Vocalizando al coro antes de cantar

Carmen Moreno, profesora de canto y directora
Revisado por Carmen Torrijos, España

La vocalización no es más que una serie de ejercicios de distintos intervalos que realizamos para adquirir la comprensión de los movimientos estratégicos de: caída de la mandíbula, labios, comisuras de los labios, colocación del sonido y respiración, denominados en conjunto: **técnica vocal**, que aplicaremos a los intervalos que encontraremos en la obra que vamos a cantar. La posición de la boca segundos antes de iniciar el ejercicio es muy importante:

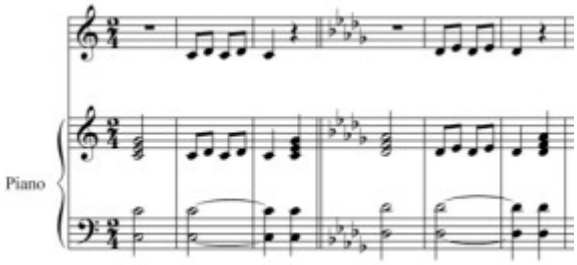
MOUTH: INITIAL POSITION
DROPPING THE JAW

¿Por qué debemos vocalizar? Para que los músculos tengan energía y adquieran la tonicidad muscular ideal para cantar. Los músculos, para sus movimientos, requieren de energía. A nivel bioquímico esa energía proviene del ATP (adenosin trifosfato) procedente del metabolismo de carbohidratos y grasas. Con los ejercicios de vocalización, se activa el metabolismo muscular para obtener energía del ATP. Este ATP es hidrolizado por una enzima para desencadenar el desplazamiento

de la actina, que da lugar al inicio del movimiento muscular. Durante esta hidrólisis del ATP se libera calor (energía térmica). Esta energía térmica liberada genera una entrada en calor de la musculatura del cuello, cara, laringe y faringe, aumentando así la velocidad de los movimientos necesarios para cantar. De esta forma, se adquiere la tonicidad y eficiencia mecánica de los músculos para cantar, razón por la cual los aficionados del canto utilizan el término “calentamiento” para referirse al ejercicio vocal o vocalización. La musculatura adquiere la tonicidad adecuada para realizar cualquier intervalo a cantar.

El director del coro debe tener una serie de ejercicios previamente seleccionados, comenzar la vocalización por un ejercicio de intervalos cortos (intervalos de 2ª por ejemplo) e ir subiendo por semitonos hasta una altura tonal prudente para cada una de las voces (sopranos, altos, etc.) y luego descender hasta el acorde de inicio del ejercicio de cada voz. Además, debe explicar el objetivo del ejercicio, demostrar cómo se realiza y corregir en particular o en general los errores que observe durante el desarrollo de su realización.

Fig.2 Ejercicio vocalización: intervalos 2ª



La selección de la altura tonal del acorde inicial del ejercicio es una decisión que debe tomar el director en función de las voces.

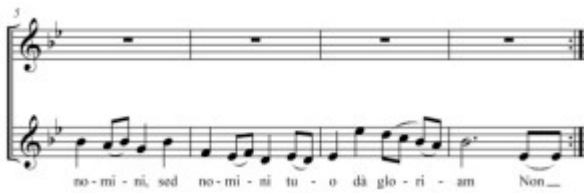
Debe continuar la vocalización con un ejercicio de intervalos de tercera. De esta manera la musculatura implicada se van

preparando progresivamente. No es recomendable comenzar la vocalización por un ejercicio de intervalos largos. Un esfuerzo por la elevada intensidad de un sonido sin tener preparada la musculatura de la faringe y laringe puede provocar micro-rupturas en las fibras musculares, y esto realizado repetidas veces puede generar una lesión mucho más grave. Continuará entonces la vocalización con ejercicios de intervalos de 4ª, 5ª, etc. hasta llegar a saltos de octavas y arpegios.

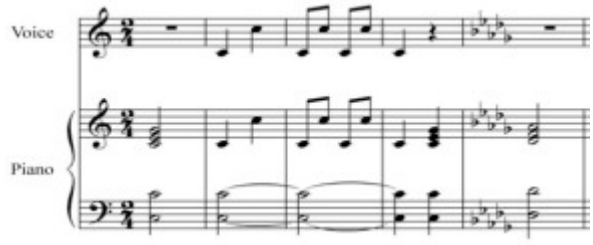
La vocalización debe tener una duración mínima de 30 minutos y puede realizarse nuevamente un ejercicio si el director lo considera necesario para facilitar la comprensión de algún intervalo de una obra.

Es el momento de realizar ejercicios de vocalización que faciliten la solución de posibles dificultades de emisión del sonido en ciertos intervalos de la obra musical a estudiar. En este sentido, el director habrá estudiado previamente la partitura de la obra y habrá analizado los posibles intervalos con dificultades para el coro. Puede perfectamente iniciar el estudio de una obra por el compás que él desee pero ha de preparar un ejercicio de vocalización que ayude a resolver el posible problema que pueda surgir al cantar la frase que contenga el intervalo o intervalos con dificultades.

Un ejemplo sencillo: Si el director observa o prevé una dificultad en el compás 7 de la obra: Non Nobis



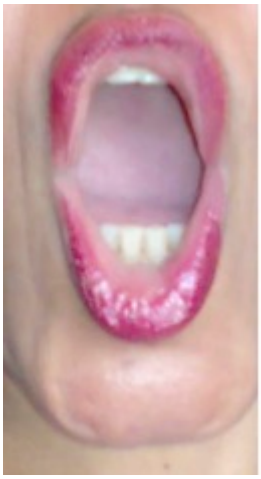
Entonces debe realizar un ejercicio de vocalización con saltos de octava:



El ejercicio de vocalización debe superar, en lo posible, la altura del mismo intervalo en la partitura a cantar. Durante la vocalización la musculatura de la cara, cuello y laringe, sincronizan sus movimientos y memorizan la forma de realizar un intervalo tal como lo hacen las manos de un pianista. De tal manera que cantar significa aplicar esa habilidad comprendida durante la vocalización. La interpretación es otra cosa, es colorearla con el estilo etc, etc, pero la base técnica será siempre la misma. Esto es semejante al trabajo de un arquitecto, él puede diseñar un edificio como quiera, pero las bases y columnas han de estar en relación con la gravedad de la tierra, como en cualquier construcción, porque de no hacerlo, se cae.

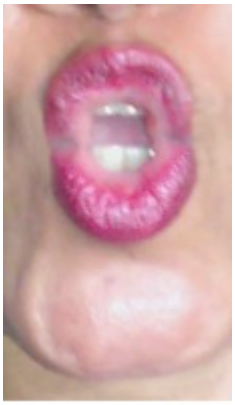
Dos consejos interesantes:

1. Si la frase melódica empieza con una **vocal o consonantes como: K o C, sobre una nota aguda,** entonces la posición de la boca ha de ser:



El primer sonido de la frase estará bien colocado, la frase se mantendrá afinada y con la colocación correcta.

2. Si la frase melódica empieza con una **consonante como**: **n, m, p, g, etc. sobre una nota aguda**, entonces la posición inicial de la boca ha de ser:



Una vez emitida la consonante, en esa posición, dejar caer la mandíbula de inmediato como en la imagen anterior para emitir la vocal. Si la consonante esta bien colocada, la frase no caerá y se mantendrá la afinación.

En los dos casos la mandíbula protruye.

El director/a debe dar la debida importancia a la vocalización, Una vocalización bien llevada le ahorrará tiempo de ensayos, le ofrecerá eficacia en aprendizaje y seguridad al coro, resultados óptimos en los conciertos y además, se le abrirán perspectivas de trabajo que favorecerán el crecimiento musical del grupo y de su propia calidad profesional.

Soprano lírico-ligera, **Carmen Moreno** nació en Cumaná, Venezuela, y vive en Barcelona. Cursó sus estudios musicales en la Escuela de Música Gómez Cardiel de Cumaná (ciudad natal), Conservatorio Juan José Landaeta de Caracas, Conservatorio Superior Profesional de Música de Badalona (España) y Conservatorio del Liceu de Barcelona. Su labor

docente ha sido intensa en la enseñanza de técnica vocal y la dirección coral, compaginándola con la actividad concertística. Ha realizado la dirección musical en: *Lope de Aguirre Traidor* de Sanchos Sinistierra, bajo la dirección teatral de Karel Mena, *Animalmusic* Coproducción del Festival de verano de Barcelona Grec 2003 y La Korbata, *Cançó d'Amor i de Guerra* de Martínez Valls. *María Moñitos*, Musical Cubano, dirigido por Alejandra Egido. Tiene un libro editado: *Mi Técnica Vocal Paso a Paso* con la editorial Balam, 2013, y varios artículos relacionados con la música publicados por la Revista Online ArtsEduca. Ha ofrecido talleres de técnica vocal a grupos de Cámara, Conferencias sobre *El Canto, su Técnica, el Solista y el Coro* en Aula Universitaria del Baix Guinardó y en la Biblioteca Clarà de Barcelona. Es invitada como miembro del jurado en festivales internacionales en Polonia (Internacional Krakow Choir Festival and Internacional Warsaw Choir festival) e Inglaterra (internacional Goleen Nightingale Choir Festival). Actualmente escribe artículos para la revista musical ArtsEduca, ofrece recitales de música antigua, es profesora de canto en la Escuela Estudi Musical, directora de la Coral Esperit Cantaire y del Coro de Cámara Cantoría Requinto. Email: sopranosun@yahoo.es