



Nombre: _____ Sección: _____

Exploración de la Fisiología y Expresividad de la Voz en el Canto

Educación Musical – Semana 7 - Séptimo Grado

Introducción

La voz humana es uno de los instrumentos más fascinantes y complejos que existen. Para cantar con calidad, no basta con tener buen oído musical: es indispensable comprender cómo funciona nuestro cuerpo al producir el sonido. En esta clase exploraremos la anatomía de la voz, las cavidades que amplifican el sonido y los tipos de respiración que todo cantante debe conocer y practicar.

1. Las Cavidades Resonadoras: Bucal, Nasal y Torácica

Cuando cantamos, las cuerdas vocales producen un sonido inicial que por sí solo es muy débil. Son las cavidades resonadoras del cuerpo las que amplifican, enriquecen y dan color a ese sonido. Existen tres cavidades principales que todo cantante debe conocer:

a) Cavidad Bucal

La boca es la cavidad resonadora más versátil del cuerpo. La lengua, los labios, los dientes, el paladar duro y el paladar blando (velo del paladar) trabajan juntos para moldear el sonido y articular las palabras. Al abrir bien la boca y posicionar correctamente la lengua, el cantante puede mejorar notablemente la claridad y proyección de su voz. Una boca tensa o poco abierta produce un sonido apagado y poco resonante.

b) Cavidad Nasal

Las fosas nasales y los senos paranasales (espacios huecos dentro de los huesos del cráneo) funcionan como cajas de resonancia naturales. Cuando el sonido vibra en estas cavidades, la voz adquiere brillo y profundidad. Los cantantes que “colocan” su voz en la máscara (zona de la nariz y los pómulos) logran un sonido más proyectado y luminoso. La resonancia nasal es especialmente importante en los tonos agudos.

c) Cavidad Torácica

El pecho y la traquea actúan como resonadores en los tonos graves. Cuando colocamos la mano sobre el pecho mientras cantamos notas bajas, podemos sentir la vibración del sonido. Esta resonancia torácica le otorga a la voz un timbre cálido, oscuro y potente. En voces graves como el bajo o la contralto, esta cavidad tiene un papel especialmente importante.

2. Tipos de Respiración en el Canto

La respiración es el motor del canto. Sin un adecuado manejo del aire, es imposible mantener frases largas, controlar la afinación o proyectar la voz. Existen tres tipos principales de respiración, cada uno con características y efectos diferentes en el canto:

a) Respiración Clavicular

Es el tipo de respiración más superficial. En ella, al inhalar, los hombros y las clavículas suben visiblemente, mientras que la parte inferior de los pulmones apenas se llena de aire. Este tipo de respiración es ineficiente para el canto, ya que proporciona muy poco volumen de aire, tensa los músculos del cuello y la garganta, y dificulta la producción de un sonido fluido y sostenido. Debe evitarse al cantar.

b) Respiración Diafrágica

Es la respiración más recomendada para el canto. El diafragma es un músculo en forma de cúpula ubicado debajo de los pulmones. Al inhalar, el diafragma desciende y se aplana, permitiendo que los pulmones se expandan completamente hacia abajo. El abdomen sobresale ligeramente hacia adelante. Al exhalar de forma controlada, el diafragma sube lentamente, empujando el aire de manera uniforme hacia las cuerdas vocales. Este control es lo que permite al cantante sostener notas largas y regular el volumen y la intensidad de la voz.

c) Respiración Abdominal

Está muy relacionada con la diafrágica y a menudo se usan como sinónimos en la pedagogía vocal. En la respiración abdominal, el énfasis está en la expansión visible del vientre al inhalar, con una participación activa de los músculos abdominales al exhalar. Esta técnica, combinada con la respiración diafrágica, permite al cantante tener un mayor soporte de aire, lo cual se traduce en mayor potencia, estabilidad en la afinación y menor fatiga vocal.

Leer y escribir: el primer paso para transformar vidas

San José, Montes de Oca, San Pedro, del Banco Popular 50 m. Oeste y 150 m. Norte



2280-0232



lic.josejoaquinvargascalvo@mep.go.cr



Liceo José Joaquín Vargas Calvo



Sección de Ejercicios

Parte A: Selección Única

Instrucciones: Encierre en un círculo la letra de la respuesta correcta.

1. ¿Cuál cavidad es la más versátil para moldear el sonido al cantar?

- a) La cavidad torácica
- b) La cavidad bucal
- c) La cavidad nasal
- d) Los senos paranasales

2. ¿Qué tipo de respiración debe EVITARSE al cantar por ser la más superficial?

- a) Respiración abdominal
- b) Respiración diafragmática
- c) Respiración clavicular
- d) Respiración intercostal

3. ¿En qué zona del cuerpo se siente más la resonancia cuando se cantan notas graves?

- a) En la nariz y los pómulos
- b) En la boca y la lengua
- c) En el pecho y la tráquea
- d) En los hombros y las clavículas

4. ¿Qué tipo de timbre vocal produce principalmente la resonancia torácica?

- a) Agudo y brillante
- b) Cálido, oscuro y potente
- c) Nasal y estridente
- d) Débil y tembloroso

5. ¿Cómo se llama el músculo en forma de cúpula que controla la respiración al cantar?

- a) El paladar blando
- b) El diafragma
- c) Las cuerdas vocales
- d) La traquea

6. ¿Qué ocurre con el abdomen cuando se hace una respiración diafragmática correcta al inhalar?

- a) Se hunde hacia adentro
- b) Sobresale ligeramente hacia adelante
- c) No presenta ningún cambio visible
- d) Los hombros suben visiblemente

7. ¿Qué le ocurre a la voz cuando la boca está tensa o poco abierta al cantar?

- a) El sonido se vuelve más brillante
- b) La afinación mejora automáticamente
- c) El sonido resulta apagado y poco resonante
- d) La voz se vuelve más grave

8. ¿Cuál de los siguientes beneficios ofrece combinar la respiración diafragmática y abdominal al cantar?

- a) Mayor tensión en el cuello y la garganta
- b) Menor control del volumen
- c) Mayor potencia, estabilidad en la afinación y menor fatiga
- d) Dificultad para sostener notas largas

Parte B: Cuestionario de Respuesta Breve

Instrucciones: Responda de forma breve y con sus propias palabras.

1. Explique por qué la respiración clavicular no es adecuada para el canto.

R/: _____

2. ¿Qué sucede con el diafragma cuando inhalamos correctamente para cantar?

R/: _____

3. Mencione DOS ventajas de utilizar la resonancia nasal al cantar notas agudas.

R/: _____

4. Describa cómo reconocería en otra persona si está usando respiración clavicular en lugar de diafragmática.

R/: _____

Leer y escribir: el primer paso para transformar vidas

San José, Montes de Oca, San Pedro, del Banco Popular 50 m. Oeste y 150 m. Norte

