



Artículo de divulgación científica en el área vocal

Fonoaudiólogo Marco Guzmán N.

Académico Unidad de Voz

Escuela de Fonoaudiología, Universidad de Chile.

Residente en Lakeshore Professional Voice Center y Wayne State University, USA.

¿QUÉ ES EL ESQUEMA CORPORAL VOCAL?

El tema del esquema corporal vocal es muy relevante dentro del ámbito de la terapia y el entrenamiento vocal, ya que es aquí donde queremos producir cambios como fonoaudiólogos o entrenadores vocales, y de esta forma actuar sobre los hábitos y en la conducta fonatoria de nuestros pacientes o alumnos.

Para poder entender que es el “Esquema corporal vocal”, primero daré una explicación general del concepto de “Esquema corporal”. Esquema corporal es la imagen consciente que el ser humano tiene de su cuerpo. Gracias a él podemos movernos y realizar cualquier actividad motriz. Por otra parte, el esquema corporal es una imagen mental formada por las sensaciones que nos proporciona el movimiento corporal y estímulos externos. El esquema corporal se va desarrollando desde el nacimiento y continúa en permanente evolución y cambio durante toda la vida del individuo ya que es una memoria activa modificable a la par con el desarrollo cognitivo.

El concepto de “Esquema corporal vocal” fue propuesto por primera vez por Soullairac y corresponde a la apreciación consciente y constante de las sensibilidades fonatorias internas del sujeto, desencadenadas por el propio trabajo de emisión vocal y perceptible por casi todos los órganos que se ponen en funcionamiento en la producción de la voz. Dicho en palabras simples, podríamos señalar que el esquema corporal vocal es el conjunto de sensaciones internas e imágenes mentales relacionadas con la producción de la voz, Estas sensaciones internas pueden ser de origen vibratorio, origen muscular (kinestésicas) u origen interoceptivas.

A modo de ejemplo, cuando un sujeto habla o canta y sobre todo si lo hace a una gran intensidad, es consciente a cada instante de un conjunto de sensaciones que especialmente provienen de las regiones faciales, orales y abdominales.

Los mecanismos reguladores de este esquema corporal vocal pasarán de ser automáticos o semiautomáticos, donde responderán a mecanismos reflejos en un comienzo, hasta ser voluntarios o mecanismos adaptados. Esto se ejemplifica en cantantes avanzados que, al ejecutar una pieza musical en una sala de poca reverberación acústica y por ende escasa retroalimentación auditiva, eliminan voluntariamente la autorregulación auditiva y se guían por las sensaciones corporales (vibraciones corporales y sensaciones de contracción muscular

principalmente), como mecanismo protector de la laringe ante el aumento del esfuerzo fonatorio.

Dentro del esquema corporal vocal, podemos distinguir distintas zonas que tienen participación en la emisión vocal.

Desde arriba hacia abajo encontramos:

Región Nasofacial: Referido al conjunto óseo de la cara y cráneo. Generalmente descrito como sensación de vibración en la zona de los pómulos, ojos, nariz, frente y cráneo en general.

Región Faringobucal: Sensaciones percibidas en alvéolos dentales superiores (zona de Mauran), paladar, úvula y orofaringe. Recogidas propioceptivamente en su mayor parte, constituyen el llamado reflejo trigémino-recurrente. Cuyo beneficio fonatorio se evidencia por el aumento del tono de la musculatura glótica.

Región Laríngea: Corresponden a sensaciones difusas, débiles, difíciles de describir y relacionadas sólo al paso de aire. Una sensación muy acentuada en esta zona describe una conducta fonatoria errada de esfuerzo vocal.

Región Torácica: Aquí encontramos dos sub zonas, la infraglótica y la torácica propiamente tal. Esta región se manifiesta por una actividad sensible que proviene de dos fuentes, la proveniente de la actividad de la musculatura torácica durante la ventilación pulmonar, y la vibratoria proveniente de la vibración de las cuerdas vocales y transmitida vía ósea y muscular durante la producción de la voz.

Región pelviana y del perineo: Estas zonas serán percibidas principalmente en emisiones a gran volumen en las notas más agudas del rango vocal. La intensa contracción de los abdominales desde el perineo ayuda a producir una presión eficaz sobre el diafragma, permitiendo una espiración sostenida, retenida o a gran velocidad si se desea un volumen intenso. Esta zona formará la presión de la columna de aire, generando la adecuada presión subglótica durante la correcta técnica vocal.

Todas las personas poseemos un esquema corporal vocal independientemente del entrenamiento vocal que tengamos. Es claro que una persona que tenga un gran entrenamiento de la voz tendrá un esquema corporal vocal adecuado y que promueve la producción de la voz en forma sana. Por el contrario, una persona que posea una patología vocal por mala técnica vocal o mal uso de su voz, tendrá un esquema corporal vocal centrado principalmente en la zona laríngea y cervical, lugar donde producirá los esfuerzos y mayor trabajo para producir voz. La gran mayoría de las patologías vocales comienzan por una alteración o mal adaptación del esquema corporal vocal, el cual se va acentuando y perpetuando con el tiempo hasta convertirse en muchos casos en una patología orgánica.

Cuando un fonoaudiólogo realiza terapia y aborda aspectos de la relajación, de la respiración, la fonación de la voz, la articulación, resonancia, etc. En el fondo lo que está trabajando y tratando de modificar es el esquema corporal vocal del paciente o alumno de voz. Entregándole nuevas herramientas y estímulos para modificar el esquema alterado que posee y así revertir la situación patológica o no adecuada, creando o formando un nuevo esquema corporal vocal saludable para su voz.

Fonoaudiólogo

Marco Guzmán N.

www.vozprofesional.cl