



La nota del día



Bloque 3

La VOZ y el canto

33

Sesión

Aire de canciones

Eje: Apreciación



La nota del día

Al final del segundo bloque reflexionaste acerca de la relación que existe entre la música y la danza, así como entre esta última y el ser humano. Aprendiste que la danza es, quizá, parte de la naturaleza del hombre como ser viviente. Sin duda, el canto guarda la misma relación con el género humano que la danza. Muchas especies animales, desde pequeñas aves hasta las enormes ballenas, emiten "cantos" compuestos de sonidos de distintas duraciones, timbres y alturas.

Desde las primeras culturas de la historia el ser humano ha cantado. Las mujeres y los hombres le han cantado a la naturaleza, a lo desconocido, al amor y a la vida para exteriorizar sus emociones, como la alegría, el enojo, la esperanza o la tristeza.

Todas las personas oyen cantos, ¡algunos aun antes de nacer!, y todos canturrean o tararean al menos una canción a lo largo de su vida. Cualquiera que posea cuerdas vocales sanas es capaz de cantar de forma melodiosa y agradable con el entrenamiento adecuado. Hay personas que, en efecto, cantan con mucha naturalidad, pero a quienes les cuesta trabajo, basta con que desarrollen una adecuada *técnica vocal*.

La técnica vocal es el dominio que se tiene del aparato fonador para emitir los mejores sonidos posibles al cantar. Muchos elementos intervienen en la técnica del canto, como las cuerdas vocales, la boca, la caja torácica o el aire.

34

Sesión

Inhala... exhala

Eje: Apreciación



La nota de cada día

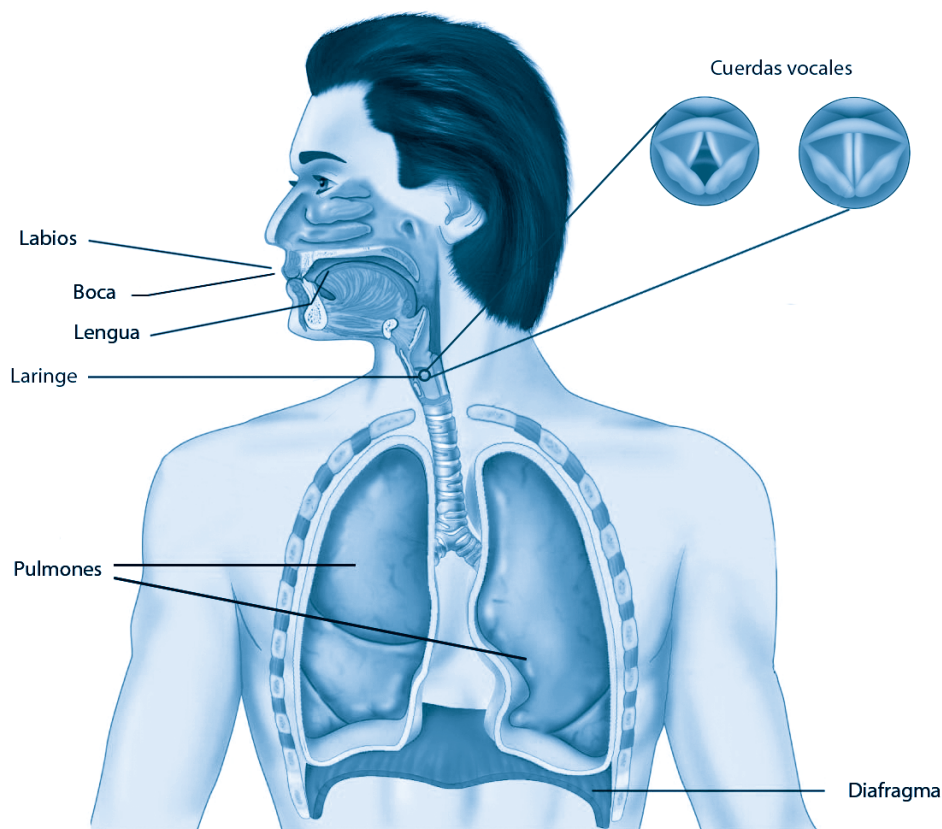
En la sesión anterior comenzaste a trabajar con el aire. El aire es el alma de la técnica vocal y su cuerpo es el *aparato fonador*, el cual produce la voz. Dicho aparato está integrado por las siguientes estructuras anatómicas: los labios, la boca, la lengua, la laringe (en específico, las cuerdas vocales), los pulmones y el diafragma.

El aire entra al cuerpo al inhalar, recorre la faringe, llena los pulmones —que se apoyan en el diafragma—, y al exhalar, el aire pasa en un flujo continuo por las cuerdas vocales y las hace vibrar. Por último, el sonido sale por la boca al cantar. La descripción anterior es un retrato muy básico de cómo funciona el aparato fonador. La técnica vocal es un poco más compleja, pero con esto bastará para que comiences a crear imágenes en tu mente que te ayudarán a controlar tu *fonación*.



Glosario

fonación. Emisión de la voz.



¿Recuerdas el video de la sesión anterior? Imagina que la pelota es tu voz y que ésta será persistente y controlada mientras mantengas un flujo de aire bien apoyado y constante.

35
Sesión

Canto a mí mismo

Eje: Apreciación



La nota del día

Dos músculos importantes forman parte del aparato fonador: el diafragma y las cuerdas vocales. Como todo músculo, necesitan ejercitarse para estar en buenas condiciones. Los ejercicios del globo te ayudarán a fortalecer el diafragma y el paso adecuado del aire por las cuerdas las mantendrá saludables. Toma en cuenta que, cuando gritas, las cuerdas se presionan mucho entre ellas, se colapsan y vibran con mucha dificultad, esto, con el tiempo, puede provocar que las cuerdas se lastimen e incluso sangren por la constante fricción. También es posible que desarrollen nódulos, que son afecciones similares a los callos generadas por el uso inadecuado de las cuerdas.

Cantar forzado o "empujado" provoca inflamación y con las cuerdas lastimadas no se puede tener una correcta emisión vocal. Por todo lo anterior, debes tener mucho cuidado con el manejo de tu aparato fonador y mantenerlo en forma; si te interesa cantar, debes practicar los sencillos ejercicios de las sesiones anteriores varias veces durante todos los días.

Bloque 3

36

Sesión

Ésta es mi voz

Eje: Apreciación



La nota del día

Recuerda que puedes encontrar las cualidades de cada sonido, es decir, su altura, duración, intensidad y timbre. Esta última es muy especial en el caso de la voz y es, quizá, el atributo que más destaca en ella. Digamos que todos los violines tienen un timbre muy parecido, casi idéntico, lo mismo pasa con las guitarras y demás instrumentos; pero con la voz humana ocurre que, aunque todas las personas poseen un aparato fonador compuesto por los mismos órganos, no producen timbres iguales. Los timbres en las voces son muy diferentes y esto se debe a que ningún ser humano es igual a otro, además, en el timbre vocal intervienen factores como la complexión, la edad, los hábitos, la salud, la fuerza, entre otros.

37

Sesión

La clasificación de las voces

Eje: Apreciación



La nota del día

Las voces humanas han sido clasificadas, en principio, como femeninas, masculinas e infantiles. La voces femeninas y las infantiles suelen ser agudas, y las masculinas pueden ser agudas o graves.

La siguiente clasificación es más específica.

Voces femeninas

Soprano: es la más aguda de las voces, tiene un color brillante.

Mezzosoprano: puede cantar notas agudas y graves, aunque su color tiende a ser más oscuro que el de la soprano.

Contralto: es la voz femenina más grave.

Voces masculinas

Tenor: es la voz más aguda entre las voces de los hombres.

Barítono: es una voz intermedia, tiende a ser grave y de color oscuro.

Bajo: es la más grave de todas las voces.

Voces infantiles

Las voces de los niños y niñas son llamadas *blancas* y siguen la misma clasificación de las voces femeninas hasta los 12 años, aproximadamente, luego de esa edad viene el cambio de voz, sobre todo en el caso de los varones. Es decir, tanto niños como niñas cantan en la región aguda, con el color de voz de una mujer.

**38**

Sesión

Aire de canciones

Eje: Apreciación



La nota del día

Aunque no escuches cantar a las personas, puedes clasificar sus voces dentro de las categorías que ya conoces. Hay personas que hablan muy agudo y otras cuya voz es grave y profunda. Lo mismo que al cantar, la voz hablada es reflejo de la complexión y de muchas otras características del hablante. Una persona de baja estatura y delgada puede tener unas cuerdas vocales pequeñas y entonces es posible que su voz sea aguda. Existen personas muy altas, con un cuello grande, las cuales suelen poseer cuerdas muy gruesas y entonces su voz es grave. También los hábitos se ven reflejados en la voz. Una voz rasposa y lastimada puede provenir de una persona que grita mucho o que fuma o bebe en exceso, todas ellas son condiciones que inflaman e irritan las cuerdas vocales.

39

Sesión

Voces en tu entorno

Eje: Apreciación



La nota del día

Hasta hace un siglo, aproximadamente, no existía tanta oferta musical como en la actualidad. La ausencia de tecnología no permitía acceder a propuestas musicales de todo el mundo. Antiguamente, si deseabas oír música en tu casa, sólo tenías las opción de aprender a tocar un instrumento o de escuchar a un familiar o amigo cantar o tocar.

Hoy, gracias a internet y a los medios de comunicación, prácticamente no hay género ni estilo musical que no puedas conocer y disfrutar. Los artistas han tenido que incrementar su creatividad en la búsqueda de originalidad, ello ha derivado en una enorme variedad de posibilidades expresivas de la voz humana. Hay voces casi para cada género: *bolero*, *pop*, *hip-hop*, *metal*, *rock*, etcétera. Hasta hace unas décadas la preparación vocal era más estandarizada.



40

Sesión

Cantos a México

Eje: Apreciación



La nota del día

Muchos habitantes de este país dicen conocer bien el Himno Nacional Mexicano, sin embargo, quizá si varios ciudadanos lo cantaran de manera individual, sin acompañamiento alguno, nos daríamos cuenta de que hay imprecisiones en la letra y muchas de las notas no están bien afinadas.

Por lo anterior, la *escucha activa* del Himno y de otros cantos cívicos se vuelve indispensable para aprender bien todas la notas y pronunciar correctamente cada una de las palabras de su letra.

El Himno Nacional Mexicano es oficial desde 1943, y a partir de 2005, también de manera oficial, puede cantarse en las lenguas indígenas que se hablan a lo largo y ancho del territorio mexicano.

41

Sesión

¡A vocalizar!

Eje: Expresión



La nota del día

Todos los atletas empiezan sus entrenamientos con un calentamiento muscular que prepara su cuerpo para un trabajo arduo: así evitan percances, como los desgarres. Primero estiran los músculos poco a poco antes de realizar movimientos un poco más bruscos.

Con la voz ocurre lo mismo cuando hay que prepararla para cantar. Antes de ejecutar cualquier pieza debes mover un poco las cuerdas vocales y preparar tu aire, ya que cuando das notas agudas requieres un poco más de energía y si tu aparato fonador no está listo puedes lastimar tu garganta y tener que dejar de cantar por un periodo prolongado mientras te recuperas.

La vocalización consiste en ejercicios melódicos que siguen patrones y cuya finalidad es alistar el aparato fonador para distintas tareas vocales. Existen ejercicios de vocalización para preparar notas agudas, para controlar el aire o para cantar muchas notas sobre una sola vocal.

**42**

Sesión

Dos voces que cantan

Eje: Expresión



La nota del día

Una cualidad que deben tener los cantantes es poder cantar junto a otros intérpretes que ejecuten al mismo tiempo melodías diferentes o parecidas sin perder la afinación.

Como debiste revisar en sesiones anteriores, toda actividad musical mezcla varias capacidades. Al cantar, no sólo aplicas la técnica vocal ni involucras únicamente los órganos que conforman el aparato fonador. El ritmo y la afinación también son elementos fundamentales para cantar bien, el primero depende de tu coordinación y sensibilidad y el segundo de tu oído. Es necesario que tengas esto presente para dedicar tiempo y atención a todas las actividades y ejercicios que desarrollan tus habilidades musicales.

43

Sesión

Afinadito soy yo

Eje: Expresión



La nota del día

Hay muchas personas que pueden **afinar** perfectamente una melodía en sus mentes, o en su oído interno; es decir, conocen perfectamente las características melódicas de una canción o tema musical, pero al intentar cantar no logran alcanzar la altura de las notas y entonces cantan de forma desagradable.

Muchos factores pueden desencadenar el fenómeno anterior, pero hay dos que suelen ser los más comunes: en primer lugar, es posible que quienes conocen las canciones no practiquen con frecuencia, por esa razón el oído y la voz no están acostumbrados a trabajar juntos. Es como aprender a andar en bicicleta, quizá la mente ya entendió que hay que buscar equilibrio; y aun con todas las certezas mentales, cuando nos subimos por primera vez a una bicicleta solemos caer, hasta que la mente y el cuerpo trabajen juntos.

El segundo motivo por el que se suele desafinar es por un mal uso de la técnica vocal. Si ocupas poco aire o si exageras o empujas el flujo del aire (casi gritando), las cuerdas vocales no darán la nota exacta que estás imaginando. Una buena afinación es un signo de que estás dominando la técnica.



Glosario

afinar. Entonar o cantar con precisión la altura de las notas.

44

Sesión

La hora de las canciones

Eje: Expresión



La nota del día

Cuando te sientes nervioso pierdes cierto dominio de tu cuerpo y experimentas cambios y sensaciones que no ocurren al estar tranquilo. Algunas personas sienten temblores debido a los nervios o comienzan a sudar y a sentirse incómodos. Hay quienes sienten que la garganta se les cierra o perciben un hueco en el estómago. Todas esas reacciones afectan el funcionamiento del aparato fonador. Los temblores afectan los músculos (el diafragma y las cuerdas vocales son músculos), el calor altera la respiración y con la garganta cerrada o apretada las cuerdas no podrán vibrar.

Por eso la técnica vocal debe aplicarse tanto en los ejercicios preparatorios y vocalizaciones como al estar frente al público y sentirse nervioso. Mientras más enfrentes al público, más acostumbrarás a tu aparato fonador a responder aun en las situaciones más estresantes.

45

Sesión

¡Al grito de guerra!

Eje: Expresión



La nota del día

Los aspectos que debes revisar para una correcta interpretación del Himno Nacional Mexicano son muchos. Entre ellos están la *dicción* y la *articulación*, que están relacionadas con la pronunciación correcta y clara de todas las palabras para que los oyentes puedan entender sin problemas la letra que se está cantando.

Ritmo. En toda canción debes hacer que las notas tengan su duración exacta. Es común que las notas largas se acorten y no debe ser así.

Afinación. Debes poner mucha atención a las pistas o los apoyos melódicos que tengas del Himno. Nunca grites; aunque creas que ya te sabes bien la pieza, si saturas tu oído con sonido no podrás tener referencias para cerciorarte de que estás cantando las notas correctas. Si nunca has revisado a detalle las notas, ¿cómo sabes que conoces bien la melodía?

Matices. Los matices se refieren a los volúmenes que produces al cantar. Es imposible que en una canción todo se cante fuerte o todo suave. Hay momentos de contraste y de pasajes que van de lo suave a lo agudo, y viceversa, para hacer la música más interesante.

**46**

Sesión

Voces a la medida

Eje: Contextualización



La nota del día

Hay quienes dicen que el canto es una extensión de la palabra hablada; esto es, cuando la expresividad de las palabras es muy exacerbada, entonces comienza el canto. Las letras de las canciones están muy familiarizadas con los poemas, son textos cortos en los que se reflejan las emociones humanas. Un buen cantante no es quien puede dar las notas o quien posee un hermoso timbre de voz, sino aquel que además es capaz de impregnar de emoción las palabras de las canciones, a veces, esta capacidad expresiva es lo más importante, es lo que ha hecho populares, famosos e inolvidables a muchos intérpretes vocales.

47

Sesión

Canciones cerca de mí

Eje: Contextualización



La nota del día

Las manifestaciones musicales de una región a se ven influidas por sus tradiciones, cultura, historia, creencias y ¡hasta por el clima! Muchas canciones de una zona geográfica específica hablan sobre los paisajes, las estaciones, los animales, la vegetación, los fenómenos meteorológicos o las cosechas.

Las voces y su expresividad también son influidas por el entorno. Por ejemplo, en las tierras cálidas surgen las voces agudas, ya que el calor expande las moléculas de las cuerdas y las hace más flexibles. De forma contraria, en la regiones frías las voces graves, como las del bajo, son las más comunes. Recuerda que con el frío las moléculas se contraen y los músculos pierden flexibilidad. Lo anterior no debe tomarse como una norma ya que, como vimos en sesiones pasadas, la complejidad y la genética también influyen en la voz de los habitantes de una región.

48

Sesión

La historia de un himno

Eje: Contextualización



La nota del día

El Himno Nacional Mexicano nació en 1853. El entonces presidente, Antonio López de Santa Anna, ordenó que se invitara a escritores para que propusieran la letra y el ganador fue el poeta Francisco González Bocanegra, quien al principio no estaba del todo interesado en participar. Una vez que se tuvo la letra, se convocó a los compositores del país para obtener la música. El ganador fue el compositor Jaime Nunó, de origen español, quien se dedicaba a componer muchas obras para bandas militares, de ahí el carácter marcial de nuestro Himno Nacional Mexicano.