UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS

FACULTAD DE MÚSICA

T E S I S

FORMACIÓN CORAL EN EL NIVEL MEDIO SUPERIOR: PROPUESTA DIDÁCTICA PARA LA CREACIÓN DE COROS ESCOLARES.

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

MAESTRA EN MÚSICA

PRESENTA

YARINAILA MARTÍNEZ HERNÁNDEZ

DIRECTOR DE TESIS

DR. RAFAEL NAVA CURTO

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas Junio de 2025

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS

SECRETARÍA ACADÉMICA
DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas a 26 de junio de 2025
Oficio No. SA/DIP/0746/2025
Asunto: Autorización de Impresión de Tesis

C. Yarinaila Martínez Hernández
CVU: 1168809
Candidata al Grado de Maestra en Música
Facultad de Música
UNICACH
P r e s e n t e

Con fundamento en la **opinión favorable** emitida por escrito por la Comisión Revisora que analizó el trabajo terminal presentado por usted, denominado FORMACIÓN CORAL EN EL NIVEL MEDIO SUPERIOR: PROPUESTA DIDÁCTICA PARA LA CREACIÓN DE COROS ESCOLARES cuyo Director de tesis es el Dr. Rafael Nava Curto (CVU: 1220297) quien avala el cumplimiento de los criterios metodológicos y de contenido; esta Dirección a mi cargo **autoriza** la impresión del documento en cita, para la defensa oral del mismo, en el examen que habrá de sustentar para obtener el **Grado de Maestra en Música.**

Es imprescindible observar las características normativas que debe guardar el documento impreso, así como realizar la entrega en esta Dirección de un ejemplar empastado.

Atentamente
"Por la Cultura de mi Raza"

Dra. Dulce Karol Ramírez López
DIRECTORA

DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO

C.c.p. Mtro. William Desmo Martínez Espinoza, Director de la Facultad de Música, UNICACH. Para su conocimiento.
Mtro. Roger´s Fabián Torres Abadía, Coordinador del Posgrado, Facultad de Música, UNICACH. Para su conocimiento.
Archivo/minutario.

EPL/DKRL/igp/gtr

Ilustración: Noé Zenteno

2025, *Año de la mujer indígena*
Año de Rosario Castellanos

Ciudad Universitaria, libramiento norte poniente 1150, col. Lajas Maciel C.P. 29039.
Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, México
investigacionyposgrado@unicach.mx

AGRADECIMIENTOS

Agradezco el resultado de este trabajo en primer lugar, a mi Creador, ser en el que confío por la fuerza y la fe que me ha ofrecido siempre.

A mi querido esposo William Desmo Martínez Espinosa y a mi linda Lunita, ellos me inspiran siempre a ser mejor y también por el gran respaldo que me han ofrecido para terminar esta investigación.

A mi gran amigo Dr. Rafael Nava Curto por su guía como director de tesis, por su paciencia y su amistad atesorada.

Expreso también mi agradecimiento a mis colegas revisores de mi trabajo, Mtra. Guadalupe Guillén Utrilla, Mtro. Ignacio Macías Gómez y Mtro Roger´s Fabian Torres Abadía.

Mi gratitud se extiende a mi casa de estudios, la Facultad de Música de la UNICACH por la experiencia de haber logrado mayor crecimiento académico y personal.

Finalmente, agradezco a mi amigo Dr. Arturo Figueroa Morales, director de la Preparatoria número 5, por creer en mí y darme la oportunidad de llevar a cabo mi investigación.

Índice

Capítulo I. El canto y su evolución en la historia

Introducción 6

Edad Antigua 7

Mesopotamia 7

Egipto 7

China 8

India 8

Arabia 9

Palestina 10

Grecia 10

Roma 11

Edad Media 12

Monodia religiosa de los primeros siglos. 13

Orígenes de la polifonía. 16

Escuela de Notre Dame 16

Ars nova (ars subtilior) 16

Edad Moderna 17

Renacimiento (1450 hasta 1600) 17

Periodo barroco (1600 hasta 1750) 18

Periodo clásico (1750 hasta 1820) 20

Edad contemporánea. 21

Revolución francesa. 21

Siglo XIX (Romanticismo) 22

Siglo XX (1900 hasta la actualidad) 23

Conclusiones 24

Capítulo II. Anatomía, fisiología e higiene de la voz

Introducción. La voz humana 26

Anatomía y fisiología de la voz humana 26

El aparato respiratorio. 27

El aparato fonador 39

Boca y nariz 41
El aparato resonador 42

Higiene de la voz 45

Conclusiones 47

Capítulo III. El canto coral

Introducción. Importancia del canto 49

Beneficios psicológicos 50

Beneficios sociales 51

El canto coral 53

El coro. 54

Tipos de coro. 55

Clasificación de las voces 55

Ubicación física del coro 55

El coro escolar 58

Condiciones óptimas para la formación y desarrollo de un coro escolar. 60

El director del coro 60

Pianista acompañante. 62

El ensayo. 62

Conclusiones 63

Capítulo IV. Propuesta didáctica para la creación de un coro escolar en el nivel medio superior

Introducción. La formación coral en el nivel medio superior 64

Propuesta didáctica para la creación de un coro escolar. 66

Convocatoria-cronograma 66
Prueba de admisión 66
Formatería de admisión 67
Clasificación de voces 67
Desarrollo y didáctica del ensayo 67

Selección de repertorio y montaje.....69
Propuesta de inicio de ensayo.....70
Técnicas vocales y corales específicas para un coro escolar.....71

Algunos consejos para el director del coro escolar..... 73

Trabajo de organización..... 74

Selección de repertorio:.....74
Actuación en público:.....75

Recursos y materiales didácticos..... 75

Conclusiones..... 75

Referencias

Introducción

El canto coral ha sido desde los comienzos de la historia del hombre un tema fundamental que abarca no solo un placer estético individual, sino que cubre necesidades importantes que cumplen una función social, tal como lo comenta Marchant M “Los coros son la instancia más democrática de realización de una disciplina artística, no sólo transforma la realidad de la persona que está en el coro si no también la realidad de todo el entorno de la familia y del círculo más cercano” (Marchant, 2025) y otros ejemplos de esa función social es la estructuración de grupos, la identidad del mismo, la asociación con ceremonias religiosas y civiles, y recrear actividades como nacimientos, muertes y otros eventos sociales de la comunidad.

En todas estas ocasiones importantes siempre se encuentra presente la música como un elemento clave que permite comunicarse con los seres superiores o los dioses y que nos lleva a eventos espirituales de alto significado cultural.

En la actualidad, en el estado de Chiapas, se gesta poco a poco un movimiento coral a nivel escuelas primarias, secundarias y de educación media superior que promete amplios beneficios tanto personales como sociales y culturales. Dada la necesidad de contar con una guía para organizar el grupo coral e impartir el conocimiento musical, se hace imprescindible contar con trabajos de investigación que vayan en el sentido de la formación coral orientada al docente que dirige la agrupación en el nivel medio superior, y que pueda darles a los estudiantes la oportunidad de cantar en un grupo que satisfaga sus inquietudes musicales a la par que se divierten y desarrollan una cultura auditiva y musical. Paralelamente, se logran otros objetivos importantes como enriquecer su nivel de vida a largo plazo, crear públicos y, posiblemente, futuros estudiantes de música que se integren a escuelas profesionales, es por ello que este trabajo de investigación sobre la formación de un coro en el nivel medio superior adquiere un especial interés desde el punto de vista social y artístico.

En este trabajo se presentan aspectos fundamentales, no solo de la organización de un coro, sino también temas correspondientes al origen y desarrollo de los coros a través de la historia y aspectos de organización y cuidado vocal del grupo dentro de instituciones escolares aplicables a nivel secundaria o preparatoria.

En el primer capítulo se hace un breve recorrido de lo que sabemos acerca de los coros en las culturas antiguas que, aunque en todas ellas hubo trabajo coral, en realidad se sabe poco de cómo se trabajó este aspecto musical en la antigüedad.

En el segundo capítulo se aborda un tema fundamental que no podemos ignorar que es el estudio de la anatomía, fisiología e higiene de la voz humana, cuyos principios buscan desarrollar una adecuada emisión de voz sin forzarla para evitar lesiones.

En el tercer capítulo se comenta de una manera práctica la forma de organizar un coro y los elementos indispensables para la formación y crecimiento del mismo.

En el capítulo cuatro se presenta el caso especial de la Preparatoria número 5 ubicada en la ciudad de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, en donde se explican con cierto detalle las circunstancias y condiciones en las que se encuentran los estudiantes tales como el carácter, la mentalidad y las circunstancias de vida sociales, información indispensable para saber cómo trabajar.

Finalmente, en el mismo capítulo cuatro se presenta una propuesta pragmática para la formación de un coro y el desarrollo del mismo en todas sus facetas, sustentada en la experiencia vivida en la institución antes mencionada en los últimos cinco años.

El trabajo concluye con una serie de conclusiones y reflexiones acerca de la importancia de crear y mantener un coro de estas condiciones para la población en general, con un fuerte impacto no sólo en el individuo que canta, sino en las familias, amistades y grupos sociales con los que convive el alumno, coadyuvando de esta manera a enriquecer la sociedad contemporánea y ayudando a reducir los problemas sociales que afectan a los estudiantes de esta edad.

Capítulo I. El canto y su evolución en la historia

Introducción

En este capítulo se presenta una breve historia del canto en su técnica y desarrollo como medio artístico, es decir, de su uso y función como manifestación cultural de los diferentes pueblos de la antigüedad hasta el siglo XX en sus vertientes de solista o coral.

Nuestros antepasados seguramente sabían de las bondades del canto, pues desde sus inicios la voz tuvo un papel fundamental dentro de la vida cotidiana de los pueblos, en las ceremonias, en las fiestas, eventos sociales y hasta militares, en la adoración a los dioses e, inclusive, en la misma necesidad humana de expresar cantando las penas y alegrías; de esta manera, la música y el canto nos han acompañado en nuestro caminar a lo largo de la historia.

El ser humano ha explorado la voz como un instrumento de música desde el principio de los tiempos. De aquí provienen las diversas manifestaciones musicales como la religiosa, la popular, la folklórica, la música de trabajo, como la que aún se sigue utilizando en cultivos o actividades en el hogar, y todas las expresiones musicales que caracterizan a cada pueblo en su individualidad.

Con el correr de los años la voz ha encontrado un territorio fértil en la música académica y popular, con todas sus expresiones, variedad de estilos, compositores y géneros dentro de los diferentes periodos, lo que permite comprender la importancia misma del canto a lo largo de la historia desde la antigüedad hasta la actualidad. A continuación, se muestran brevemente algunas características de la música coral y vocal en específico -cuando existe esa información- de los pueblos más sobresalientes como, Mesopotamia, Egipto, China, India, Arabia, Palestina, Grecia y Roma abarcando los diferentes periodos históricos más recientes como la Edad media, Renacimiento, Barroco, Clasicismo, Romanticismo y siglo XX.

Edad Antigua

Mesopotamia

Se hacía uso de la música en la sociedad, como en los templos, sacrificios, eventos fúnebres o en la corte, en eventos militares (Enríquez, María y Bidot, José, 1991) o fiestas públicas y como se comentaba anteriormente, había cantos de trabajo, cantos de amor o de tristeza. Los músicos que eran contratados de manera privada, disfrutaban de diferentes privilegios, podían participar en banquetes, fiestas, festejos públicos y militares. Los palacios albergaban a muchachas cantoras en los templos.

Existía música religiosa como se especifica en el párrafo anterior, pero al mismo tiempo encontramos música profana que era ejecutada en las fiestas cortesanas.

Egipto

Para Henríquez et al. (1991, pág.15) los sonidos del canto resonaban en los templos, estrictamente bien entonados, pues cada nota tenía un significado en relación con el canto del que se tratara según la función en la liturgia.

Y una muestra del uso de la voz cantada en las actividades cotidianas de estos pueblos fuera de los templos lo confirman Robertson y Stevens (2000) cuando mencionan que los cantos y la danza eran usados para alejar las plagas de las cosechas y favorecer la fertilidad de los campos, estas actividades eran acompañadas también con pequeños palos semejantes a las claves.

Los egipcios construyeron templos donde celebraban ceremonias y los sacerdotes entonaban himnos en honor a sus dioses, la voz era muy importante para ellos, pues lo consideraban un instrumento poderoso. Había solistas sacerdotes y sacerdotisas que representaban a la diosa Iris, los cantos se transmitían de manera oral, se desconoce su escritura musical y sus cantos eran acompañados de otros instrumentos de percusión, estas actividades fueron utilizados en el ambiente tanto cortesano como religioso.

A raíz de las invasiones de otras tribus nómadas, la música egipcia quedó influenciada por Mesopotamia; la música oriental dada a conocer por jóvenes bailarinas contribuye al nuevo estilo musical profano. Tuvieron que pasar muchos años para que el personaje femenino pudiera participar en los templos como ejecutante, tal como lo comenta Cabrelles M: En el antiguo Egipto 1750 a.C; sobresalió una esclava del Faraón llamada Hemre, encargada de los músicos, siglos después otra esclava llamada Bakit fue maestra de música en la corte, hubieron mujeres que podían participar ejecutando instrumentos de cuerdas. (Cabrelles, 2025)

China

Autores como Enríquez et al. (1991) sostienen que en la antigua China la intervención de la música en el teatro fue un aspecto importante al combinar el canto, la recitación y la danza que da lugar a la ópera china.

Por otro lado, Robertson y Stevens (2000) afirman que se celebraban importantes fiestas en las épocas agrícolas, en el transcurrir de una estación a otra. Había competencias en coros de jóvenes de distintas aldeas, eran cantos alternados que simbolizaban la armonía de la naturaleza junto con la humana y esas melodías eran acompañados con ademanes. Se cantaban odas en festivales y otras piezas en las cortes. La música china tuvo tres manifestaciones importantes, los festivales agrícolas fueron una de ellas, la música ritual imperial y la religiosa.

También es importante comentar que la música de los monjes budistas llegó a China, llevando consigo sus cantos, una de las características incluye trinos y conforme va avanzando el canto aumenta la rapidez.

India

Para Enríquez *et al*. (1991) la voz humana fue usada para el culto religioso, para la preparación de los sacrificios, para las adoraciones y ofrendas en la voz común del pueblo para

sus quehaceres cotidianos. Se encuentran semejanzas como en otros pueblos antiguos, en donde el uso de la voz es tan necesario para cualquier momento, para cualquier actividad.

También la India, al igual que Egipto, en el periodo antiguo fue invadida por otros pueblos primitivos de cazadores como señalan Robertson y Stevens (2000). Musicalmente, estos pueblos contaban con melodías de solo dos notas, sin embargo, conocieron culturas más elevadas en épocas posteriores, los sonidos de la escala india representan gritos de animales lo que tiene su origen en el culto a la naturaleza. Contaban con plegarias, himnos y fórmulas rituales dirigidos a sus dioses. Sus himnos tenían la característica de ser entonadas con sonidos agudos, medios y graves, actualmente se puede escuchar este tipo de cantos en templos de la India. También usaban sus cantos en ofrendas y sacrificios, en los ritos religiosos; el canto fue y sigue siendo la base de la música hindú.

Arabia

Infinidad de cantores famosos existieron en este pueblo como nos confirma Perello *et al*, (1975) Entre los más renombrados se encuentran en las crónicas *Ibio-ben.Su leimán*, *Mansur-ibn-Skilaefen* y *Sobeir-ibn-Dahman*.

Estos cantantes famosos al dar audiciones eran premiados con grandes ofrendas, como por ejemplo *Mohamet Madhi* le ofreció un suntuoso palacio a *Sobeir-ibn Dahman* o al cantor Alí admirado por Califa quien lo tuviera como uno de los mejores motivos en las fiestas; fue muy bien remunerado al ofrecer su maravillosa voz por muchos años en diferentes cortes del imperio árabe y gracias al amor que le tuvo al canto y el apoyo de quienes lo admiraban se dirige a Sevilla, donde el cantor crea una escuela en la que proliferan muchos cantantes y a la vez se populariza la canción árabe, y gracias a esta difusión se conocen hoy en día los cantos de Andalucía. (Perelló *et al*, 1975).

Es admirable lo que se observa en la historia del canto árabe, con esas personalidades sensibles que apoyaban a los cantantes como en el caso de Alí, su fama no trató solo de dinero, sino también de poder compartir su canto con otros que, al igual que él, siguieron el mismo camino cantando para personas importantes, Alí llega a crear su propia escuela y da a conocer a través de su voz melodías y armonías que son parte de una cultura.

Palestina

Para Enríquez *et al*. (1991) la voz se manifestaba en cantos de guerra, de triunfo, de acción de gracias, también en las ceremonias fúnebres, en los salmos, himnos y oraciones en honor a Jehová. En este pueblo el canto se manifestaba no sólo en los ritos cristianos, también lo hacía en las actividades diarias o en las alegrías del espíritu como lo reafirman Enríquez *et al*. (1991) Fuera del templo, la música era indispensable en las actividades de la corte y de los ricos que imitaban las costumbres reales, pero, en general, todo el pueblo la practicaba tanto en la tristeza como en la alegría, o en sus manifestaciones de amor.

Otra manifestación del canto y de la participación de las mujeres y de los coros que se da como en otros pueblos, es en la celebración de los triunfos de la guerra tal como lo describe Enríquez *et al*. (1991) quienes sostienen que las mujeres tomaban parte decisiva en la música. Ellas recibían a los hombres cuando llegaban victoriosos de la guerra, con sus cantos y danzas, y se acompañaban por instrumentos. Cuando Moisés logra sacar a los hebreos de Egipto pasando el Mar Rojo, entona con los hombres un canto de alabanza y Miriam le responde al frente del "coro de mujeres" del pueblo (estilo antifonal) los hombres también cantaban. (Ídem, p.36)

Grecia

La música o el canto debería ser parte de cualquier actividad para el ser humano, así como lo fue en Grecia, tal como lo describe Enríquez *et al*. (1991): adultos y pequeños colaboraban cantando en ceremonias dedicadas a los dioses, al igual que otros pueblos antiguos, ellos también

participaban cantando en la guerra, en las victorias, la música y el canto era importante para cualquier actividad.

La lira fue uno de los instrumentos más importantes para Grecia, era común al interpretar la música doméstica, daba el tono o la altura al cantante. Había coros ciudadanos integrados por hombres y mujeres como lo hace notar Robertson y Stevens (2000) “Tales coros cantaban en los cultos a los dioses, himnos nupciales, lamentos funerales, composiciones en honor de hombres famosos y de atletas victoriosos”. (Ibid., p.145) Con esto sabemos que no sólo tenían intervenciones a capella si no también eran acompañados con instrumentos de cuerdas y que además se practicaba el canto coral.

El canto también se manifestó en los poemas, al amor, a la guerra, en historias de los pueblos y donde quiera que tuvieran oportunidad dentro de la vida social y privada y en las obras teatrales, donde se cantaba siempre en coro a capella.

Tan importante fue para ellos el canto, que había una actividad en donde ponían interés y tiempo para llevarlo a cabo, esta actividad fueron las olimpiadas en donde competían cantantes con canciones a Apolo, a todo aquel cantante que sobresaliera le daban un galardón, como nos confirma Perello *et al.* (1975) un hombre podía aspirar entonces a “la corona de hojas de roble”. Además, los aclamaba toda la nación colmándolos de gloria y honores hasta tal punto que algunos para perpetuar su memoria le erigían monumentos a cargo del Estado. Tal era la importancia que la antigua Grecia, cátedra de la belleza, concedía al sublime lenguaje del arte del canto. (p.5)

Roma

La historia del canto en Roma al igual que en Grecia, también se utilizaba en actividades cotidianas y de alabanzas a sus dioses como nos dice Enríquez *et al*. (1991) los cultos eran acompañados únicamente por el canto, había coros domésticos que eran conservados por los

personajes más ricos en ese momento, las ceremonias religiosas eran con salmos y cantos monódicos.

También, así como hubo muchos personajes que demostraban su gusto por el canto como las amas de casa, los cultivadores, los cristianos, etc., también el emperador Nerón se interesó mucho por la música; fue un tenor que disfrutaba apasionadamente el arte del canto y tocaba la lira. En tiempos de Roma existieron maestros de canto que trabajaban con sus alumnos para igualar volumen, fortalecer la voz, entonar, modular y perfeccionar el canto, por lo que proliferaban cantantes que fueron aplaudidos por el pueblo y el emperador, lleno de envidia por semejante éxito y haciendo uso de su poder, los mandaba matar. Este emperador se creía un divino cantor. Perello *et al*, (1975).

Edad Media

La Edad media se considera a partir de la conquista del imperio occidental de Roma en 476 DC hasta la caída de Constantinopla (1453), periodo en el que se crea un sistema feudal en donde los ricos terratenientes poseen la tierra y dan protección a los campesinos quienes son obligados a entregar sus productos como verduras, carnes, quesos etc.

Fue una lucha de poderes, cae el imperio bizantino el cual por mucho tiempo ejerció su poder y en esa etapa toma posesión de grandes territorios el imperio Otomano (Parmentier, 2016). Esto ocasionó que la mayor parte de la población abandonara las ciudades y se refugiara en los campos, donde había mayor oportunidad de sobrevivir.

También los nobles y príncipes, dueños del poder buscaron acomodarse, construyendo castillos y reuniendo ejércitos. Los monjes se refugiaron en las iglesias, la música se centrará en su mayor parte en los monasterios, especialmente la religiosa, pero no sólo eso, sino también surgirán los primeros libros de teoría musical como el de Boecio cuyo tratado de *Filosofía* incluye temas musicales que serían muy importantes en la Edad Media y Renacimiento. La

notación musical se desarrolló a través del sistema llamado de notación mensural, cuyos principales autores fueron los teóricos medievales del Ars nova como Juan de Garlandia, Juan de Muris y Franco de Colonia, (Callejo F, 2021).

Monodia religiosa de los primeros siglos.

En esta época se expanden las comunidades cristianas, como lo describe Pérez (s/f) Se contaba con tradiciones hebraicas con el canto de las lecturas bíblicas, el canto solista de los salmos, las antífonas y responsorios y tradiciones musicales de Grecia y Roma. En Palestina la liturgia era en arameo, en la época de Jesús los apóstoles llevaron la liturgia a pueblos más lejanos adoptando el griego.

Poco a poco la iglesia se fue extendiendo cada vez más al grado de conocer o desarrollar nuevos elementos musicales que llegaban de diferentes lugares hasta llegar a estandarizarse, desarrollándose así las grandes liturgias de la iglesia cristiana.

Siguiendo con Pérez (s/f), se distinguen cinco liturgias, a saber: bizantina, ambrosiana, galicana, gregoriana y mozárabe. La característica de la música bizantina fueron los himnos, aquí los cantantes escogían ciertos motivos que ya combinados, los usaban para cantar su propia melodía, era una especie de improvisación y eran cantados en los monasterios.

La liturgia ambrosiana, gracias al obispo San Ambrosio de Milán, gozaba de una buena reputación, ejerció una poderosa influencia en Roma, España y Francia, de ahí los cantos ambrosianos. A él se le atribuye la salmodia antifonal en occidente, son dos coros alternando los versículos de los salmos.

Según Pérez, las liturgias galicanas fueron enriquecidas por ceremonias, estos ritos desaparecieron antes de que se desarrollara una notación musical, por lo que no se tienen datos escritos de este pueblo.

La liturgia Mozárabe era llamada así por cristianos que vivieron bajo el poder de los musulmanes, los árabes fueron expulsados de toda España en 1492.

Se observa que todas estas manifestaciones del ser humano, sobre todo, de esta época de la cristiandad, en donde fueron perseguidos y buscaban espacios para llevar a cabo un culto para leer las escrituras, cantar los salmos y orar; hubo grandes personalidades que contribuyeron a crear interés en el canto y en la espiritualidad, y gracias a esas acciones se sabe sobre las actividades del canto en esos pueblos.

Toda esta tradición oriental de cantar salmos se muestra en la vida espiritual necesaria para esa época, en el orar cantando como lo advierten los apóstoles manteniendo la costumbre hasta la actualidad, tal como lo citan Hamel y Hürlimann (1981, p. 111): De la epístola a los colosenses "La palabra de Cristo habite en vosotros en abundancia en toda sabiduría, enseñándoos y exhortándoos los unos a los otros con salmos e himnos y canciones espirituales, con gracia cantando en vuestros corazones al señor" (Colosenses 3,16). Esto es un pasaje de la biblia que citan los autores como muestra que el cantar era una actividad común de esos tiempos, esas costumbres musicales llegan directamente a la vida del occidente, a través de estos salmos que se caracterizaban como textos recitados en el mismo tono como declamaciones pero que a la vez llevaban cierta melodía en las letras.

Como anteriormente se comentó, gracias a San Ambrosio, la antífona coral se divulgó en diferentes países y también se le atribuye haber añadido al salmo y a los cánticos la forma del himno, como lo comentan Hamel y Hürlimann (1981, p. 112): "Poesías religiosas en sencillos metros antiguos, modeladas melódicamente sobre la salmodia, pero sensiblemente más libres y más ricas en movimiento y expresión".

De acuerdo con Pérez, hubo muchos cultos y liturgias que se llevaban a cabo en numerosas comunidades y fue la misa la que sufriría cambios en su estructura. San Gregorio fue

una personalidad muy importante, noble y romano, dedicado a la religiosidad, por su talento fue apoyado por la iglesia y no tardó en ser nombrado diácono en Roma, logrando convertirse en el Papa Gregorio I, título que le generó autoridad sobre la cristiandad occidental y uno de sus temas importantes fue la música ya que regularizó y normalizó los cantos litúrgicos, agregando un repertorio uniforme para uso eclesiástico en todos los países.

El canto gregoriano, que posteriormente se conoció como canto llano, como lo comenta Enríquez *et al*. (1991) fue fundamentado en una liturgia musical por el Papa Gregorio el Grande. Se trataba de un canto monódico, al unísono y se cantaba por voces solas a capella, y era transmitida de memoria de manera oral. San Gregorio consolidó la *Schola Cantorum* de Roma, donde los sacerdotes aprendían los cantos, cantando, se carecía de notación y ellos lo difundían en otras iglesias.

En esta época existían los llamados trovadores y troveros, que eran músicos que cantaban y ejecutaban algún instrumento como el laúd, violín o flauta y componían la letra y la música. Los trovadores eran de origen noble, mientras que los troveros eran plebeyos, así como los juglares. Fueron perseguidos por la Iglesia porque representaban lo mundano, sus melodías eran calificadas como profanas, amaban el canto popular, con estas composiciones le cantaban a la alegría de los amantes, a la tristeza, a la añoranza, fueron famosos por sus canciones, tal como lo describe Henríquez et al. (1991)

Los trovadores fueron pobres caballeros con categoría de nobleza, hacían recorridos en castillos y palacios como músicos poetas que componían, cantaban y se acompañaban con un instrumento para interpretar aquellas nuevas canciones que exaltaban la belleza y el honor de las damas y elogiaban a los señores feudales, eran considerados profesionales no como los juglares, los trovadores cuando sólo cantaban, contrataban a los juglares para dar a conocer su repertorio a nuevos públicos. Gracias a este gesto de los juglares, las composiciones de los trovadores toman

un resultado social en esa época, como lo confirma Hamel y Hürlimann (1981, p. 120), "[…] el juglar, el músico profesional, llega a ser, en lo sucesivo, mediador entre el arte y el pueblo."

Orígenes de la polifonía.

Poco a poco la música empezó a adquirir cambios, las melodías comenzaron a tener su propia estructura, como lo comenta Pérez (s/f), ya no era tan improvisada, como cuando se transmitía de manera oral, la invención de la notación musical facilitó escribir la música de manera definitiva, ahora ya se dependía de una partitura, podría difundirse sin estar presente el compositor.

La polifonía comienza a sustituir a la monofonía. Las creaciones de varias melodías con este tipo de composición empezaron a surgir, nace otro tipo de composición con las primeras obras polifónicas en sus manifestaciones con el llamado *organum*.

"El término *organum* es empleado con diversos significados: de una parte, en el sentido de la antigüedad griega significando un instrumento de música; y de otra, como denominación de una composición a dos o más voces" (Hamel y Hürlimann.1981).

Escuela de Notre Dame.

La música polifónica fue llevada a su primer auge por dos compositores, Leonin y Perotin, surgiendo aquí el motete, "nuevo género musical en donde se introducen dos textos diferentes cantados a la vez." Pérez (s/f) y el conductus, "canto utilizado en las lecturas litúrgicas, así como también como música representativa extra litúrgica" (Lehnoff, 1986, p.13) Este tipo de composición estaba escrito de dos hasta cuatro voces, organizadas en octavas, cuartas y quintas, el conductus fue una de las primeras expresiones en obras polifónicas.

Ars nova (ars subtilior)

Retomando la lectura del libro de Hamel y Hürlimann (1981), los representantes de este arte nuevo son los compositores Philippe de Vitry y Guillaume de Machaut, ambos utilizan la

técnica polifónica en todas sus expresiones, Machaut fue el primero en escribir una misa completa a 4 voces.

La iglesia creía profana la idea de la evolución de la música, pero, a pesar de ello, se desarrolla una evolución en el arte polifónico, se rompen los lineamientos impuestos por tradición en las composiciones y Vitry enriquece la música de una manera innovadora ingresando semitonos y fortaleciendo el concepto modal en sus obras. El Ars Subtilior, como es definido en el libro de López (2011, p.48) es un estilo "de complejidad en lo notacional y en lo rítmico donde las líneas individuales de las voces conseguían un máximo de independencias rítmica que exigían un gran virtuosismo a la hora de ser interpretadas".

Son de sobra conocidas las originales partituras de los maestros del ars subtilior del siglo XIV que adoptan formas interesantes como corazones, arpas y otras figuras.

Edad Moderna

Renacimiento (1450 hasta 1600)

A finales del siglo XV el gobierno de Roma promulgó que aquella familia que tuviera cuatro hijos, tenía que ceder uno a la iglesia, sería castrado y en seguida sometido al servicio de la iglesia como cantor. Se dice que en esa época cantaban en las basílicas los falsetistas, posteriormente se prohíbe la participación de éstos que eran cantores casados por lo que da lugar a los castrados para ocupar esos puestos.

Los cantores castrados empezaron a ser muy famosos, tanto, que luego fueron invitados a participar en óperas, por lo tanto, la voz toma más auge, pues poseían hermosas voces y los teatros los contrataban con mucho orgullo.

Posteriormente se fundan las escuelas de canto que llegan a ser famosas, ahí se educaban a infinidad de niños. A mitad del siglo XVII prolifera el número de cantantes castrados en los teatros y cortes reales de Europa. Muchos compositores empezaron a escribir únicamente para los

cantantes castrados ya que buscaban que se lucieran mostrando las cualidades de sus voces. Se mencionan algunos castrati famosos como Farinelli, il Sennesino, Antonio Bannnieri y Carlo Antonio Sandriano. (Perello et al. 1975).

En este periodo llega la imprenta, de la mano de Gutenberg (1440) y poco a poco comienza la edición de libros de música, los compositores conocen de otros creadores y difunden sus composiciones, hecho que provoca el conocimiento internacional de las múltiples manifestaciones de la creación musical de diferentes países.

Regresando con Lehnoff (1986), este autor habla de tres generaciones de escuelas, la primera generación lo representa Guillaume Dufay con la contribución del motete isorrítmico, también usa otro tipo de motete que emplea un tenor libre haciendo uso de hasta 4 a 5 voces en su obra. También en esta generación sobresale Guilles Binchois con sus numerosas chansons, eran canciones polifónicas de amor, donde la melodía principal se llevaba en la voz superior.

En la segunda generación sobresale el compositor Johannes Ockeghem con su estilo en habilidades contrapuntísticas y ya en la tercera generación Josquin Des Prés establece una relación en sus composiciones polifónicas muchas más íntima entre la letra y la música, también sobresalen los compositores Pierre de la Rue, Alexander Agrícola y Heinrich Isaak.

Periodo barroco (1600 hasta 1750)

En este periodo se desarrollan algunas formas vocales y corales como la pasión, la cantata y el oratorio, que eran “composiciones en las que a unos diálogos cantados por voces solistas se les añadían partes corales” (Jaraba,1989, pag.52).

Este es un periodo en el que el protagonismo se encuentra en la voz solista y en los coros y donde se hace más necesaria la práctica de la técnica vocal. Los géneros en donde se lucían las voces fueron los oratorios, cantatas, misas y óperas. Fue la oportunidad para que el cantante o solista mostrara las habilidades técnicas y virtuosas de una manera sobresaliente. La escuela que

creó el bel canto fue la escuela napolitana cuyo representante máximo fue Alessandro Scarlatti, prolífico compositor de melodías que demandaban virtuosismo en los cantantes.

También este siglo y parte del siglo XVIII están considerados como el siglo de oro del bel canto como lo confirma Perello et al. (1975) p.11 “por refinamiento de expresión y pureza del sonido”.

Florencia fue el lugar donde nace la ópera con las tertulias literarias y artísticas del Renacimiento italiano. La camerata Fiorentina estaba formada por un grupo de profesores y artistas preocupados en dar vida al olvidado arte dramático de la antigua Grecia tal como lo comenta Enríquez *et al.* (1991) Florencia estaba formada por intelectuales de gran renombre y riqueza. Estuvieron interesados en el mundo antiguo, de los valores de la música de los griegos en su relación con la palabra.

La ópera, iniciada alrededor de 1600, es parte de la historia musical del canto, fue fundamental dentro de la vida social de la época, al grado de hacerse popular entre el público aristocrático como burgués. Aunque más tarde fue ofrecida al público en general, los compositores se esmeraban en este nuevo género al dar vida a los personajes ya sea de una manera cómica o dramática.

En la actualidad aún podemos disfrutar de ella en todas partes del mundo, con variedad de compositores que se esmeraran por lucir sus composiciones aprovechando del talento y virtuosismo de la voz humana. Fueron creaciones solicitadas o simplemente inspiradas por el propio compositor con relatos que en su época estaban de moda y que en nuestros tiempos aún podemos admirar, este tipo de trabajo requiere un gran esfuerzo en equipo, tanto de los músicos instrumentistas como de una gran técnica vocal para el cantante.

Periodo clásico (1750 hasta 1820)

Equivalente al castrato, la *prima donna* fue la cantante que representaba la riqueza vocal ornamentada y que fascinó al público. Las cantantes de coloratura participaban en concursos famosos. (Hamel y Hürlimann ,1981)

Francesco Bernardo, "Senesino" y Carlo Broschi "Farinelli" eran cantantes sobresalientes de esa época. Perello et al. (1975) describe las características principales de la voz de Farinelli, una voz portentosa, perfecta, cálida, sonora, rica en extensión, de timbre *dolcissimo*, tanto en los sonidos profundos como en los centrales y agudos, la entonación, la manera de modular y reforzar la voz, el portamento, la unión de registros, la agilidad sorprendente, al cantar al corazón tanto en lo patético como en lo jovial, sus trinos perfectísimos en seis modos distintos. Farinelli, al igual que otros cantantes dotados de una voz virtuosa, fue apoyado por Felipe V, lo toma como consejero, le asigna una anualidad y le ofrece residencia en el palacio real, nombrándolo caballero de la orden de Santiago. Ofreció infinidad de conciertos por las noches a toda la corte real.

Con el enorme desarrollo de la ópera, la infinidad de cantantes y público exigente, ávidos por escuchar cosas nuevas, surgieron también otras composiciones religiosas de tipo luterano, como las pasiones de J. S. Bach y los oratorios, creando un ambiente a favor del nuevo género: la canción individual, género que ya se venía desarrollando en Alemania más que en otros países, y cuyo triunfo radicó, sobre todo, que dicho género se haya inclinado hacia la canción popular; naciendo así una canción de salón o burguesa, estrechamente relacionado con la de los creadores, lo que hace que se establezca la unidad social del arte, con diferencia de un estilo más depurado, elaborado y de una forma más artística. (Talomon 1985)

Edad contemporánea.

Revolución francesa.

El libro de Kropotkin (2015) nos dice que dos tendencias fueron necesarias para llevar a cabo la Revolución Francesa: una, las ideas de la organización política y social del estado, el ascenso de los llamados burgueses, y la otra, las ideas de la clase más popular.

El pueblo estaba cansado de tantos privilegios de los señores feudales, quienes eran dueños de tierras y que abusaban de manera económica y humana tanto de la servidumbre como de la producción de la tierra ya que cobraban a los campesinos cuotas económicas desde el derecho a trabajar para sus cultivos hasta para realizar un matrimonio o para bautizar a sus hijos. La alimentación era cada vez más difícil de obtener, se les negaba muchos privilegios y dentro de ellos estaba el derecho a la cultura. Llega el momento de ideales, donde los campesinos buscan la libertad y la igualdad para mejorar económicamente, necesitaban dejar de pagar una gran suma de impuestos. Los burgueses tenían ciertos ideales que coincidían con el pueblo, como el de abolir el servicio de las servidumbres personales que en muchas ocasiones eran muy abusivas y romper con todos los poderes locales.

En esta época aparecen grandes compositores que llevan la música coral y vocal a alturas nunca antes escuchadas. Los nombres de Mozart, Haendel, Bach, Vivaldi, Scarlatti, Carissimi, etc. llenaron esta época de oratorios, misas, pasiones y cantatas de efecto extraordinario y carácter espectacular por lo que el arte de los coros se desarrolló y en la actualidad se mantienen como un modelo vigente digno de ser imitado. Gracias a este repertorio las agrupaciones corales se desarrollan en el siglo XX y se mantienen en plena actividad en la mayor parte de los países de Europa, América y Oriente.

Siglo XIX (Romanticismo)

Los castrados dominaron la ópera en los siglos XVII y XVIII. Ya en el siglo XIX decae el bel canto, a esto se le agrega también las sanciones decretadas por Napoleón I y la prohibición en los teatros de los *castrati*, que después se dedicaron a la enseñanza del canto.

La costumbre de escuchar voces con tantos adornos empieza a ser cansada. La ópera va evolucionando, ahora los papeles femeninos eran cantados por voces femeninas y se buscan voces más brillantes, de más volumen y expresión dramática, timbres más pesados y notas más sonoras se empiezan a dar a conocer, tal como nos comparte Perello et al. (1975, p.15) "al hablar del tenor dramático, cantando con la fuerza, la gritería ordenada con sus famosos do de pecho, relegando al último término al canto suave, sentimental, que todo es expresión, dulzura y habilidad técnica". Así pues, los sonidos abiertos que se lograban en el registro agudo mediante los falsetes debían sustituirse por unas vocales abiertas, pero con sonidos más redondos.

Los compositores más representativos de este siglo son Rossini, Bellini y Donizetti. También algunas de las cantantes sobresalientes de este periodo fueron María Malibrán y la mezzo-soprano Paulina Viardot, voz que se caracterizó por su gran fuerza dramática. Se abre una nueva perspectiva de universalidad del cantante a través de un arte del fraseo musical, la exigencia no fue hacia el virtuosismo, sino más bien a la expresión del canto y en la interpretación escénica. (Hamel y Hürlimann, 1981).

El Lied es una pieza breve de carácter popular que se basa en un poema; poesía y música, como nos lo define Di Benedetto (1999, p. 47). Es una composición de breves dimensiones, en una sola o en varias estrofas compuestas de un número igual de versos, en las que el juego de las rimas y de la regularidad de los acentos, además del carácter de su significado poético predisponen a ser puesto en música. El lied es un género que se desarrolló en el romanticismo,

emplea recursos para mejorar su expresión, escrito para voz solista generalmente para piano y voz, no busca el virtuosismo en la voz como en otras épocas, busca la combinación de la palabra, la poesía con la música.

En este género sobresalen muchos compositores tales como Schubert, Schumann, Haydn, Mozart y Beethoven, con poemas de Heine, Schiller, Goethe y otros poetas. Los compositores del lied revistieron la poesía de melodías expresivas. Sus textos tratan de la vida, del amor y de la muerte. Los franceses le dan el término de *mélodie,* entre ellos encontramos a Debussy y Ravel.

Siglo XX (1900 hasta la actualidad)

En este siglo aparecen nuevos usos de la vocalidad, cambios tímbricos, registros y dinámicas extremas, técnicas extendidas, producción de sonidos no vocales (Alessandro, et al, 2014) Es un periodo de evolución de la voz con exploraciones y acompañamiento de técnica y expresiones del cantante. Ya no es una interpretación como comúnmente se hacía al leer partituras y emitir los sonidos escritos, se encuentran nuevas notaciones gráficas con signos que tienen diferentes significados y que el cantante debía interpretar junto con una exploración de sonidos corporalmente.

El siglo XX a diferencia de las expresiones del canto de los siglos anteriores, en donde las manifestaciones eran a través de canciones o melodías junto con su propia técnica según los avances de cada siglo, para el cantante del siglo XX es un reto, pues debe entender el juego de la producción sonora, se reemplaza las formas tradicionales del canto, se rompe la tonalidad, el cantante debe apropiarse a este nuevo lenguaje, a esta exploración de sonidos al que no se está acostumbrado, debe integrarse el lenguaje corporal. Se amplía el recurso expresivo de lo vocal, el cantante ya no está solo a expensas de la partitura, del texto o la melodía, sino también a lo escénico y a la creatividad, el cantante obtiene un doble rol: interpretación y creatividad.

Conclusiones

Conocer de las civilizaciones antiguas nos da la oportunidad de saber de sus costumbres, de sus creencias. Todas las lecturas que se hacen para poder escribir sobre la historia del canto, de su desarrollo, de las diferentes etapas evolutivas, nos invitan a reflexionar que todos estos compositores fueron seres humanos reales, inmersos en una determinada sociedad y época que los marcaron indeleblemente. Aquellos músicos defendieron sus creencias y dieron hasta la vida como ofrenda a las divinidades.

Observamos que, en los pueblos antiguos, con sus propias características y sentimientos, pero también muy parecidos entre ellos, se daba el canto colectivo, donde exaltaban sus sentimientos religiosos, cantaban a sus héroes para dar fuerza en la guerra, y en general, para convivir con la música en todas sus ceremonias sociales, místicas y cívicas, como la forma de expresar su amor a Dios, su plegaria de acuerdo con las modalidades sonoras de sus tiempos.

Se dieron tantos movimientos, como por ejemplo los personajes con poder que exigían al compositor crear un nuevo estilo y de una emoción adecuadas al culto, o al hombre rico que apoyaba completamente al cantor, llenándolo de beneficios y lujos pero que a la vez generaban difusión de las composiciones de otros pueblos, o de los personajes que tenían poder en las iglesias y que procuraban del cuidado de sus melodías, del público que exigía piezas nuevas, óperas nuevas, por lo tanto obligaba a los compositores a componer obras por año. Estos pueblos defendían sus creencias y sus propios valores. El músico era un asalariado que se encontraba al servicio de la iglesia o de las familias acomodadas económicamente, cuyo cometido era el de producir música para determinada celebración o ceremonia, satisfaciendo las exigencias de la propia vida social.

También la misma historia nos da a conocer la participación de niños, jóvenes, adultos, o familias enteras en el movimiento del canto, así como también ciertas prácticas musicales

sorprendentes que se vieron reflejadas desde la infancia, como los niños de maravillosas voces que fueron castrados para mantener su voz en las iglesias.

El canto siempre está presente en todo tipo de celebridades. Poco a poco se fueron creando nuevos estilos de composición, desde la música a capella hasta la música sinfónico-coral que enaltece a los cantantes y compositores de diferentes épocas por generar hermosas composiciones de bellas líneas melódicas. Hasta se podría medir una variedad de temperamentos con cada personaje de los solistas en la ópera, como por ejemplo las historias de lamento, en donde se pierde un amor o un ser querido, las óperas bufas en donde la comedia participa en la narración de la historia como sucede en el Barbero de Sevilla de Rossini, llevando el canto a una misma necesidad de expresión social.

El canto comunica emociones, tiene complejas influencias e interacciones en el ser humano, es un medio de expresión y no solo de la voz, si no del cuerpo entero del individuo, así como de la sociedad, elimina emociones dañinas para nuestra alma y se llena de emociones de felicidad, de estabilidad y desahogo. La música ejerce sus efectos sobre los sentidos y a través de esto sobre el alma.

Capítulo II. Anatomía, fisiología e higiene de la voz

Introducción. La voz humana

La voz es el medio que nos ha permitido satisfacer la necesidad de comunicarnos y compartir con otros nuestra visión del mundo, nuestras vivencias, experiencias e inclusive nuestros sueños. En todas las culturas y pueblos del mundo existen ejemplos de múltiples formas de manipular la voz dentro de diferentes contextos sociales, religiosos, guerreros y de trabajo, entre otros, como se mencionó en el capítulo I.

Cantar es una acción natural, pero toda persona que quiera utilizar la voz de una manera profesional debe conocer la técnica vocal y el mecanismo de su propio instrumento, para obtener bases sólidas y lograr una emisión vocal estable y duradera, además de conocer mejor las posibilidades con las que cuenta su instrumento vocal.

Es por ello que en este capítulo se presentan brevemente las características anatómicas, así como la fisiología e higiene del instrumento vocal, conocimientos que son indispensables en cualquier persona que pretenda desarrollar una técnica vocal y hacer de su voz un instrumento de expresión artística.

Anatomía y fisiología de la voz humana

Como cantantes debemos conocer nuestro propio instrumento. Físicamente conocemos el piano, el violín, el violonchelo y hasta podemos tocarlos, pero esto no pasa con nuestra voz, no tenemos acceso directo a nuestros órganos vocales y no podemos ver de qué manera actúan; sólo podemos deducir lo que está sucediendo a través del sonido. Se describen los diferentes órganos que intervienen en los actos fisiológicos de la respiración, fonación y resonancia. Es necesario adquirir estos conocimientos y hacer conciencia del mecanismo vocal para evitar malos hábitos y lograr como resultado un mejor rendimiento de la voz. Tal y como lo comenta Ancos (s/f):

Los tres aparatos que conforman el ejercicio de la voz hablada y cantada; respiratorio, de fonación y resonancia, buscarán aparte de sus propios cometidos, la manera de accionar íntimamente unidos, para dar lugar al hecho o función de hablar o cantar. (p.704)

Jaraba (1989) explica de este modo lo anterior:

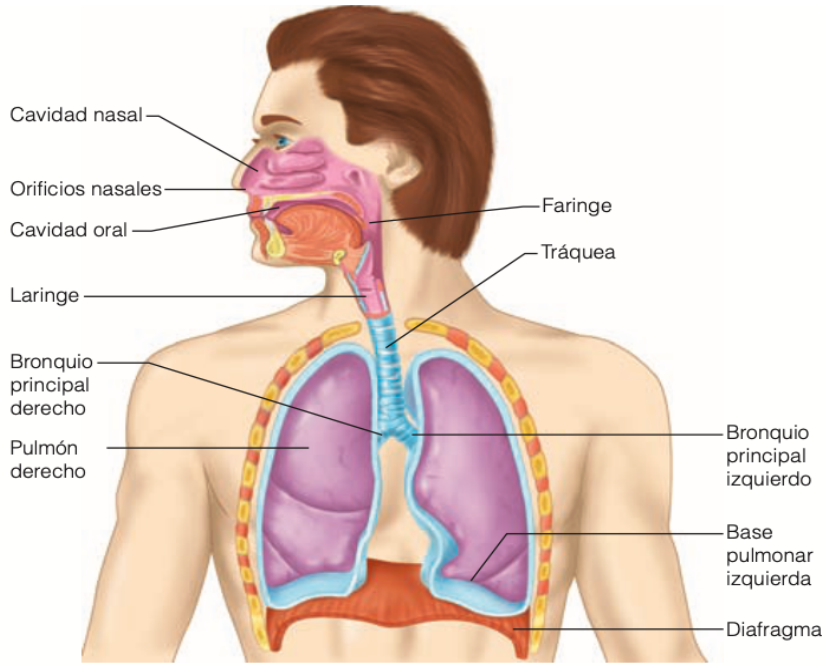
Para la emisión del sonido el cuerpo humano posee una compleja maquinaria cuya función es la de convertir una columna de aire, previamente aspirado, en un sonido modulado y articulado por cada uno de los elementos que componen dicha maquinaria, originando el lenguaje hablado o cantado (p.77).

Como se puede observar en estas citas, parte de las características de la voz humana son de naturaleza mecánica y física, y pueden ser descritas, entendidas y trabajadas, sin embargo, otros elementos de naturaleza sutil no son fáciles de percibir o de trabajar y desarrollar. A continuación, se ofrece un panorama de los tres aparatos que se involucran en la fonación.

El aparato respiratorio.

Gareis (2012) nos dice que el aparato respiratorio se encuentra conformado por las fosas nasales, faringe, laringe, tráquea, bronquios y pulmones; tiene como función principal obtener oxígeno del aire y expulsar dióxido de carbono. Cuando se inspira, el aire inicia su recorrido por las fosas nasales; continúa en la faringe, laringe, tráquea y bronquios hasta llegar a los alveolos pulmonares. Entre el aire y la sangre se produce un intercambio gaseoso, de manera que se iguala la concentración de ambos lados de la membrana alveolocapilar. En el momento de la espiración, el aire sale pobre en oxígeno y lleno de dióxido de carbono. El diafragma y otros músculos tienen como encargo impulsar la biomecánica de la entrada y salida del aire.

En seguida se presenta un ejemplo gráfico de los principales órganos del aparato respiratorio.



Fuente de la imagen: Marieb (2008, p. 442)

Marieb (2008) define de la siguiente manera los órganos del aparato respiratorio:

La nariz es la única que podemos ver de manera externa, en su interior tiene una cavidad que a la vez se encuentra dividida por un tabique nasal, por los orificios nasales penetra el aire.

La faringe es un conducto muscular de unos 13 cm de longitud, comúnmente llamada garganta. Actúa como vía de paso de los alimentos y el aire, comunicándose con la cavidad nasal.

La tráquea es rígida porque sus paredes están reforzadas con anillos, la parte abierta del anillo linda con el esófago.

La laringe está formada por 8 rígidos cartílagos hialinos y una solapa en forma de cuchara compuesta por cartílagos elásticos, la epiglotis. Los bronquios, tanto el izquierdo como el derecho se forman por división de la tráquea, el bronquio principal derecho es más ancho, corto e inclinado que el izquierdo

Los pulmones son órganos de gran tamaño, ocupan toda la cavidad torácica, excepto su porción central, el mediastino, que engloba el corazón, los grandes vasos sanguíneos, los bronquios, el esófago y otros órganos.

Son nueve los cartílagos que componen la laringe, entre ellos se encuentran tres cartílagos mayores (tiroides, cricoides y epiglotis) y tres cartílagos menores (aritenoides, corniculado y cuneiformes). (p.441 y ss.)

En seguida se presentan en imágenes las partes de la laringe.

Marieb (2008) “El cartílago tiroides tiene forma de escudo, el cual protruye hacia adelante, y es conocido comúnmente como una nuez” (p.444).

Jerez(s/f)

“El cartílago cricoides tiene forma de un anillo de sello fuerte con la parte más gruesa hacia atrás y está superpuesta al primer anillo de la tráquea”.

Jerez(s/f)

Marieb (2008) nos comenta “La epiglotis se le hace referencia como el guardián de la vía aérea, ya que ésta protege la apertura superior de la laringe”. La epiglotis es una válvula que se encuentra pegada al cartílago tiroides, su función es dirigir el aire y la comida por conductos deferentes para impedir que tomen un camino equivocado. (p.444)

Jerez(s/f)

De los Ancos (s/f) nos dice “Los cartílagos aritenoides, son dos, y son los más importantes para la producción de la voz, se encuentran situados en la parte posterior de la laringe y sobre el micoides”. (p. 712)

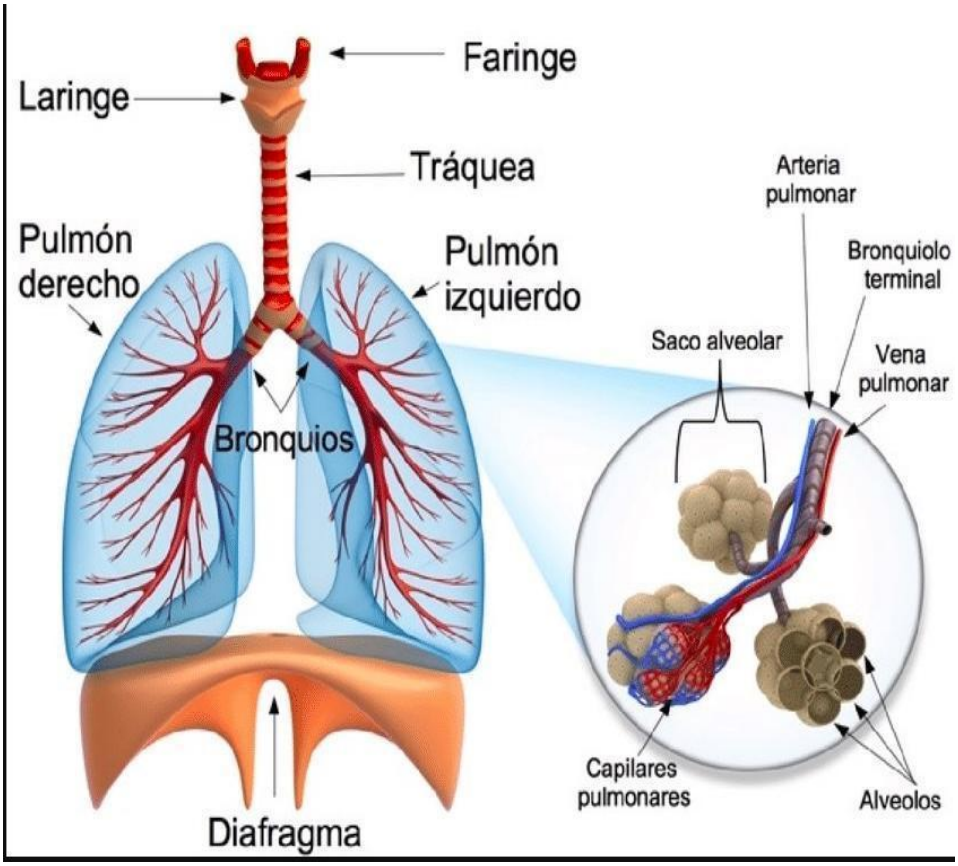
Jerez(s/f):

“Los cartílagos Aritenoides junto con los cartílagos corniculado y cuneiforme son los tres cartílagos menores, estos últimos se ven como dos pequeños nódulos que rodean la entrada laríngea”. Tal como se muestra en las siguientes figuras.

http://www.sabelotodo.org/anatomia/laringe.html (s.f.)

De los Ancos (s/f) comenta que una vez que ingresa el aire por la tráquea, que está constituida por un tubo de anillos cartilaginosos de más o menos 12 cm de largo, desciende a lo largo del cuello hacia los pulmones. La tráquea se divide en dos tubos llamados bronquios y cada uno se dirige a un pulmón dividiéndose en bronquiolos hasta llegar a los alveolos pulmonares en donde se realiza el intercambio gaseoso a través de las venas y arterias de los mismos (p.709).

En seguida se presenta figura de la tráquea y aparato respiratorio:



https://www.researchgate.net. (s.f.)

El objetivo del aparato respiratorio no sólo es inspirar y espirar aire, sino, dentro de la técnica del canto, aprovechar los recursos organológicos como los resonadores para amplificar el sonido y darle a la voz el mejor timbre o color posible. Es indispensable tener un amplio dominio de la respiración para llegar a emitir un buen sonido, ya que en ella se encuentra la base de la técnica vocal; en su buen o mal uso resolveremos o provocaremos muchos problemas vocales.

Marieb (2008) comenta que “la cantidad total de aire intercambiable ronda los 4.800 ml en un joven adulto sano, siendo esta la capacidad respiratoria, la capacidad vital” (p. 452).

Cuidar los pulmones es de suma importancia. Descansar, dormir bien, tener una buena alimentación y hacer ejercicio, ayudará a contar con pulmones saludables ya que para el cantante es de suma importancia el cuidado que le brinde a sus órganos vocales.

De los Ancos (2008) nos describe a los pulmones de la siguiente manera:

Los pulmones son órganos esenciales en la respiración estando situados en el tórax, a cada lado del corazón. Su estructura consta de los alveolos pulmonares subdivididos en vesículas compuestas en abundante tejido elástico, dentro del cual circulan los conductos sanguíneos que reciben el oxígeno que constituye el objeto principal del sistema respiratorio (p.707).

Siguiendo con de los Ancos (s/f), nos refuerza el tema de los pulmones comentando que: como órganos proveedores de aire (los pulmones) pueden albergar desde su interior desde 3.5 hasta 6.6 litros de aire, dependiendo de la capacidad respiratoria, la complexión y morfología del individuo. En la mujer es de 4.5 litros de aire, la talla normal suele variar según las familias, razas, ambiente social, alimentación, profesión" (p.707).

La respiración correcta es un acto natural debido a las características del cuerpo humano, es decir, tiene su propia mecánica; la respiración de un bebé es habitualmente perfecta, pero a medida que vamos creciendo va perdiendo vitalidad y la capacidad de obtener oxígeno, ya sea por la ajetreada vida cotidiana, el estrés, las emociones o por enfermedad como lo respalda National Geographic en su página *nationalgeogrphicla.com* (2022):

"El estrés y las emociones fuertes pueden desencadenar una variedad de síntomas respiratorios, como dificultad para respirar y respiración rápida, ya que la activación del sistema de lucha o huida hace que las vías respiratorias entre la nariz y los pulmones se contraigan".

Esto es un punto muy importante para comentar, existe también el pánico escénico, que es una emoción no favorable para el cantante, ya que puede perderse todo lo que artísticamente se había planeado o trabajado para un concierto, como lo comenta Aramburú (2017):

El miedo acarrea alteraciones glandulares momentáneas o inhibitorias de funciones neuromusculares. Se llama *trac* la situación en que un cantante u orador se sienten impedidos de

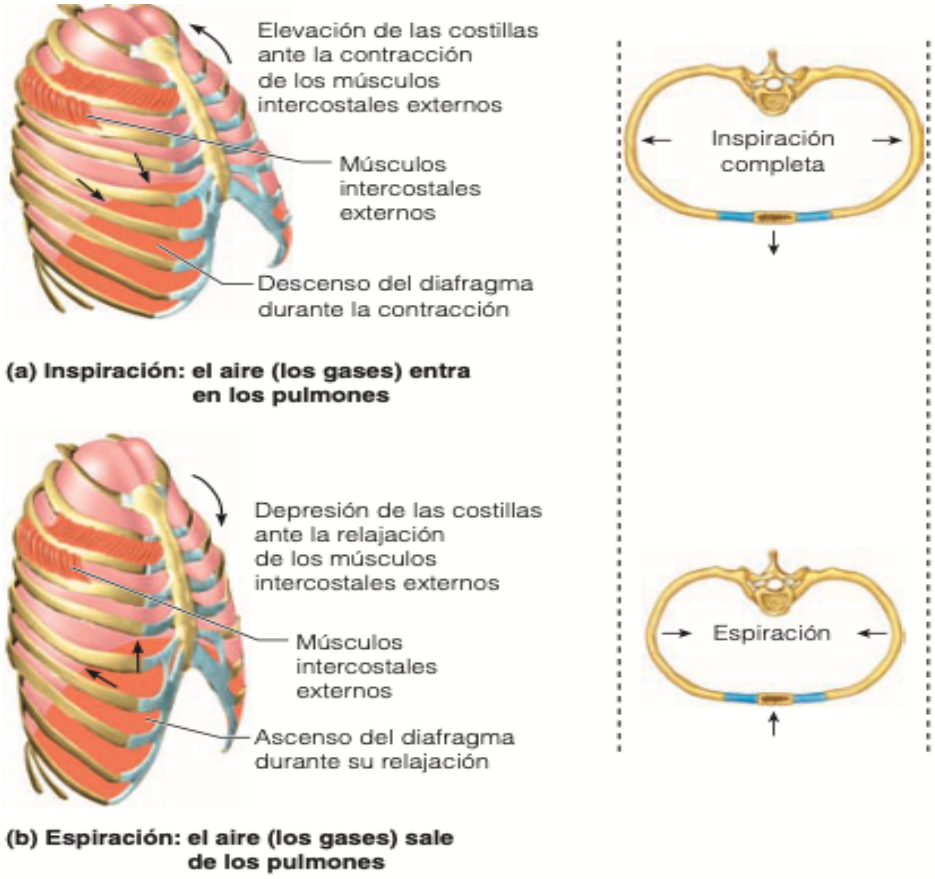
usar su voz a la altura, con la intensidad y timbre habituales. Es un bloqueo físico y mental, una fobia originada más en la imaginación que en factores reales (p. 43).

Las malas posturas también pueden provocar que nos olvidemos de respirar de forma correcta.

Torres (2008) comenta sobre la mecánica de la respiración:

Durante la inspiración, el diafragma se contrae aplanándose. Debido a esta acción, las costillas se mueven lateralmente (las más inferiores) y hacia adelante (las más superiores). Así, la caja torácica se ensancha y el aire entra en los pulmones aspirado del mismo modo que lo es un líquido del interior de una jeringuilla. En la espiración el diafragma se relaja y asciende. Durante la respiración tranquila, este proceso es automático ya que los pliegues vocales están abducidos y el aire pasa entre ellos sin ningún esfuerzo (p.50).

En seguida se presenta un ejemplo gráfico de la inspiración y espiración.



Marieb (2008, p.450)

Siguiendo con Torres (2008) dice, para que un cantante tenga un sonido y cante mejor, se debe utilizar la respiración diafragmática: “En ella el diafragma realiza su máximo descenso. Es la más adecuada para cantar ya que permite ejercer un mayor control sobre el proceso espiratorio” (p.50).

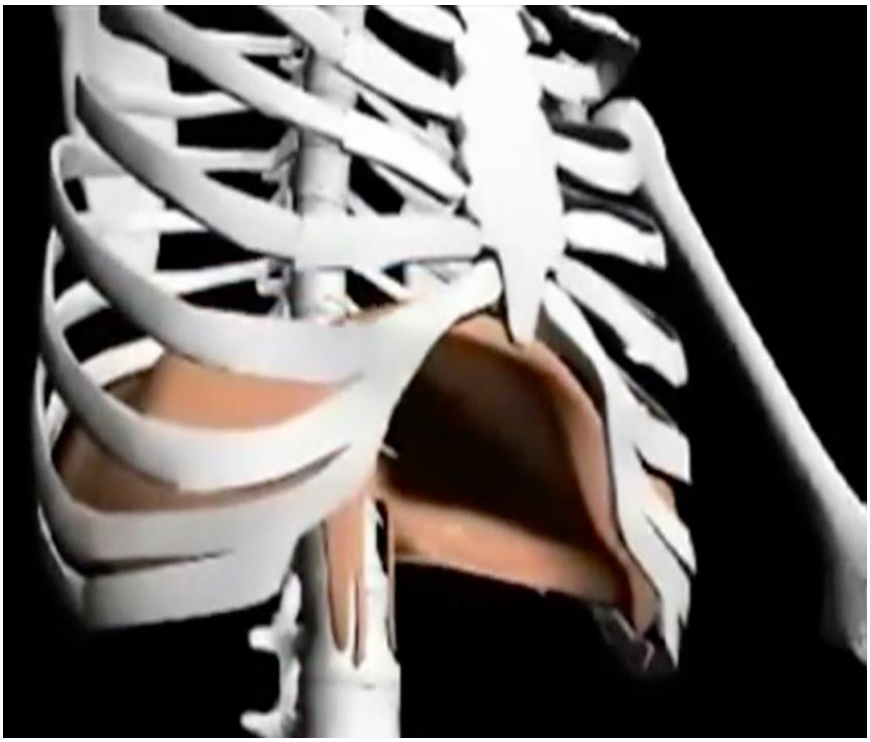
A esto se añade la idea de que el acto de respirar debe ser más profundo, con mayor volumen aeróbico, para que pueda ingresar suficiente aire para las diferentes exigencias y necesidades del canto.

De la misma manera Torres (2008) nos comenta:

El diafragma es el músculo más importante de la respiración. Cuando se contrae sus cúpulas derecha e izquierda se desplazan hacia abajo aplanándose, este descenso aumenta el

diámetro vertical de la cavidad torácica; por su origen en la abertura inferior de la caja torácica sobre sus articulaciones determinando el movimiento de las costillas lo que provoca el aumento de los diámetros anteroposterior y transversal. Con este aumento de los tres ejes del tórax los pulmones se llenan de aire (p.4).

En la siguiente figura se observa el músculo diafragma



Gareis (2012)

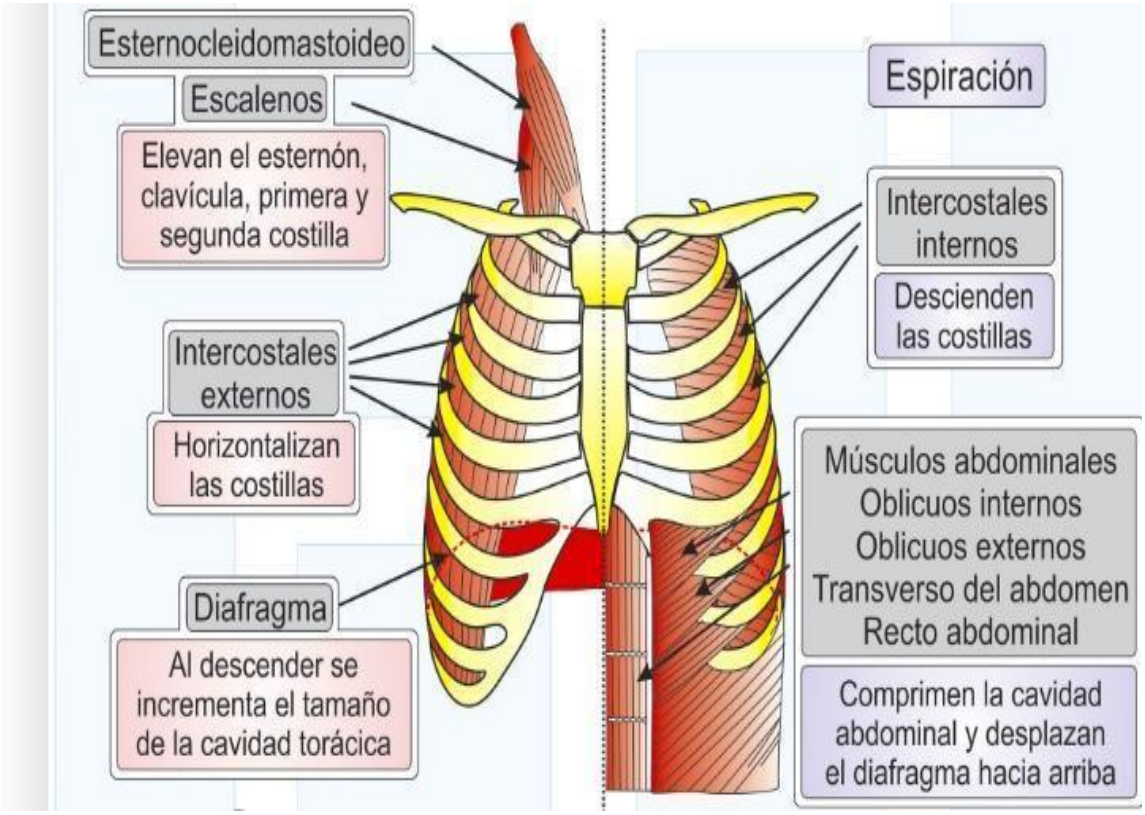
Arriba (2018, p.19) y Marieb (2008, p. 208) comentan que entre los músculos de la respiración se encuentran los abdominales rectos y transversal, los oblicuos internos y externos, intercostales y otros como el diafragma. Son músculos que se usan de manera normal inconscientemente cuando estornudamos, tosemos o incluso cuando cantamos. Hacer buen uso de estos músculos nos ayudará a tener un mejor sonido y mejor control vocal. Para el cantante será mayor el trabajo, pues deberá darse a la tarea de concientizar estos músculos, haciendo múltiples

ejercicios para poder entenderlos corporalmente y obtener resultados óptimos del esfuerzo muscular.

En este punto, es necesario mencionar que la mecánica de la respiración no es controlable y que es imposible cambiarla, ya que no podemos evitar el usar los músculos respiratorios, los conductos como la laringe, tráquea o los bronquios para conducir el aire, y el uso de un músculo liso como el diafragma para espirar e inspirar. Lo que sí se puede modificar es la cantidad de aire que se obtiene al inhalar y exhalar, y la velocidad o presión con la que se emite el aire y por lo tanto el sonido. Inspirar y espirar son procesos que se pueden llevar a cabo de manera automática o voluntaria por la nariz o la boca.

En seguida figura de los músculos de respiración:

Inspiración Espiración



Caja torácica o fuelle pulmonar

El fuelle, que está constituido por el aparato respiratorio, impulsa el aire a través de la laringe, entendiéndose dicho aire como una columna que el cantante debe aprender a modular, dosificando cuidadosamente la presión y logrando la riqueza de matices, timbres y la duración de las notas y de las frases que constituyen los recursos interpretativos del cantante profesional.

El aparato fonador

Aramburu (2007) dice "Nuestro sistema fonador está compuesto, en esencia, por las cuerdas vocales(vibrador), la respiración(energía) y la cavidad faringe bucal(resonancia) al cantar, estas partes deben trabajar sincronizadamente y bajo las restricciones impuestas por la finalidad artística" (p. 41).

El aparato fonador está formado por la laringe, la cavidad bucal con los elementos internos como los dientes, la lengua, la glotis, los paladares duro y blando, más todos los músculos que se encuentran en la cavidad bucal y que mantienen un rol importante en la articulación de los fonemas que utilizamos cotidianamente dentro del lenguaje verbal.

Alberti (s/f) nos habla sobre la lengua:

La lengua es un órgano muscular muy movible que se encuentra fijado por su parte posterior en el interior de la boca de los vertebrados; en los seres humanos interviene en el gusto en la masticación y deglución de los alimentos y en la articulación de los sonidos de la voz. A la hora de cantar la lengua desempeña un papel importante porque su función es mover la laringe, es un músculo de gran precisión, fuerza y versatilidad (p. 77).

¿Qué tan importante es la lengua, la boca, el paladar en el ser humano? Contar con nuestros órganos bucales es de suma importancia porque con ellos transformamos el sonido en palabras y logramos articular el lenguaje y el canto. El hacer buen uso de los órganos de fonación

para cantar, nos dará como resultado un mejor color y sonoridad de la voz, a través de nuestra boca nos expresamos, percibimos los sabores de los alimentos, respiramos y sonreímos.

El paladar blando o velo del paladar de la voz cantada, al elevarse como cuando bostezamos cierra las fosas nasales liberando el fondo de la garganta y ofreciendo como resultado un sonido redondo. La mandíbula debe ser libre de toda tensión, debe subir y bajar con soltura. Estar disponible para los sonidos tanto graves como agudos, así como también para la articulación.

El aparato fonador es como otro instrumento más en cuanto a la semejanza en la emisión de un sonido, ya que contamos con un cuerpo que genera energía, tenemos cuerdas que vibran y para la resonancia usamos nuestros propios huesos obteniendo como resultado calidad del sonido y un timbre propio.

La laringe contiene en su interior las cuerdas vocales, que son cuatro, dos falsas y dos verdaderas; al espirar y pasar el aire por la laringe, dichas cuerdas vocales comienzan a vibrar generando así el efecto que conocemos como sonido y que percibimos como una onda sonora que se trasmite mediante un medio como el agua, aire o sólidos, llegando así al sentido del oído y, mediante el nervio auditivo, al cerebro, donde es interpretado.

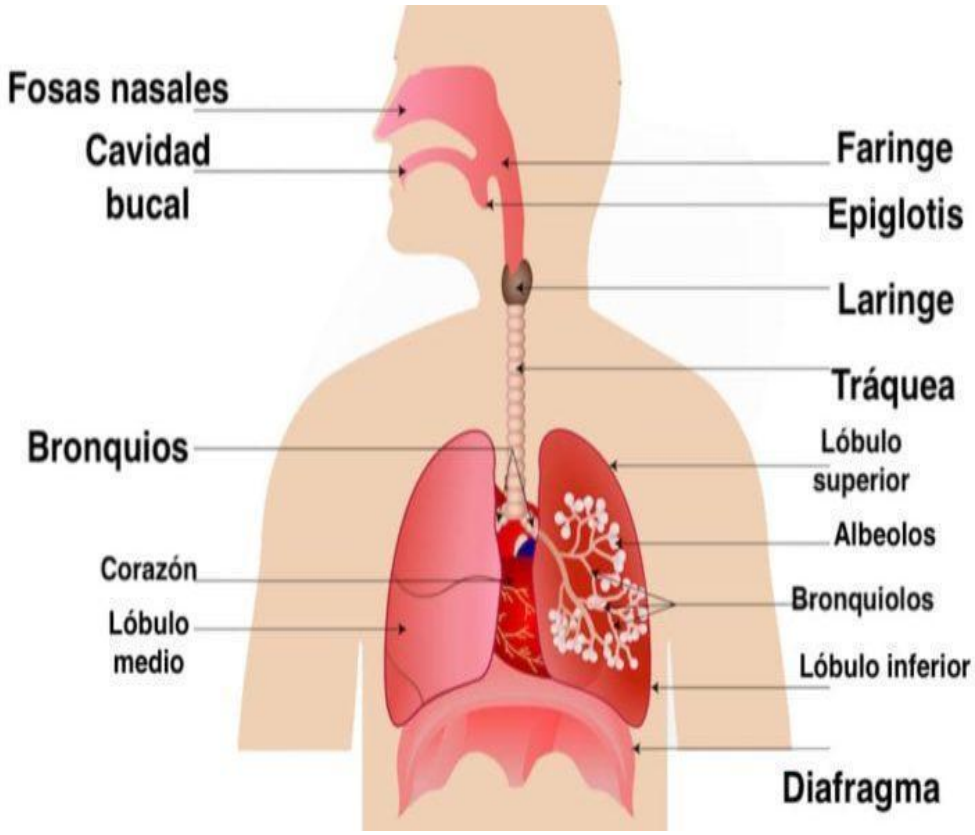
Figura de las cuerdas vocales. Jerez(s/f)

De los Ancos(s/f) comenta" La longitud y tensión de las cuerdas vocales darán lugar a las diferentes alturas del sonido o diferentes calidades de voz" (p.713).

Boca y nariz

Alberdi (s/f) nos dice que la boca consta de un paladar duro y uno blando, de la lengua, los dientes superiores e inferiores y la cavidad bucal, cuyas paredes están formadas por las mucosas bucales; es la última parte por donde pasará el sonido producido por las cuerdas vocales antes de emitirlo. La nariz forma parte del sistema respiratorio ya que su trabajo es ingresar el aire de manera que penetre limpia y caliente para llegar a los pulmones. Sin embargo, ella también toma un papel fundamental como espacio de resonancia ya que ahí se amplifican las vibraciones sonoras que provienen de la laringe y que, junto a otros cámaras de resonancia como los senos paranasales, maxilares y frontales, el cráneo y otros le dan un color característico a la voz de cada individuo (p. 90-92 y 102).

Aquí el aparato de fonación general.



(humanidades.com/aparato-fonador)

El aparato resonador

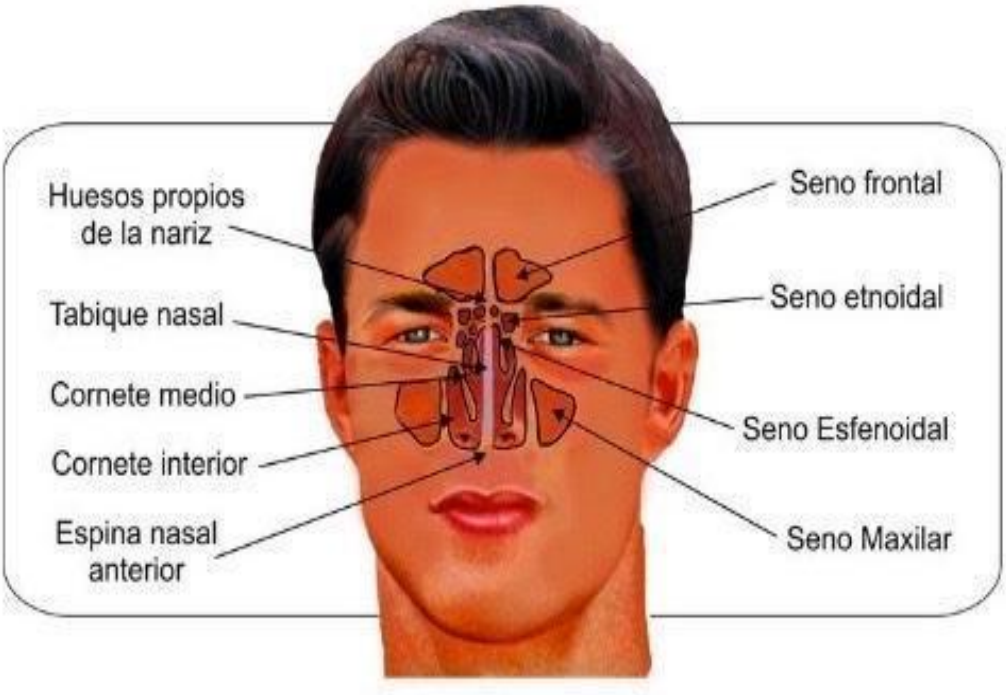
El aparato resonador consta de la cavidad bucal, la cavidad nasal, el cráneo, los espacios de aire en el área que los cantantes conocen como la máscara (los senos maxilares, frontales, etmoidales, esfenoidales, pecho, caja torácica.

Regidor Arribas (2018) lo define de esta manera: “se llaman cajas de resonancia a los cuerpos cuyo fin es reforzar los sonidos producidos por otros cuerpos o fuentes sonoras”. Así como la guitarra, el violín, el guitarrón o el contrabajo que cuentan con una caja de resonancia, así también la voz humana cuenta con sus propios resonadores de apoyo para poder amplificarse, entonces. ¿Cuál sería esa caja de resonancia para el cantante?

La función de los resonadores es lograr el mejor timbre y el mayor volumen posible en la voz, amplificando el sonido y reforzando los armónicos. Nuestro cuerpo se encuentra conectado con órganos, venas, cerebro, huesos, este último es el que nos ayuda a funcionar también como caja de resonancia, de hecho, todo nuestro cuerpo participa para amplificar nuestro sonido para obtener mayor fuerza y que nuestro sonido pueda viajar más proyectado sin necesidad de hacer uso de algún micrófono.

Mansión Madelaine (1977) nos dice que tenemos ciertas cavidades en todo nuestro cuerpo como son los siguientes resonadores: Caja torácica, cavidad laringe, cavidad bucal y la máscara facial (senos paranasales, los frontales y esfenoidal) que se encuentran detrás de la nariz. También nos indica ejercicios con los cuales se llega a estos resonadores, por ejemplo, con los sonidos graves la caja torácica, con los sonidos agudos, las resonancias de la cabeza (p.45-47).

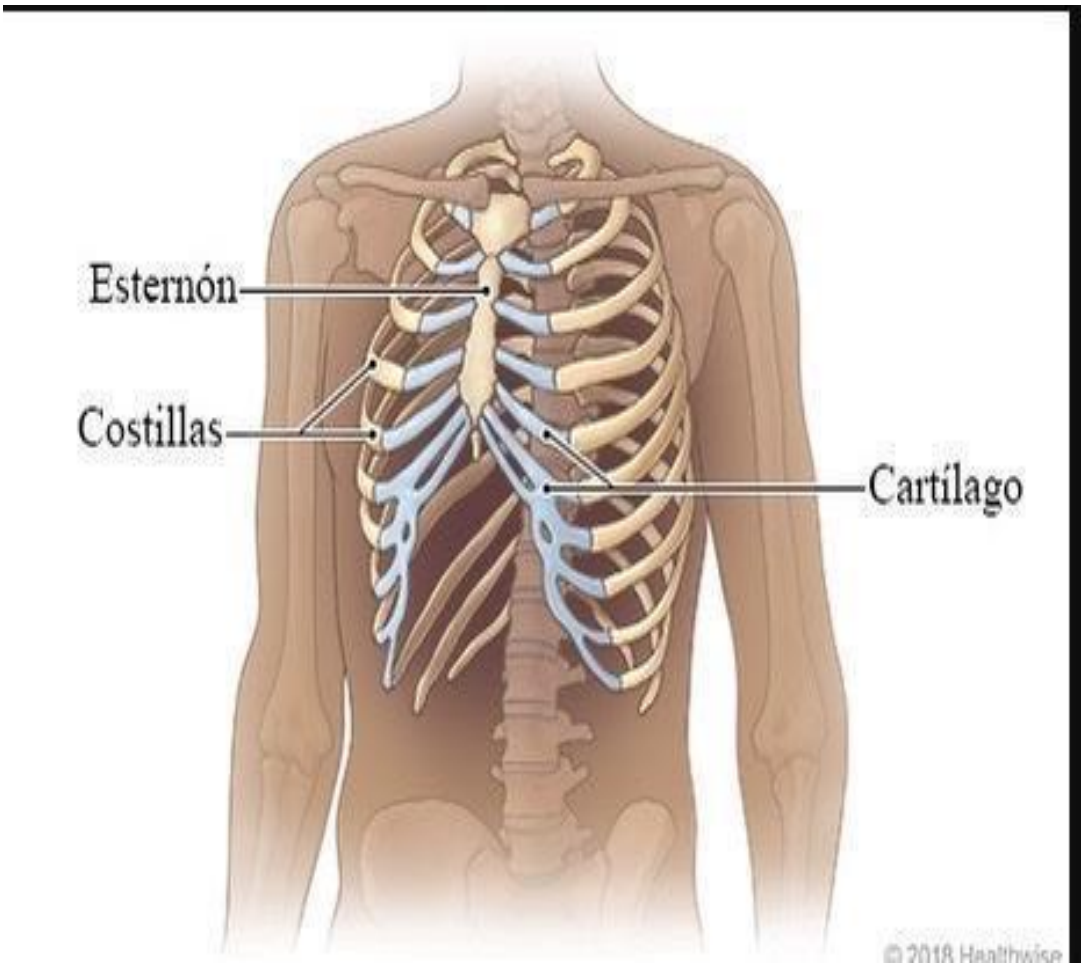
Aquí la figura de los huesos y máscara facial:



(vozalia.com)

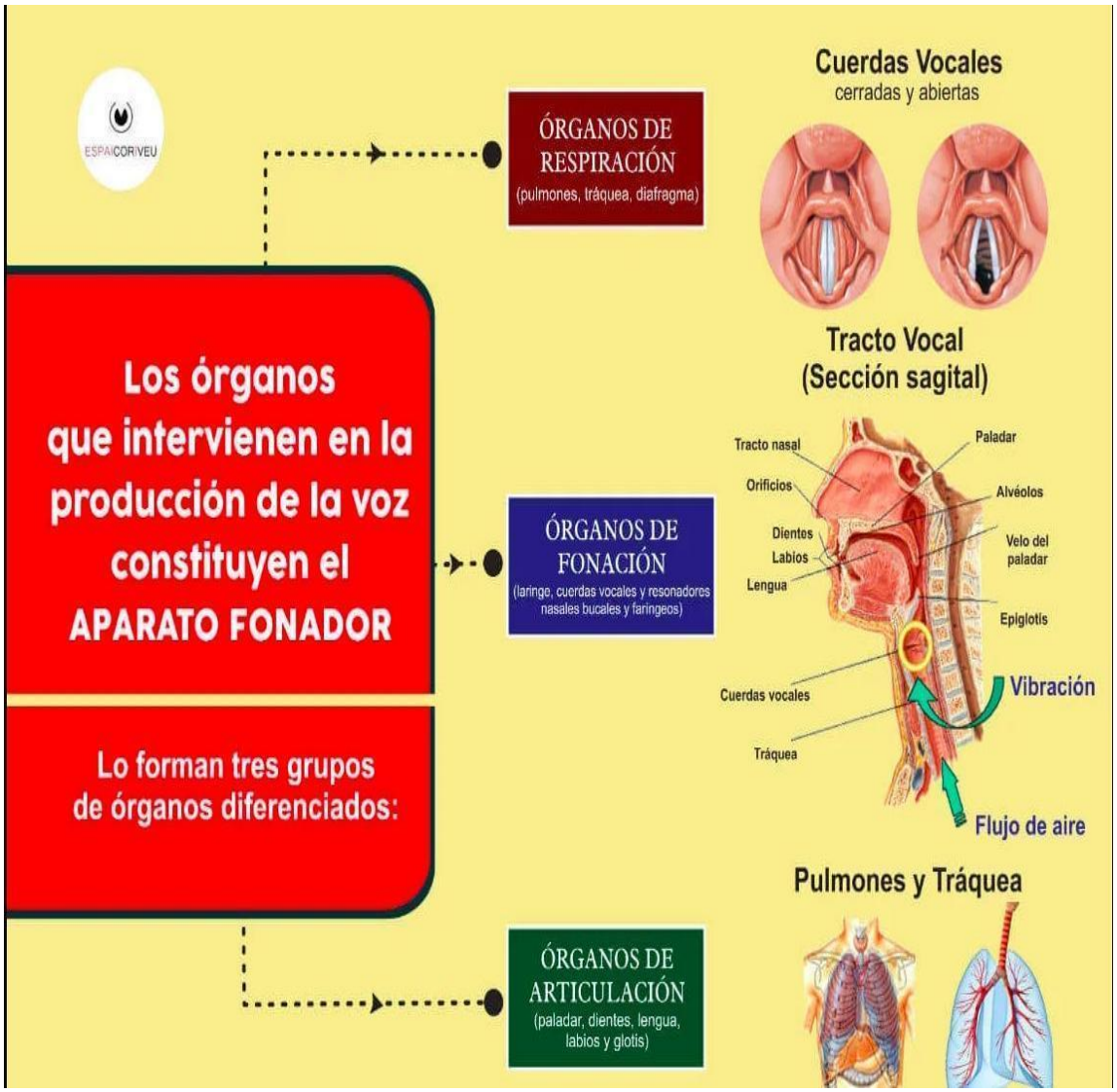
Bonet (s/f) nos dice que el papel de la caja torácica es hacer uso de los músculos respiratorios y de la esponja elástica del pulmón para que el aire penetre creando una fuerza inspiratoria a través del diafragma e intercostales, una vez haciendo este movimiento con el aire acumulado y de la elástica muscular, el aire se regresa sin ningún esfuerzo (p.7).

La siguiente figura es de la cavidad torácica. La caja torácica está formada por las costillas, el esternón y dorsal.



(https://content.healthwise.net/)

Figura general de las partes que intervienen en la fonación.



https://www.espaicoriveu.com/

Higiene de la voz

El cuidado de la voz no solo es importante para el cantante, sino más bien para todo ser humano, tanto como para el que habla como para el que canta, porque es el instrumento que nos ayuda a comunicarnos.

Todos debemos tener conocimiento de nuestro propio cuerpo, cómo funciona, para qué sirve cada órgano y de cómo cuidarlo; cuando hablamos de higiene de la voz, nos referirnos a un

instrumento musical, semejante al piano, la guitarra o cualquier otro en el sentido de que necesita cuidados, limpieza, protección y mantenimiento para que pueda responder adecuadamente a las exigencias que la interpretación y ejecución musicales demandan.

Hay que cuidarlo de los cambios bruscos del clima, no gritar, evitar espacios ruidosos para no forzar la voz y poder escuchar y ser escuchados, no desvelarse, sobre todo para el que canta, porque a corto o largo plazo la voz cobrará el mal uso que se le haya brindado a lo largo de la vida, pero también es importante decir que el cuidado de la voz no sólo es esencial para el cantante sino también para aquel que utiliza la voz en su diaria labor como los locutores, los políticos, los anunciantes, docentes, que hacen de la voz su modus vivendi.

Con la voz se pueden remediar tantos problemas emocionales, tal como lo afirman Hamel y Hürlimann (1981):

Sin el cuidado de la voz, no hay salud perfecta, no hay la completa maduración espiritual, ni la completa formación del carácter. Todavía no ha llegado a saberse plenamente cuántas enfermedades, inhibiciones o entorpecimientos espirituales se han producido sólo por haberse carecido del exacto cuidado de la voz (p. 575)**.**

Existen enfermedades que se han creado por el mal uso de la voz, como los nódulos, pólipos, irritación, dolor, afonía, inclusive el cáncer.

En seguida un listado de consejos para el cuidado de la voz.

- No desvelarse
- Acudir al médico en cuanto haya alguna infección, molestia o cansancio vocal.
- No gritar ya que se irritan las cuerdas vocales
- Los ejercicios de vocalización deberán ser progresivos, del más sencillo hasta aquel que genere más esfuerzo vocal.

- Llevar una alimentación sana.
- Beber mucha agua.
- Procurar una buena salud en general.
- Evita fumar
- Evita cantar al aire libre
- Evitar inhalar polvo
- Evitar hablar o cantar demasiado

Naidich (1981) da algunas recomendaciones:

- Antes de cantar se debe ingerir alimentos livianos
- Llevar una alimentación balanceada es importante ya que la misma actividad del canto requiere mucha energía
- No ingerir líquidos gaseosos, recomienda tomar té de limón tibio
- En las últimas semanas de embarazo se debe evitar esfuerzos respiratorios o vocales.
- Cuidar las emociones, porque también tienen un efecto físico como el estrés, tensión, angustias. En caso de una enfermedad emocional o psicosomática se debe acudir de inmediato a terapia profesional) (p.140).

Conclusiones

Se hizo una breve exposición sobre los diferentes órganos productores y moduladores de la voz, así como los diversos mecanismos que el cuerpo humano posee para obtener suficiente cantidad de oxígeno y eliminar al mismo tiempo el dióxido de carbono de manera eficiente, lograr la emisión de sonidos articulados con altura y ritmo definidos y alcanzar un volumen máximo de sonoridad aunado a un timbre brillante y agradable para cumplir con los estándares

que el arte de la música ha exigido de los cantantes a lo largo de la historia. Actualmente, se pide de un cantante o un coro cierto nivel de técnica y de conocimiento científico, así como musical debido a los avances que en el campo coral se han desarrollado en el mundo en los últimos veinte años, tal como lo comparte uno de los tantos festivales y concursos reconocidos internacionalmente como lo es en Argentina con *San Juan canta*, con sus experiencias y requisitos para la participación de agrupaciones corales. (Página web https://sanjuancanta.com.ar/)

Se abordó el tema de los cuidados de la voz y de aquellas enfermedades que debemos evitar para no perder el propio instrumento, es importante no olvidar que todo docente en canto o maestro frente a grupo en general, debe contar con la capacidad de identificar problemas de la voz en los alumnos para canalizarlos a un especialista de manera adecuada y de esta manera, intervenir a tiempo para evitar problemas de salud mayores.

Una vez iniciada la voz con una buena técnica vocal y sólidas bases de conocimiento científico así como musical, podemos adquirir la suficiente preparación que nos permita practicar la música con diversas agrupaciones, ampliando nuestras posibilidades, como, por ejemplo, cantar a dos o tres voces junto con otros solistas o participar en diferentes ensambles corales, experiencia, sin duda, enriquecedora para la vida, pues estaremos compartiendo el sentido humano con otras personas contribuyendo así, a aumentar la calidad de vida y el bienestar de la sociedad en su conjunto.

Capítulo III. El canto coral

Introducción. Importancia del canto

Este capítulo contiene una breve reflexión sobre la importancia del canto en la vida del ser humano, también incluye algunas consideraciones acerca de sus beneficios psicológicos y sociales.

La voz, entonada o hablada, es el instrumento que ha acompañado al ser humano desde las primeras culturas, ya que forma parte indispensable en las diferentes sociedades humanas.

El objetivo de la voz es transmitir emociones y expresar lo que se desea o sufre. Con el tiempo se ha convertido en un instrumento extraordinario con posibilidades infinitas que ha inspirado a los grandes compositores de todos los tiempos.

En el mundo de la música se cuenta con innumerables piezas para la voz humana, dirigidas para grandes y pequeños, para solistas, para agrupaciones corales, infantiles, juveniles, obras desde las más sencillas hasta aquellas que requieren de una educación vocal más exigente. Existen muchas actividades musicales que se pueden lograr al cantar. Asimismo, cada individuo puede ser identificado por sus características vocales, su timbre, su sonoridad, ya sea la voz de un infante, un adulto, un anciano tal como lo definen Perello, Caballé y Guitard (1975):

La voz es la respiración sonora, la vida manifestada en tono, la diferencia más profunda de los seres, diferencia de sexos, espejo de edades, particularidad individual. Es la proyección del hombre en la esfera del sonido. Es la visibilidad corporal transformada en invisibilidad sonora. (Ídem, p. 2)

Cuando se canta hay una transformación en cuerpo y alma, se expresan emociones, se desahogan las tensiones, se abandonan las preocupaciones. Hay alivio de estrés, se reduce la tristeza, se crea seguridad en el ser, se siente satisfacción al darse cuenta de que se puede lograr armonía con otras voces. Al emitir un sonido con el propio instrumento y hacerlo en equipo, se

educa el oído y se fortalecen lazos de amistad generando respeto hacia el prójimo, es una orquesta de voces en donde se comparten varios sonidos al mismo tiempo.

Al cantar, se ponen en funcionamiento coordinado ciertos órganos que intervienen tanto para la emisión de la voz como para la respiración, como dice Padilla (2012):

Cuando cantamos tonificamos los músculos abdominales e intercostales, obligando al cuerpo a reaccionar de una manera natural. Haciendo buen uso del diafragma al provocar vibraciones cuando se canta, se benefician todos los órganos y vísceras que se encuentran en las cavidades torácica y pélvica y se mejora la postura corporal.

Y así, se llena de salud el cuerpo entero porque se obtiene abundante oxígeno y como resultado, se genera mucha energía. Es importante estar siempre en la disposición de aprender todo lo que se pueda para bienestar propio.

Beneficios psicológicos

El canto coral es muy importante para los infantes, ya que logra un buen equilibrio físico y mental, debido a que integra lo afectivo, lo cognitivo y la motricidad.

En los adolescentes la música coral reporta grandes beneficios como la integración de habilidades visuales, auditivas, vocales y kinestésicas que ayudan al adolescente a relajar y a controlar de una manera eficiente su cuerpo y mente junto con sus emociones y además le permite integrarse a un grupo de una manera participativa, tolerante y organizada.

A veces, el estudiante llega con bloqueos ya estructurados en su personalidad que constituyen un impedimento para su integración a grupos determinados. Al estudiante le cuesta trabajo moverse, expresarse, siente vergüenza para cantar y tiene una timidez natural o adquirida. Padilla tiene el siguiente interesante comentario que coincide plenamente con lo anteriormente escrito (2012, p.19): “En el adolescente cantar genera armonía a nivel psíquico y a través de la voz, es capaz de expresar las emociones que lo invaden continuamente”.

Entonces, lo que se logra en estos jóvenes es un sentimiento de bienestar y de felicidad, aparte de generar un buen control del aparato respiratorio y de socializar con sus demás compañeros. Inclusive, en muchas ocasiones hay problemas de dicción en aquellos jóvenes tímidos, que les cuesta articular bien las palabras, tanto que no se les entiende cuando hablan o tienen un volumen muy bajo.

Cuando participan en el taller coral, comienzan a hacer uso de su voz aprovechando la técnica vocal y la articulación de las palabras, observándose un crecimiento en diferentes aspectos como la seguridad en sí mismos, llegando a mejorar su postura y habla, logrando una mejor comunicación entre compañeros y adquiriendo también destrezas como la educación auditiva, entonación cada vez más fina y sentido de la afinación.

El canto también impacta generando cierta liberación emocional, quien lo hace se identifica con la armonía o melodía de las obras que se cantan y se generan sentimientos que llevan a ser más sensible, por lo que el adolescente se transforma en una persona con más consciencia de su rol en la sociedad enriqueciendo su vida, sintiéndose más cómodos en la interacción con los diferentes ámbitos sociales.

Beneficios sociales

El cantar con otras personas fomenta las relaciones entre individuos, esta actividad potencia la interacción social. El cantar en grupo se constituye en una vía directa para expresarse emocionalmente; tensiones, frustraciones, miedos, y otras emociones negativas encuentran un cauce de salida.

Este caso se ha podido observar en la escuela preparatoria donde se está llevando a cabo el proyecto, en la que ha habido alumnas que se identifican tanto con el texto y sienten tanto la música que llegan hasta las lágrimas, descargando así emociones contenidas. Estas constituyen experiencias muy significativas para los alumnos en general que desahogan sus sentimientos y

aprenden a compartir sus emociones con los compañeros quienes desarrollan relaciones empáticas y de colaboración.

El canto realmente toca corazones y ayuda al ser humano a seguir creciendo o a desarrollar sus propias destrezas, como dice Puente (s/f): “La voz como instrumento musical es, plausiblemente, el comunicador expresivo y sensible que ha influido en el proceso creativo del hombre, desde sus más rudimentarios esquemas de comunicación fonal hasta las más avanzadas técnicas de la voz cantada” (Puente, p.5)

El canto colectivo crea amistades de por vida, es una de las expresiones más escogidas y apreciadas por la humanidad, favorece el intercambio entre distintas agrupaciones enriqueciendo a los coralistas con viajes y convivencia con diferentes culturas.

Algunos de los beneficios sociales son los siguientes:

- Al cantar damos a conocer al público a los diferentes compositores y sus creaciones.
- Se desarrolla el gusto por el canto grupal logrando objetivos artísticos personales.
- Se logra un conocimiento cultural musical de épocas, estilos y autores.
- Cuando cantamos colectivamente se reúnen personas de diferentes clases sociales, credos, intereses y diferentes edades con un objetivo común que le da sentido a su tiempo compartido.
- Se desarrolla la actitud de superación en diferentes ámbitos personales.
- Se mejora la capacidad de relacionarse e interactuar con personas de diferente origen
- Se incrementa la autoestima, el respeto y la disciplina y además, aprendemos a escuchar a los demás.

- Se realiza un servicio importante a la comunidad al ofrecer a los adolescentes actividades sanas y productivas para no caer en vicios o malas actividades a las que están proclives comúnmente a esa edad.
- Ejercemos una función social cuando ofrecemos conciertos al público o a la comunidad al dar a conocer los valores del canto y de la música en general tanto nacionales e internacionales.

Benito (2019) coincide con los principios arriba mencionados al concluir que:

El bienestar social es como una especie de orden social, en el cual todas las personas alcanzan logros que favorecen tanto el desarrollo individual, como social. Son gozar de buena salud, gozar de seguridad ciudadana, alcanzar un nivel educativo apropiado, poseer un trabajo decente y habitar un lugar adecuado (p.92).

El canto coral

Se han mencionado los múltiples beneficios sicológicos y sociales que se obtienen al cantar, ya sea como solista o dentro de alguna agrupación. Desde el punto de vista físico el momento en que inhalamos y exhalamos para emitir algún sonido o cantar en grupo, nuestra salud, tanto física como mental, se ve favorecida, ya que el simple acto de cantar nos oxigena impulsando la circulación sanguínea y la relajación del organismo, lo cual es un factor de salud.

En este punto es importante preguntarse ¿qué es realmente el canto coral?

El canto coral es una actividad artística que se desarrolla mediante un conjunto de voces unidas con el objetivo de ejecutar e interpretar música creada para tal fin con diferentes características según la época, la región del mundo y la personalidad de cada compositor; ya sea a una o varias voces, sean éstas infantiles, juveniles o de adultos, acompañadas por algún instrumento, ensamble orquestal o simplemente a capella, es decir, sin acompañamiento alguno.

Cantar en una agrupación coral nos permite obtener grandes satisfacciones, como lo señala Jaraba (1989):

> Un conjunto coral posibilita a muchas personas el acceso a un mundo artístico lleno de sensibilidades y belleza estética, que ensancha el conocimiento y conduce a la comprensión de los fundamentos básicos de la cultura musical a través de la interpretación (p.16).

A través de las diferentes piezas que se cantan en un coro se adquiere conocimiento sobre otros países, sus costumbres y sus raíces y, sobre todo, la sensibilidad de los grandes compositores a lo largo de las diferentes épocas de la historia, por lo que se puede decir que una agrupación coral es la memoria de las diferentes culturas musicales de las obras del planeta. Sin embargo, como cualquier empresa humana, el canto coral requiere de una organización, una cuidadosa planeación y una preparación exhaustiva para lograr las metas que se proponen.

El coro.

El coro es una agrupación musical que utiliza la voz humana como instrumento, cuyo objetivo esencial es ejecutar e interpretar música escrita especialmente para ensamble coral con o sin solistas. Para llevar a cabo la actividad de manera adecuada es indispensable contar con una organización y con una figura principal que es el director del coro, de quien depende mayormente llevar a cabo exitosamente todas las actividades musicales, organizacionales y administrativas. Se debe crear un ambiente favorable para el trabajo con los coreutas y ensayar arduamente para lograr una perfecta sincronización rítmica y melódica.

La meta a lograr es ofrecer un buen concierto que exponga los altos valores musicales de una manera clara ante el público, que es quien recibirá directamente el impacto emocional, compartiendo entre el coro y oyentes una experiencia rica y significativa.

Tipos de coro.

Existen diferentes tipos de coro, como el coro mixto que es un coro en el que participan hombres y mujeres y que habitualmente se conforma a cuatro partes vocales, técnicamente llamadas voces, que son soprano, contralto, tenor y bajo. Estas voces se diferencian de acuerdo al rango vocal que manejan, siendo las más agudas las sopranos y los tenores, y las más graves las contraltos y los bajos.

También existe el coro de voces iguales ya sea masculinas, femeninas o infantiles que no integran otras voces. También podemos diferenciar coros profesionales de otros vocacionales o amateurs. Mencionamos de manera importante los coros infantiles que es una categoría especialmente destacada en todo el mundo. También podemos encontrar coros de tipo religioso, seculares, de ópera y escolares, entre otros.

Clasificación de las voces.

Aramburu (2007) nos dice:

Con el desarrollo de la polifonía, los compositores de los siglos XIII al XVI clasificaron la voz humana en masculinas y femeninas, agudas y graves. Por lo tanto, los madrigales y motetes en general eran a cuatro voces o "partes", con o sin divisi. (p. 27).

La agrupación coral requiere de la colocación física de cada cuerda de tal forma que se escuchen todas las voces y los cantantes tengan una comunicación visual directa con el director del coro. De esto depende que el conductor pueda manejar el grupo a su voluntad e indicar elementos de interpretación tanto en la sala de ensayos como en las salas de conciertos.

Ubicación física del coro

Es importante aprender a ubicar timbres de cantantes específicos dentro de cada cuerda, ya que, se necesitan voces firmes y seguras para orientar a cada sección y que no se pierdan en la línea melódica que les corresponde. Voces inseguras deben ubicarse al centro de su sección para que

no confundan sus melodías con otras, sin embargo, si se hacen ensayos seccionales y se logra unificar cada cuerda, y que se lo aprendan bien, el problema de la ubicación física del grupo en el escenario se minimiza y podrían ser posibles varias maneras de colocar al coro sin que se afecte el resultado sonoro que puede ser en forma de bloque o semicírculo.

En general se ubican las sopranos del lado izquierdo en primera línea. A la derecha se colocan las contraltos. En segunda línea pondremos a los tenores del lado izquierdo detrás de las sopranos y los bajos del lado derecho detrás de las contraltos. Son posibles otras ubicaciones y depende de la experiencia, visión y sonoridad buscada del director encontrar la mejor colocación del coro en un espacio físico determinado.

La diversidad de colores y timbres que se da con cada integrante y cuerda es lo que otorga más color y riqueza al coro. Además, entre las voces masculinas y femeninas existe una división tímbrica por su propia característica vocal; las mujeres cuentan en su registro con una octava más aguda que los hombres.

En seguida se presenta una tabla de la clasificación de voces aceptada generalmente dentro de una formación coral con sus diferentes características.

Clasificación de voces

Coro masculino	Bajo 1	Bajo 2
	Tenor 1	Tenor 2
Coro femenino	Contralto 1	Contralto 2
	Soprano 1	Soprano 2
Coro mixto	Tenor	Bajo
	soprano	Contralto
Coro juvenil	Igual que coro mixto	
Coro infantil	Soprano 1	Soprano 2

Naidich (1981, p.149)

Existen otras clasificaciones que son de carácter apreciativo que se utilizan de manera

tradicional en el campo del canto, en especial, en el área del bel canto y la ópera. Utilizan términos como spinto, coloratura, dramático, ligero, lírico, por lo tanto, con estas características de las voces, se puede participar con una variedad de personajes operísticos.

Siguiendo con Aramburu (2007) lo describe de la siguiente manera:

Coloratura: voz propia para hacer fiorituras, pasajes ornamentados, rápidas escalas y adornos en general.

Coloratura dramática. Son voces de coloratura y mucha potencia.

Ligera. Agudeza y agilidad, aplica para tenores y sopranos.

Lírica. Voces ideales para bel canto, poseen agilidad, incluso coloratura, agradable color, brillo y potencia.

Spinto. Sólo se aplica a tenores y sopranos, voz poderosa y metálica que el tipo lírico, apropiada a roles que exigen alta tesitura y fuerza sostenida (p. 28, 29).

Para esta clasificación de voces que son usadas en las óperas, Evert Luis Formento (2017) comenta:

En el entorno de la ópera, Fash se utiliza para designar tanto a un tipo de voz como al rol que dicha voz puede abordar, es un sistema que nace a principios del siglo XX en Alemania, como respuesta a las exigencias de los teatros, pues a los cantantes les exigían abordar obras con rangos, tesitura y orquestación muy diferentes, ponían en riesgo su salud y longevidad vocal, para solucionar el problema, se crearon listas de roles con similares exigencias vocales (fach) (p.39) Tales características de voces no son utilizadas habitualmente como las voces que pertenecen a un coro escolar o comunitario como sopranos, contraltos, bajos, tenores, barítonos.

En una agrupación coral es muy importante clasificar adecuadamente las voces ya que puede haber problemas vocales de consideración si no se clasifican de manera correcta. En un principio es importante catalogar a los nuevos cantantes de acuerdo al registro porque nadie sabe

qué voz tiene hasta que recibe un entrenamiento vocal correcto que le permita ampliarla y que la voz se defina por ella misma. Lo que se trata es evitar clasificaciones erróneas que pueden tener consecuencias graves, incluyendo la pérdida de la voz. Hay casos de cantantes como Marilyn Horne quien, después de años de cantar profesionalmente, amplió su registro en una octava completa hacia los graves sin perder sus agudos ni velocidad.

Como lo confirma La Nación (espectáculos) (1996): “Es poseedora de una de las técnicas de canto más perfectas, además de su condición vocal de timbre cautivante e infrecuente extensión que le permite abordar todo tipo de repertorio”.

Aquí depende mucho del director de coro hacer una buena clasificación, especialmente si se trabaja con voces infantiles, pues están en desarrollo y se debe cuidar su salud vocal. Tal como lo confirma Naidich (1981): “Para evitar los trastornos vocales, el director del coro debe realizar una buena clasificación de sus voces” (p.146).

El director coral debe ser consciente en todo momento de la grave responsabilidad que entraña cuidar la salud vocal de los coreutas. En caso necesario será indispensable la ayuda de un foniatra para evaluar y diagnosticar alguna patología vocal que pudiera imposibilitar a un cantante su participación en el coro.

El coro escolar

El coro escolar es una actividad que se lleva a cabo en una institución educativa hasta el nivel medio superior. Está formado por niños y/o jóvenes que tienen el gusto por cantar, es por ello que es necesario que se formen coros en todo tipo de escuelas ya que, de lo contrario, no tendrían la opción de participar en dicha actividad. Es bien sabido la gran cantidad de coros escolares que existen en países de alta cultura musical como Alemania, Hungría, Estados Unidos, etc., y el extraordinario y positivo impacto que tienen en el enriquecimiento de la sociedad.

La formación coral en las escuelas, especialmente en el nivel medio superior es muy interesante, ya que se trata de jóvenes que se encuentran en plena adolescencia y es aquí en donde se acentúa un poco más la rebeldía. Estamos hablando de jóvenes de entre los 15 y 18 años. La música cantada y el trabajo en grupo les ayuda a relajarse, concentrarse, divertirse y en suma, desestresarse; se trata de que disfruten de los logros grupales, mientras desarrollan sus capacidades y habilidades como aprender de memoria las piezas, cultivar su sensibilidad musical, desarrollar el oído, cuidar de su propio cuerpo, fomentar el espíritu colaborativo y que disfruten del compañerismo, sobre todo en esta edad en la que la música puede usarse también como terapia, algo que es esencial debido a que se encuentran pasando por grandes cambios físicos y emocionales.

En un coro escolar llegan aspirantes de todo tipo, con buen oído, con mal oído, con entonación o sin ella, etc. Sin embargo, todos merecen una oportunidad para pertenecer a una agrupación coral, ya depende del integrante y del director el desarrollar las habilidades de que nos habla el autor Segre Naidich (1981). Este autor comenta que "un integrante coral debe cumplir con ciertas características específicas como son: buena afinación, hablar bien, contar con conocimientos musicales y amar la música" (p.145).

También deberá conocer del solfeo, de la fisiología y anatomía de la voz, de la respiración, de la fonación e infinidad de temas que lo ayudarían a tener una formación coral adecuada para trabajar en equipo junto con sus propios compañeros entendiendo lo que el director les pida. Se debe hacer hincapié en que todas estas cualidades se desarrollan a lo largo del tiempo en la práctica de la actividad, por lo que no es necesario hacer audiciones o pruebas de admisión a jóvenes de 15 a 18 años que, en general, no tienen formación musical previa y que ingresan en un proceso de formación desde la primera sesión. El objetivo y motivo principal para realizar esta actividad es hacer una labor social altruista, no debe ser para beneficio personal de

nadie, sino que representa una oportunidad de crecimiento y enriquecimiento personal y colectivo para los estudiantes.

Condiciones óptimas para la formación y desarrollo de un coro escolar.

La ventaja de un coro escolar es que, por pertenecer a una institución, los estudiantes se encuentran cautivos en la institución en donde llevan diferentes materias y entre ellas la música, por lo que la asistencia y puntualidad están dadas de antemano, lo cual no significa que debamos olvidar la observancia de estos lineamientos.

El apoyo de los directivos para la organización y formación coral es de suma importancia, porque así habrá más facilidades para desarrollar la actividad coral sin interrupciones y sin afectar las labores diarias, y de esta manera es más factible que se logren los objetivos establecidos para la agrupación.

Es importante tener un espacio grande para los ensayos, contar con una buena iluminación, ventilación, archivero para las partituras, pizarrón blanco, servicio de copias, sillas sin paletas para tener una buena postura en los jóvenes, que no tenga cortinas ni alfombras que guardan mucho polvo, ya que afectan demasiado a los cantantes, personal que apoye en el orden y cuidado de los archivos y con piano y atril para el director coral.

Cabe recordar que, aunque no siempre se dan estas condiciones, siempre será posible realizar una buena labor con un director comprometido y alumnos coreutas entusiastas.

El director del coro

Saldívar (1980) dice: “El director de coro es ante todo un guía musical y con preparación adecuada, tendrá la suficiente confianza en sí mismo para enfrentarse a un grupo de cantores”. A esta idea nosotros añadimos que un director debe contar con la cualidad de un buen organizador ya que de eso depende que se mantenga el grupo y se logren los objetivos (p.93).

El trabajo o puesto de un director coral, es muy importante para una agrupación porque es el líder. Entre sus muchos encargos está el de sostener al grupo con alegría, con entusiasmo y motivación; asimismo, debe conocer el repertorio coral muy bien y seleccionar el repertorio del coro según las características de las voces; es el ejemplo de disciplina y respeto, es el que enseñará y dará a conocer la música al público y al grupo mismo; es cantante, es pianista, es el que tiene claros sus proyectos, es el que tiene a su cargo el desarrollo de la sensibilidad musical y humana de cada uno de sus integrantes, en suma es el alma del coro.

El coro es la voz del director, él es quien dirige la música a interpretar, logrando matices, dinámicas en las voces, es el que está frente al coro. El director también debe dominar una técnica gestual que le permita comunicarse directamente con el grupo, con la claridad y elocuencia necesarias en cada momento de la música. El director coral se enfrenta a muchas complicaciones a resolver como músico. Si es un grupo profesional, requiere de una buena preparación para aprovechar el nivel de conocimiento del grupo; si es un coro de principiantes, tendrá que hacer uso de estrategias para el montaje de las obras y lectura de notas; pero si se trata de un coro de niños, debe conocer sobre el cuidado de las voces y el tipo de técnica vocal que trabajará con ellos, tal como lo confirma Jaraba (1989) “El director debe poseer una elevada cultura musical general, ser un buen solfista, conocer con amplitud los elementos de la armonía y el contrapunto y, sobre todo, saber cantar” (p.113).

En pocas palabras, el director debe ser una persona muy bien preparada porque estará trabajando con seres humanos que sienten, que expresan, que están ávidos de aprender algo nuevo y que muchos de ellos llegarán tristes, con problemas familiares, con desánimo o cansados, y el director debe poseer recursos de todo tipo, tanto musicales como organizacionales y psicológicos, para que esas voces puedan cantar en armonía y obtener un buen resultado artístico.

Naidich (1981) comenta: “El director de un coro no sólo es la cabeza, sino también el corazón, la fuente que alimenta la amistad que debe atar entre sus integrantes” (p.145).

Tan importante es la salud emocional tanto individual como grupal, que es conveniente y, de hecho, así se da normalmente, desarrollar lazos de amistad y de respeto, generar un ambiente de hermandad para poder lograr buenos resultados en conjunto y continuar con los proyectos futuros.

Pianista acompañante.

Es una necesidad contar con un pianista acompañante, porque esto ayudaría a que el director coral tenga más contacto con el trabajo de montaje de repertorio y control del grupo. El papel del pianista acompañante es facilitar al director el acompañamiento del piano, ya sea para vocalizar, para montar las piezas o acompañarlas. También es importante decir que el pianista acompañante debe estar preparado y conocer sobre la extensión de las voces masculinas y femeninas, saber de improvisación y tener la facilidad de cambiar de tonalidades las piezas cuando sea necesario, al igual de contar con una buena lectura a primera vista. De esta manera, el director del coro estaría apoyado por el pianista logrando un buen equipo para un trabajo de alto nivel con la agrupación coral.

El ensayo.

El ensayo es la única oportunidad de montar y practicar el repertorio; no hay otro momento para esta actividad, por lo que el tiempo del ensayo es lo más importante que tiene el director para cumplir con el estudio del repertorio y los objetivos establecidos. El ensayo es también el momento que el director coral tiene para enseñar disciplina, para darle una formación musical al coreuta. Sin embargo, nada de esto funciona si no existen límites o un reglamento para el desarrollo de los ensayos.

Desde el momento que ingresan al salón de ensayo, los cantantes deben conocer las reglas de comportamiento, como son la de escuchar y guardar silencio cuando se está trabajando alguna cuerda que no es la suya, estar atento a las indicaciones del director, tener una postura adecuada para no cansarse físicamente, no distraerse ni entrar ni salir del área de ensayos; todos estos puntos entran en juego dentro de un ensayo.

Por otro lado, con coros principiantes, ya sea de chicos o grandes, se debe tomar en cuenta la duración de cada sesión, no se puede tener a los coreutas cantando todo el tiempo, debemos generar de poco en poco la concentración para llegar al objetivo de montaje de las piezas o de la sesión y así se evitará el aburrimiento o cansancio mental. También se deberá tomar en cuenta la duración de cada técnica vocal que se usará.

El director debe tener claro y usar inteligentemente los ejercicios para un objetivo que tenga que ver con el montaje de repertorio o como técnica grupal cuando desee emparejar las voces o desarrollar el oído armónico del grupo. Es importante no cansarlos con ejercicios exagerados de respiración o pasajes muy altos o bajos grupalmente, porque pueden lastimar las cuerdas del cantante; esto funcionará mejor tomando en cuenta las características de cada cuerda.

Conclusiones

Es muy amplio el tema del mundo coral, desde cuando se tiene el deseo de formar una agrupación, hasta llevar a cabo ese producto con conciertos, aprendizajes, experiencias, pero no queda ahí esa emoción, si no también todo lo que conlleva hacerlo real, y con ello se quiere destacar, que no sólo es importante conocer nuestro cuerpo, de saber sobre la emisión, de los órganos que intervienen en ello y de cómo se entrelazan para generar un sonido, sino también se debe conocer sobre su estructura, del trabajo frente al coro, de las características de las voces a formar, tener una formación musical, ser líder y tener una buena actitud, conocer sobre reglas de comportamiento y respeto para que los propósitos y beneficios sean llevados con éxito.

Capítulo IV. Propuesta didáctica para la creación de un coro escolar en el nivel medio superior

Introducción. La formación coral en el nivel medio superior

Este trabajo es importante debido a que hay cada vez más interés en la conformación de coros en las escuelas, este trabajo pretende ofrecer una información veraz y correcta, presenta tips y una propuesta para que los coros que se formen tengan bases adecuadas y puedan sobrevivir dentro de un ambiente educativo formal como en una preparatoria.

Este proyecto se basa en la experiencia que se ha tenido en la formación de coros en el nivel medio superior de la Preparatoria número cinco del Estado en la ciudad de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.

En esta institución cuenta con un programa que actualmente lleva el nombre de *Recursos Socioemocionales* que incluye una materia de música, deportes y psicología.

La clase de música tiene carácter obligatorio y desde hace dos años se reduce a una sesión a la semana de 50 minutos en el turno matutino, lo que es muy poco tiempo para el trabajo que se desea lograr.

La preparatoria número cinco está ubicada al oriente de la ciudad sobre la carretera a Chiapa de Corzo, sin número y a lo largo de 25 años aproximadamente ha contribuido a la formación de los jóvenes entre los 15 y 18 años.

Estos estudiantes provienen en su mayoría de regiones marginales de la ciudad y no tienen una cultura musical general por lo que es necesario partir prácticamente desde cero para su formación, lo que puede ser una ventaja, ya que, se puede conducir la educación de la forma que uno desee.

Parte de estos estudiantes muestran una problemática social de cierta magnitud consistente en asuntos de salud, escasos recursos económicos, drogadicción, violencia familiar y

embarazos no deseados. El director del coro tiene que lidiar con este tema y ser una figura de apoyo que oriente a los jóvenes para enriquecer su vida con la música y dejen aparte los aspectos arriba citados. Muchos jóvenes de la preparatoria se encuentran en un momento especial en su desarrollo mental caracterizado por timidez y baja autoestima; el trabajo del coro puede colaborar en la superación de estos problemas al ayudarlos a integrarse a la sociedad y expresar sus emociones y sentimientos en un ambiente de sana convivencia.

Sin embargo se puede lograr objetivos si se cuenta con una planeación pedagógica y didáctica adecuadas a la edad de los estudiantes y con mucho entusiasmo para infundir compañerismo, alegría e ideas de superación y desde luego conocimiento musical de calidad.

Lo que se busca es que el alumno se sienta cómodo y aceptado dentro del grupo. Especialmente se debe sensibilizar al estudiante a los parámetros musicales como son la melodía, la armonía, el rítmo, la interpretación y expresión musicales. De esta manera, enriquece su vida y cultura para su bienestar a lo largo de su vida. Una ventaja del programa es que los alumnos asisten al coro durante su estancia en la escuela, es decir, tres años consecutivos, lo cual permite hacer un trabajo más profundo.

Por la estructura de la escuela se cuenta con 14 grupos de alumnos y cada uno de los cuales incluye alrededor de 40 muchachos, por lo que se complica tanto la impartición de clases como la organización del coro, habida cuenta que los jóvenes entran a distintos niveles según el semestre en el que se encuentran.

Otra ventaja es que los familiares directos de los estudiantes en general apoyan bastante a los alumnos y colaboran con el coro involucrándose tanto física como emocionalmente en las actividades tanto en ensayos como en presentaciones. Las autoridades del plantel aprecian el proyecto coral y resuelven las dificultades que se presentan en el desarrollo del mismo, lo que es muy importante en cualquier institución escolar.

Finalmente, la propuesta tiende a ser muy práctica y a resolver los problemas que se han observado en este medio educativo, en este caso, de la Preparatoria número cinco del Estado. Las conclusiones ofrecen un amplio campo de investigación en esta línea. El interés de este trabajo es identificar las agrupaciones corales a lo largo de la historia y de qué manera se han desarrollado hasta llegar a los coros que actualmente existen. Otro de los objetivos en este trabajo es entender la mecánica de la voz, es decir, su anatomía y fisiología. Como conclusión se proponen elementos didácticos para formar una agrupación coral en el nivel superior .

Propuesta didáctica para la creación de un coro escolar.

Convocatoria-cronograma

Es importante que antes de emitir una convocatoria, se tenga establecido el lugar donde se llevará a cabo la audición para formar parte de un coro escolar, tener claro lo que deben llevar los aspirantes para ese día especial, como, por ejemplo, pedir que lleven preparada una canción de su gusto, que la tengan con pista o acompañamiento de lo que cantarán, y definir con precisión el horario y los días de ensayo; en caso de que el alumno tenga el interés de integrarse al proyecto, estos datos deberán aparecer en el cartel, al menos con un mes de anticipación del inicio del proyecto.

Prueba de admisión

Es el momento de escuchar a los aspirantes y para ello se debe tener en cuenta ciertos aspectos: Contar con un salón o espacio para recibir a los aspirantes, un piano acústico, eléctrico o teclado, bocina para el karaoke, si es necesario.

Se revisará el registro del cantante apoyado con el teclado. También se podrá vocalizar al aspirante con ejercicios de una extensión no mayor a una quinta, sobre todo, para los que no tienen experiencia cantando y con ello se escuchará si es afinado y determinar en que cuerda se ubicará al participante.

Formatería de admisión

En este punto se debe tener un formato con los siguientes datos:

- Nombre completo del alumno
- Nombre completo del padre o tutor
- Número telefónico
- Si sufre alguna enfermedad o si es alérgico
- Señalar la cuerda en la que fue ubicado
- Domicilio
- Correo electrónico

Clasificación de voces

Las voces se trabajarán al unísono en un principio a través de cánones y melodías seleccionadas para después pasar a cantar a dos voces y eventualmente hasta tres voces.

Habitualmente la primera división consiste en separar las voces de hombres de las mujeres, pero se requiere de una gran preparación para lograr cantar a cuatro voces. Al inicio no se clasifican las voces en tenores, bajos, sopranos y contraltos, hasta que tengan un desarrollo mínimo auditivo y vocal que puede llevar un año de trabajo. Un punto a considerar es que muchos estudiantes llegan en el momento en el que están mudando la voz, por lo que, es necesario no forzar ni exigir demasiado vocalmente, ya que podrían lesionar las cuerdas vocales. De todos modos, se les enseña higiene y cuidado del aparato vocal.

Desarrollo y didáctica del ensayo

Los ensayos comenzarán con prácticas de movimiento y relajación corporal ya que la voz es un instrumento delicado y se ve afectado por las tensiones en cualquier músculo del cuerpo.

Asimismo, se explicarán aspectos de postura y anatomía vocal y corporal para que la práctica del canto sea beneficiosa en todos los sentidos y evitar tensiones y bloqueos vocales.

Una vez logradas estas actividades se puede pasar a entonar una canción conocida o familiar para ellos cuya letra contenga temas que hablen del amor, del respeto, de la vida, de la superación etc. A partir de estas primeras sesiones se debe buscar que se encuentren rítmicamente acoplados, que la afinación se mantenga lo mejor posible y que el ensayo transcurra en un ambiente de cordialidad, amistad, concentración y disciplina sin lo cual los ensayos pueden derivar en desorden no lográndose los objetivos propuestos.

A medida que avancen los ensayos, se podrá montar repertorio con extensiones un poco más abiertas y con un grado de dificultad mayor y quizás con mayor dificultad rítmica.

Para lograr objetivos en el trabajo coral, se debe tener claro los objetivos a dónde queremos llevar al coro, por ejemplo, lograr una buena respiración, que todos tengan buena postura, que tengan una clara dicción de lo que van a cantar, que se logre un sonido agradable en el grupo e incluso que tipo de repertorio se montará con ellos según la característica del coro, que haya una buena armonía entre ellos y el director y también en que espacios ofrecerán los conciertos.

Una de las cosas que se debe tomar en cuenta es el espacio en donde se llevará a cabo los ensayos, debe ser un lugar agradable, con ventilación, sillas sin paletas para obtener una postura correcta y contar con atriles.

Siempre iniciar con dinámicas para grupo para romper la timidez o para generar mayor confianza entre ellos, siempre debe darse ejercicios de respiración, de concentración de manera que se vayan preparando para el trabajo vocal, para la lectura de las piezas porque si se requiere de concentración.

Todos deben contar con la partitura en mano, implementar que obtengan una carpeta donde ellos vayan acumulando todo el repertorio que se va a trabajar para llevar un orden en los ensayos y para que ellos vayan señalando con lápiz las indicaciones del director desde un principio saber que deben estar atentos a las indicaciones del director.

La disciplina para el montaje de las piezas es de suma importancia, ellos deben saber que mientras se trabaja alguna cuerda, los demás deben estar atentos y callados escuchando las indicaciones que se dan a las otras voces.

El trabajo e indicaciones que da el director debe ser con un volumen aceptable y pedirlo de una manera amable, que el cantante se acostumbre a escuchar una voz medianamente en volumen y no gritado. Evitar que el director y el coro tengan un ensayo sedentario, el movimiento corporal genera entusiasmo y hace que el corista tenga mejor memoria y menos cansancio.

La idea es crear hábitos para obtener ensayos óptimos.

Selección de repertorio y montaje.

Una forma de seleccionar el repertorio para el grupo es conocer el registro de cada uno de los integrantes y saber qué les gusta más. Ésta es una manera de desarrollar el gusto por el canto, que se sientan identificados por el texto o letra de la canción y con ello lograr el interés por conocer más sobre el mundo coral y enriquecer el trabajo vocal.

Como se está partiendo de un coro que aún se va a formar y que no están acostumbrados a cantar juntos y que generalmente habrá coristas que tienen experiencia de cantar y otros que apenas se inician en el canto, es importante hacer un trabajo con melodías al unísono para ir trabajando la afinación, el color y emparejar el sonido entre los hombres y mujeres. También se recomienda trabajar con cánones como introducción a la armonía que se genera al cantarlas y a la vez se empieza a trabajar auditivamente con los coralistas.

Es adecuado también iniciar el repertorio con obras homofónicas y polifónicas con esquemas rítmicos y armónicos sencillos y tesitura vocal central.

Antes de entonar por primera vez una nueva pieza con el coro, es recomendable realizar una serie de ejercicios previos que faciliten su comprensión e interpretación. Estas actividades pueden incluir:

- Aprender a respirar juntos con el director antes de cada ejercicio.
- Declamar el texto en forma enfática y hacer que el coro lo haga varias veces hasta que esté memorizado y tenga una correcta prosodia.
- Declamar el texto rítmicamente.
- Cantar la melodía solo con las vocales.
- Cantar el texto completo sobre una misma nota.
- Emitir las consonantes finales de cada palabra y de cada frase con una duración precisa para obtener coincidencia en la pronunciación.

Propuesta de inicio de ensayo

Una propuesta de inicio de ensayo sería la siguiente:

- Iniciar con una dinámica de grupo tanto vocal como corporal para que los estudiantes sientan que se están preparando mental y físicamente para el ensayo.
- Hacer ejercicios de relajamiento para preparar las cuerdas vocales de los integrantes.
- Presentarles la pieza a montar, hablar un poco de su historia, del compositor, esto hace más interesante el montaje de la partitura.
- Revisar la pieza de manera general con el grupo, cuál es la voz importante, que dinámicas tiene la partitura, ir directamente al pasaje difícil si es que lo hay.

Técnicas vocales y corales específicas para un coro escolar

Después de haber iniciado el ensayo con ejercicios de respiración y de relajamiento, es importante preparar a los coralistas con un buen ejercicio de vocalización y de impostación para que poco a poco vayan desarrollando un mejor sonido, tanto individual como grupal.

Cuando se inicia con los ejercicios de vocalización hay que relajar la mandíbula abriendo y cerrando la boca de manera natural para que el alumno se acostumbre poco a poco a abrir cada vez más la boca, ya que es necesario por dicción de las sílabas que se usarán o la colocación de las vocales para lograr un buen sonido. Estos ejercicios se pueden ejemplificar pidiendo al grupo que se provoquen un bostezo y observen el movimiento de la lengua, paladar y faringe.

- Es importante iniciar con ejercicios de no más de una quinta, aunque posteriormente se puede ampliar con otros sonidos para ampliar el registro y repertorio.
- Hacer trompetillas con las primeras notas de una escala mayor.
- Ampliar la capacidad respiratoria a través de inflar globos o contar respiraciones.
- Al principio trabajar el registro medio del coro.

En este último punto es importante observar siempre el cuidado de la voz grupal coral pues si son alumnos principiantes no se debe hacer uso excesivo en las notas extremas tanto agudos como graves, pues las voces no están acostumbradas y debe ser de manera progresiva tal como lo menciona Saldívar (1980):

> "No deberá extralimitarse en el empleo de las voces en pasajes escritos con notas muy agudas; dosificará también, el estudio de pasajes graves. Utilizará lo más posible la voz media y aplicará el mejor criterio durante sus vocalizaciones para lograr poco a poco que el timbre en conjunto mejore, sea homogéneo y terso" (p. 77)

Una de las técnicas corales que se puede hacer con el coro es cantar la escala mayor, usando como nota pedal la tónica en el piano, aunque posteriormente se puede hacer con un grupo de estudiantes, mientras que los demás entonan con fonomimias, ya que es de mucha ayuda para el canto grupal, mejoran la afinación y al mismo tiempo se desarrolla la formación del coro de una manera polifónica cuando entonan triadas mayores y menores.

La dinámica se puede trabajar de una manera cuidadosa sin llegar a extremos, ya que no se puede acostumbrar al coro a cantar demasiado piano o demasiado fuerte, si es con un sonido suave puede dar un sonido oscuro al coro, si es fuerte, se puede lastimar la voz del coreuta.

Es de mucha importancia para el director estudiar la partitura de antemano antes del primer ensayo y preparar cada ensayo para prever y solucionar los problemas rítmicos, melódicos, armónicos de texto, la dinámica y de interpretación para tener una idea de la obra y saber cómo amoldarse a ella. Hay que definir los puntos de apoyo como la armonía (primero la consecución de las melodías y luego la base armónica) esto sirve mucho para fijar la afinación interna de todos:

- Apoyar con el piano la armonía
- Utilizar medios tecnológicos para apoyarlos en su desarrollo vocal y auditivo
- Apoyar con el piano la voz que está cantando y enseñando
- Apoyar con el piano otra voz
- Apoyar con el piano las voces completas
- Tocar una voz y cantar otra
- Tocar la estructura armónica, que escuchen y luego canten
- Marcar las respiraciones, indicar las dinámicas, acentos, intensidades, etc.

Algunos consejos para el director del coro escolar

Antes de cada ensayo:

- Llegar no menos de 20 minutos antes del ensayo. Dar el ejemplo de puntualidad a sus coralistas
- Preparar minuciosamente su partitura de ensayo y conocer muy bien la música que va a ensayar
- Evitar dar largas explicaciones
- Acostumbrar a los coralistas a parar de cantar cuando el director lo indique y que no comiencen a hablar cuando dejan de cantar.
- Dar instrucciones precisas: “favor de mirar la página 3- segundo sistema-tercer compás…”
- Saber corregir exactamente el error. No digan: “hicieron una falla aquí”.
- Acostumbrar al coro a ver al director siempre y acostumbrarse el director a mirar a su coro.
- Mantener actitud positiva en el ensayo. Estimular con entusiasmo los logros.
- No deben permanecer sentados todo el tiempo. La energía y el interés se van perdiendo en una sola postura.
- No canten todo el tiempo con el coro.
- Intercalar de vez en cuando un poco de humor.
- Los coralistas deben tener sitios fijos, pero éstos deben variar de vez en cuando.
- Sean puntuales al comenzar el ensayo y también a la hora de salida.
- Deben mantener mucho orden en la música de cada miembro del coro para evitar tomar tiempo en el ensayo de repetir y recoger partituras.

- La disciplina del grupo es la que va a dictar su progreso. Hacerlo saber a sus estudiantes.
- Variar la dificultad de las piezas: pieza fácil- pieza difícil- pieza de repaso.
- Organizar el ensayo de acuerdo con el tiempo que va a durar.
- Siempre comenzar con vocalización y calentamiento.
- Cuidado con las dinámicas y los estilos de cada pieza. No se pueden ensayar siempre "*fortissimo*" ni "*pianissimo*" Tampoco piezas todas lentas o todas rápidas. Tampoco todas folklóricas o todas clásicas, etc.
- No se conformen con ensayar todo de oído, el coro progresará todo más lento en repertorio, pero seguramente subirá de nivel si dedican tiempo a enseñar música y a entrenar oído.
- Hacer planeación de cada clase.

Todas estas recomendaciones para el director son tan importantes para lograr objetivos claros y para una buena organización de ensayo y sobre todo de alta calidad humana como lo comenta Jaraba: "En el director de coro convergen dos aspectos que deben ser complementarios: El músico y su perfil humano" (Jaraba,1989, pag.112)

Trabajo de organización

Selección de repertorio:

Hay que tomar en cuenta los progresos del coro en lo musical, en lo vocal y en el escenario. Se debe elegir bien el repertorio, supeditándolo a las posibilidades de los alumnos e intercalando poco a poco obras con mayor grado de dificultad. Empezar con piezas a una sola voz como cánones y composiciones polifónicas con esquemas rítmicos y armónicos sencillos y tesitura vocal central. Ampliar poco a poco la tesitura y las dificultades melódicas, incorporando piezas de diferentes estilos.

Actuación en público:

Debemos presentar el coro en el momento en el que el repertorio se encuentre suficientemente preparado y los jóvenes también. Después de esto hay que planificar suficientes presentaciones para que el progreso sea mejor y se sientan motivados con el contacto del público. Antes de una actuación pública, el coro deberá vocalizar. Nunca hacer una presentación sin calidad o tomando el evento a la ligera, cada concierto tiene una responsabilidad y se debe cuidar el buen nombre y dignidad del coro y que los conciertos sean únicamente para apreciar el trabajo coral sin intervenciones de otros grupos y tipos. El escenario debe contar con las facilidades necesarias como espacio cerrado, suficientemente amplio, bien iluminado con luz cenital y con buena acústica y de ser necesario buen equipo de sonido. Finalmente es indispensable contar con una buena publicidad para que el trabajo realizado llegue directamente a la mayor cantidad de público posible.

Recursos y materiales didácticos

El salón de ensayos debe contar con espacio, buena iluminación y ventilación. Sería ideal tener un piano eléctrico de preferencia debido a que el mantenimiento es más sencillo y no se desafinan. El pianista acompañante sería un elemento que apoya el desarrollo de los ensayos. Es fundamental adquirir una serie de partituras bien organizadas en una biblioteca y un bibliotecario encargado de las copias con carpetas. También son útiles elementos como: pizarrón pautado, marcadores, borrador, sillas, atriles, archivero, y vigilancia y seguridad.

Conclusiones

En este trabajo se ha visto la necesidad de organizar grupos corales en escuelas ya que representan un alto beneficio para la cultura y la sociedad en especial de los jóvenes que, de esta manera, logran superar los momentos a veces difíciles que viven y compartir gratas experiencias

con personas de su misma edad y afición. Esta actividad ofrece una alternativa real a los estudiantes que de otra manera quizás estarían dedicados a acciones antisociales que dañan el centro familiar y a la sociedad en su conjunto.

Este trabajo aspira a ser una guía práctica para los profesores responsables de los grupos escolares a quienes les interese superarse profesionalmente y mejorar la agrupación que dirigen, y como los aspectos que se pueden tocar del trabajo del coro son innumerables, tanto desde el punto de vista musical como de la organización del mismo, en esta investigación se ha optado por comentar los aspectos fundamentales del trabajo y conocimiento del coro, orientándose hacia la formación y desarrollo de una cultura coral en el estado de Chiapas, en el que actualmente se está generando mucho interés en la formación de estas agrupaciones.

Sin embargo, la actividad coral necesita contar con un director dinámico y preparado que se identifique con los jóvenes y pueda planificar y organizar las actividades corales de manera adecuada y correcta y gestionar beneficios como buenos espacios, partituras, conciertos, etc. Es por ello que este trabajo beneficia no únicamente a los estudiantes de la Facultad de Música de la Unicach, sino también, a todos aquellos profesores a quienes les guste trabajar con coros y se comprometan para optimizar su trabajo frente al grupo.

Actualmente el movimiento coral está avanzando, en especial, la creación de coros en escuelas de diferentes niveles, centros religiosos y grupos de todo tipo; hay mucho interés en la vocalidad y en desarrollar los coros de una manera más profesional tal como lo comenta Jaraba: “La actividad coral está extendida a lo largo y ancho de nuestro planeta. Hay coros en todas partes del mundo y en algunos países con gran tradición musical, cualquier pequeño pueblo se enorgullece de tener un coro formado por sus propios ciudadanos” (Jaraba,1989, pag.17)
por lo que este trabajo será de gran ayuda y contribuirá a la mejor formación de los alumnos, sus directores y públicos en el campo coral.

Referencias

Alessandroni, N., Sanguinetti, L. y Beltramone, C. (2014) Usos y conceptualizaciones de la voz en la música del siglo XX: *Entre la investigación científica y la composición musical.* Enseñar música. Revista panamericana de investigación volumen 2(79) http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/57666

Aramburu, F. (2007) *El canto.*

Alessandroni, N. Torres Gallardo, B. y Beltramonte, C (2019). *Vocalidades: La voz humana desde la interdisciplina*. Editorial del grupo de investigaciones en técnica vocal-Facultad de Bellas Artes- Universidad Nacional de la Plata.

Badilla Cavaria L. (2006). *Fundamentos del paradigma cualitativo en la investigación educativa*-Posgrado en administración Educativa-Universidad de Costa Rica-Revista de Ciencias del Ejercicio de la Salud.

Balley, B. A. and Davidson, J.W. (2002). *Adaptive Characteristics of Group singing: Perceptions from Members of a Choir for Homless Men*. Musicae Scientiae.

Begoña, A. (s/f) *Canto y técnica vocal para dummies*.

Benítez, C. (2019) *La práctica del canto colectivo: beneficio desde las perspectivas socioafectiva y emocional.*

Bonet, M. (2012, 27 de diciembre) Booksmedicos (Fisiología del canto- capitulo2 http://www.medicinadelcant.com/cast/2.pdf

Callejo, F. (2021) *Historia de la música*.

Cabrelles, M. (2025,20 de junio) *El protagonismo femenino en el ámbito musical histórico*. Biblioteca virtual Miguel Cervantes. https://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/el-protagonismo-femenino-en-el-ambito-musical-historico-784138/html/

Cobo Gómez A. (1995) *Iniciación Coral*. Real Musical: Madrid.

De los Ancos, Mª. (s/f) *Anatomía y fisiología de la voz humana.*

Dieter Lehnhoff (1986) Espada y pentagrama- *La música polifónica en la Guatemala del siglo XVI*- Centro de reproducciones Universidad Rafael Landívar Guatemala.

Dorado, K.C. (2016). *Práctica de la pedagogía de grupo en conjuntos musicales y orquestas*. Cuadernos de Música, Artes visuales y Artes escénicas.

Dos Santos, A. (2020). *The usefulness of aggression as explored by becoming-teenagers in group music therapy*. Nordic Joumal of Music Therapy,29(2), 150-173.

Evert, Luis.(2017) *Acerca de la clasificación de los cantantes*. Formento-revista de investigaciones en técnica vocal-vol. 4, nro 2-2017 (artículo)

Fernández Grez M. *Educación de la voz* (guía práctica) Instituto Interamericano de Educación Musical (INTEM).

Gareis (2012, 31 de diciembre) *Aparato respiratorio, el canto*-[video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=c3JHaZ_8jIQ

Green, L. y Manzano, P. (2001) *Música, género y Educación*. Madrid, España: Morata.

Hamel, F y Hürlimann, M. (1981). *Enciclopedia de la música 1*. Ediciones Grijalbo, S.A. Barcelona-Buenos Aires-México, D.F.

Henríquez, M. y Bidot, J. (1991). *Historia de la música I de la antigüedad hasta el renacimiento.* Editorial Pueblo y Educación. Cuba.

Hernández Sampieri. R. (2014) *Metodología de la investigación*. McGraw Hill, México.

Jaraba, M. (1989). *Teoría y práctica del canto coral.* Ediciones ISTMO.

Jerez, Rodrigo. *Anatomía laríngea parte 1*. Colaboración con la Escuela de Medicina de la Universidad de Louisville.

Jiménez López, L. (2014). *¡Ah que la canción! Música Mexicana en la escuela*. México: Consorcio Internacional Arte y Escuela A.C.

Kropotkin, Piotr (2015) *La gran revolución francesa:1789-1793*. Ciudad autónoma de Buenos Aires: libros de Anarres.

López, J., (2011). *Breve historia de la música.* Nowtilus saber, https://www.google.com.mx/books/edition/Breve_historia_de_la_m%C3%BAsica/Yq1vEAAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&printsec=frontcover

López Cano R. San Cristóbal Opazo U. *Investigación artística en música* (problemas, métodos, experiencias y modelos). ESMUC. CONACULTA-FONCA.

López Prado, J. M., & Salcedo Moncada, B. (2021). *Beneficios de la práctica musical en los niveles de educación básica obligatoria en México.* RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo, 11(22). https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.889

Mansión, M. (1997). El estudio del canto**:** *Técnica de la voz hablada y cantada*. Ricordi Americana. Buenos Aires.

Marchant, M. (2025, 25 de junio) El canto como herramienta de transformación social [video] TEDx Talks. YouTube. https://youtu.be/CJEq92qjnsE

Maried, E. (2008) *Anatomía y fisiología humana*. Pearson.

Moncada, B.S. (2017). *Importancia de la música como recurso en el aprendizaje escolar*. Revista Iberoamericana de producción Académica y Gestión Educativa.

Perello, J, Caballé, M y Guitard, E. (1975). Canto-Dicción: *Foniatría estética, Audio foniatría y logopedia IV*. Editorial científico-médica. Barcelona (España).

Pérez F., M. SCAEM 4º. *Enseñanzas profesionales* Centro Profesional de Música de Granada - Historia de la música.

Pérez, J. & Carrillo. (2020). *The impact of School music education: The experiences of four Catalan citizens*. International Journal of Music Education, 38(1), 113-125.

Puente Burgos P. *Guía para los coros universitarios*. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes. Sistema nacional de Fomento Musical. Coordinación Nacional de Coros.

Regidor, R. (2008). *Temas del canto: El aparato de fonación: como es y cómo funciona: el pasaje de la voz.* Real musical.

Romain Parmentier (2016) *La caída de Constantinopla- El fin del imperio Bizantino-* Titivillus

Robertson, A y Stevens D. (2000) *Historia general de la música I- De las formas antiguas a la polifonía*. Ediciones Istmo, S.A. Madrid-España.

Saldívar Osorio G. (1980). *El canto coral* -Tesis que presenta Gabriel Saldívar Osorio para obtener el título de profesor de solfeo y canto coral. UNAM.

Segre, Naidich. (1981) *Principios de foniatría para alumnos y profesionales de canto y dicción.* Editorial Médica Panamericana.

Talamon, G. (1985). *Historia de la música-del siglo XVIII a nuestros días* (9º edición). Buenos Aires: Ricordi.

Torres, Begoña. (s/f) *La voz y nuestro cuerpo. Un análisis funcional*. -Facultad de Medicina- Universidad de Barcelona.

Valles Martínez, M.S. (1999). *Técnicas cualitativas de investigación social*. *Reflexión metodológica y práctica profesional*. Madrid: Síntesis.

Direcciones de Internet

https://fisiologia.facmed.unam.mx/index.php/mecanica-de-la-ventilacion-pulmonar-espirometria/

www.nationalgeographicla.com/ciencia/2022/11/como-afecta-el-estres-al cuerpo#:~:text=C%C3%B3mo%20afecta%20el%20estr%C3%A9s%20al%20sistema%20respiratorio,y%20los%20pulmones%20se%20contraigan.

https://www.google.com/search?q=el+funcionamiento+del+sistema+respiratorio&oq=el+funcionamiento+del+sistema+respiratorio&aqs=chrome..69i57.11038j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8#fpstate=ive&vld=cid:7972de38,vid:CEmcS_FPu2k

https://slideplayer.es/slide/5503169/---

https://www.kenhub.com/es/library/anatomia-es/laringe-es-

https://fisiologiaclinicadelejercicio.es/musculos-respiratorios-y-ejercicio/

http://www.sabelotodo.org/anatomia/laringe.html

https://www.researchgate.net/figure/Figura-126-Izquierda-Sistema-respiratorio-Faringe-Laringe-Traquea-Pulmones_fig8_359904834

https://www.lanacion.com.ar/espectaculos/llega-una-gran-cantante-lirica-nid169800/