

# La fuerza de la VOZ

*“Somos nuestra expresión”, decía sabiamente el poeta Jorge Guillén. Y eso que parece tan natural resulta que lo olvidamos con demasiada frecuencia.*

Descuidamos que nuestra manera de decirnos ante los demás es nuestra tarjeta de presentación. Y al igual que la mala caligrafía revela problemas ocultos, de igual forma, las dificultades o problemas de pronunciación y habla poco clara delatan problemas que pueden tener solución.

La foniatría es la parte de la medicina que se ocupa del estudio de la voz humana, como capacidad de emitir sonidos o fonemas, del habla, como modo de expresión del lenguaje, y de éste como medio que permite las comunicaciones sociales y el razonamiento intelectual. Por tanto, se ocupa y trata las enfermedades de los órganos de la fonación como las cuerdas vocales, la lengua o la técnica respiratoria para hablar.

## ¿Por qué es tan importante la voz?

Porque trabajando la voz se solucionan otros muchos problemas. La voz es la manifestación primera de la persona. El medio de comunicación por excelencia del ser humano, ya que nos muestra todos los matices y todas las sutilezas. Si esa herramienta fundamental, el instrumento de comunicación, no funciona bien, la dimensión social de la persona se verá afectada en gran medida. Por eso, es necesari-

rio concienciarnos de la necesidad de prevenir y preservar la salud del aparato vocal, a ser posible desde la infancia. Muchos traumas, complejos y patologías psicológicas podrían evitarse con una simple visita a un profesional. Problemas de hiperactividad, déficit de atención, de aprendizaje, alteraciones tensionales podrían encontrar respuesta en un adecuado tratamiento ortofónico.

Y si citábamos al comienzo a un poeta, podríamos ahora cerrar con otros dos. La importancia de la voz queda reflejada en el verso de Garcilaso de la Vega, en el que otorga a su amada la fuerza que a él le daba la voz y por tanto su razón de ser: la voz a ti debida. Por cierto, Pedro Salinas, otro gran poeta, tituló así su mejor obra.



## María Martín Martín



actriz profesional, diplomada en Arte Dramático, Técnica vocal y Expresión corporal por el Conservatorio D'Art Dramatique “Jean Rameau” de París, trabaja con técnicas de mimodrama de Marceu y Danza Buto de Kazuo Ohno. También ha trabajado muy directamente con Miguel Cuevas, foniatra de reconocido prestigio.

### ¿Cuáles son los problemas fundamentales con los que habitualmente llegan tus pacientes?

No saber respirar. Eso lleva a un gran cansancio. La ortofonía y la foniatría utilizan técnicas muy completas, que actúan sobre todo el aparato respiratorio, fonatorio. Por ejemplo las personas asmáticas no saben que el uso adecuado de las posibilidades de educar la buena voz, les permitiría una mejor calidad de vida.



### ¿Quiénes sufren más de problemas de buena dicción, de buena voz?

A mi consulta vienen muchas personas que usan en su profesión la voz: profesores, actores y actrices, cantantes y también, curiosamente, muchos niños. Hay últimamente muchos niños con problemas. Porque finalmente, la voz es una emoción y muchos niños pasan por situaciones difíciles, como una separación de sus padres, un fracaso escolar. Al final estos problemas se reflejan en la voz. He tratado a niños que venían con la respiración “contra”, o sea que expulsan el aire empujando la tripa hacia fuera, pero no sacando el aire desde el diafragma. También ayuda mucho el control de la voz para personas que sufren de cáncer de pulmón.

Les mejora la calidad de vida porque pueden gestionar mucho mejor sus recursos respiratorios. La respiración es fundamental. Aunque el aparato fonatorio tenga algunos problemas, si no se controla la respiración no se puede arreglar el problema. Ahora bien, el órgano más importante es la lengua. La gente piensa que son las cuerdas, la glotis, etc. Pero es la lengua. Este órgano es el que modula, el que permite dar forma a nuestra voz. Estoy convencida de ello.

### Igual que una dificultad patológica se manifiesta en el tipo de voz, ¿puede pasar al revés, puede la ortofonía remodelar actitudes y solucionar problemas, sobre todo de carácter psicológico?

Efectivamente. Si aprendes a hablar, muchos problemas de comunicación de emociones se solucionan. Y, aunque suene un poco exagerado, conozco una persona con cáncer de garganta, que tras haber trabajado todo el aparato fonatorio, consiguió curarse sin operarse. Está contrastado. El oncólogo se quedó perplejo. Y además estoy hablando de un paciente absolutamente escéptico.

### ¿Es el yoga de la voz hablar sonriendo?

Pues sí. Porque cambia la modulación. A nivel fisiológico se usan resonadores, la mandíbula está relajada y la posición de la glotis hacia abajo. Perfecto para lanzar la voz.



### ¿Es lo mismo logopedia que foniatría?

Pues hay mucha confusión. Los logopedas trabajan muy bien con el lenguaje externo. Y nosotros nos empleamos más en la disfunción del lenguaje. Es decir porque esa emisión de una palabra, de un fonema, no es correcto. ■

+ información:  
[www.educatuvoz.com](http://www.educatuvoz.com)

CMS BN