipotonía cordal	128
Hipertonía laríngea con contacto de bandas ventriculares	129
Patología nodular	130
Pólipo cordal	130
Úlcera de contacto	130
El proceso de aprendizaje vocal	131
Retroceso vs. regresión	131
Crisis y mini-crisis vocales	131
¿Cómo puede manifestarse el retroceso en el trabajo vocal?	132
Beneficios del síntoma	132
Obstáculos terapéuticos	133
La autoasistencia vocal	133

Parte III

Vicios Vocales Frecuentes. Su Corrección

12. Defectos en la resonancia	137
Resonancia hipernasal e hiponasal	137
Hipernasalidad	138
Los fonemas nasales y los fonemas nasalizados	138
Diferencia entre la hiperrinofonía y la hiperrinolalia	138
La hipernasalidad en las disfonías	138
Uso de la resonancia nasal en el canto	139
La hipernasalidad como recurso oratorio no consciente	139
Detección de la hipernasalidad y de la hiponasalidad	139
Prueba de la oclusión nasal. Corrección	139
Hiponasalidad. Corrección	140
Voz engolada. Corrección	142
Entubamiento. Corrección	144
Emisión chata o desbordada. Corrección	145
“ <i>Poitrinage</i> ”. Corrección	147

Resonancia occipital. corrección	148
13.Otros defectos que alteran la eufonía	149
Defectos en el ataque	149
Ataque soplado	149
Ataque blando	149
Corrección para ambos casos	149
Ataque duro. Corrección	150
Defectos en el final de frase. Corrección	151
Defectos en la articulación	152
Articulación cerrada	152
Articulación blanda	152
Articulación exagerada	153
Corrección	153
Defectos en la respiración	153
Tipo costal superior con ascenso clavicular y sin él	153
Tipo intercostal con elevación superior	154
Tipo abdominal	154

Parte IV

La Disfonía en Niños y Adolescentes

14.Disfonía infantil	157
Tratamiento fonoaudiológico	158
15.La muda vocal	161
Características generales	161
Alteraciones vocales que se pueden presentar en el período de muda vocal	163
Muda incompleta	163
Muda no realizada	163
Tratamiento fonoaudiológico	163

Parte V

La Emoción y La Voz

16.Aspecto psíquico de las alteraciones de la voz	169
Desórdenes de la voz de origen emocional	169
Signos y síntomas de las disfonías	170

El concepto de “psicosomático”	172
Abordaje holístico de las distonías laríngeas y cordales	173
Veamos un caso clínico	174
La emoción desde el punto de vista de Jean Paul Sartre	179
La angustia	181
Tipos de personas que consultan	182
17.El dibujo de la voz	183
El porqué del dibujo	183
Tipos de dibujos que pueden aparecer	184
El dibujo como deseo	189
Los pacientes que intelectualizan	192
Niños	202

Parte VI

La Voz y el Habla Profesional

18.Test Elocutivo-Vocal	205
Test utilizado para evaluar la voz y el habla de las profesiones locutoras	205
Articulación y pronunciación	205
Elementos lingüísticos	210
Lenguaje corporal	210
19.El arte de hablar	213
Lengua, habla y lenguaje	213
Tipos de lengua	213
¿Qué es el habla?	214
¿Qué entendemos por lenguaje?	214
Funciones del lenguaje	214
La fonostilística	214
La fonética castellana	226
¿Qué es la fonética?	226
¿Qué es la coarticulación?	227
Facilidad de pronunciación	227
El sonido de la letra Y. El yeísmo rioplatense	228
Otros conceptos fonéticos importantes	229
20.Elementos de oratoria para el que desee hablar correctamente	231
¿Qué es realmente la oratoria?	231
Lo que dicen las palabras	232

¿Qué profesiones del habla respetan el Esquema Comunicativo Clásico y cuáles no?	233
21.El discurso del cuerpo en el habla	235
Gesto y movimiento	235
El cuerpo y sus códigos	236
El porte	237
La posición de los pies	238
Brazos y manos	238
El rostro	239
22.La entonación en el habla	241
El acento	241
¿Para qué sirve el acento?	241
Acento afectivo o enfático	242
La entonación	242
Figura tonal	244
¿Como se constituye sonoramente una frase?	244
Tipos de frases según la actitud del hablante	245
Niveles tonales (tonemas)	246
Unidades melódicas	247
La emoción en la entonación	247
Efectos musculares de la emoción	248
Ejercitación	248
23.Figuras elocutivas. Figuras de dicción. El Español Neutro	253
Figuras elocutivas	253
Genero oratorios	257
Figuras de dicción	259
Algunos fenómenos de la lengua oral	260
El Español neutro	263
24.La entrevista pública o reportaje	265
El momento de la entrevista	265
La entrevista radiofónica	266
La entrevista televisiva	266
Práctica de entrevista radiofónica y televisiva	267
25.El lenguaje radiofónico y sus códigos	269
Otros elementos que se deben tener en cuenta cuando se habla desde la radio	271

26.El uso del micrófono	273
¿Cómo debe ser una voz microfónica?	273
El sonido de las S, F y CH	274
El “pepeo”	274
El sonido de la Y en el castellano rioplatense	274
27.Defectos y vicios frecuentes en los profesionales de la voz y el habla	275
Defectos de articulación y dicción	275
Tipos articulatorios incorrectos	276
Defectos de respiración	278
Defectos de resonancia	278
Defectos en la altura de la voz	278
Defectos en el ritmo del habla	279
Defectos en la expresividad del habla	280
Defectos en la entonación y acentuación	281
Defectos en el inicio de la frase	281
Defectos en el final de la frase	281
Defectos en la intensidad o potencia de la voz	282
Defectos en el volumen de la voz	282
Problemas para proyectar la voz	283
Defectos en el timbre de la voz	283
28.Objetivos buscados en el entrenamiento	283
Objetivos	283
Equilibrio corporal	283
Respiración	283
Articulación	284
Colocación vocal	284
Modulación y entonación	284
Intensidades vocales	284
Alturas vocales	284
Ritmo y velocidad	285
Proyección vocal	285
Pausas y silencios	285
Voz microfónica	285
29.Programa de entrenamiento para voces sanas	287
Articulación y dicción	287
Palabras y frases con la misma vocal	287
Consonantes	290

Destraba lenguas	291
Grupos vocálicos	294
Práctica del ritmo y la velocidad	298
Práctica de las intensidades	299
Práctica de las pausas y silencios	300
Práctica de las alturas vocales	301
Práctica de la proyección vocal	302
Práctica de la entonación	302
Práctica de la lectura en voz alta	303
Práctica de la recitación	304
Técnica sencilla de relajación para todo aquél que quiera hablar en público	310

Parte VII La Voz Actoral

30.El actor	317
¿Qué significa ser actor?	318
31.Cambios vocales y tipos de voces de acuerdo a los personajes	321
Voz de niño/a	321
Voz muy grave	321
Voz de anciano/a	321
Risa	322
Voz gutural	323
Voz desbordada e histérica	323
Voz murmurada o susurrada	323
Voz de resfriado	323
Voz hipernasal	324
Llanto y habla durante el llanto	324
Voz opaca	324
Voz afeminada	324
Voz de persona de clase social “acomodada” (Argentina)	324
Voz de barrio (Argentina)	325
Habla de persona con problemas articulatorios	325
Elementos vocales que juegan en cada tipo de voz	325
32.Programa de entrenamiento para actores con voces sanas	329
Trabajos con las alturas tonales	329
Articulación - Aire - Voz	331

Práctica rítmica	335
Calentamiento vocal	336

PARTE VIII

La voz del docente

33. La voz del docente	341
Maestros/as de jardín de infantes	341
Patologías más frecuentes	342
Docentes de grado	342
Profesores de escuela media (secundario) y universitario	343
Profesores de educación física	343
Características de emisión	343
Patologías mas frecuentes	344
Docentes de música	344
Animadores de fiestas	344
Guía práctica para el entrenamiento de la voz del docente	344
Algunos “consejitos” para los docentes	345
34. Bibliografía	347