

El descanso de Simón, recostado en el sofá, termina abruptamente. Su hija ha lanzado un escandaloso ¡ayyyyyyyyy! que lo obliga a correr hacia el lugar del grito.

La voz compartida, comunica, pone en evidencia pensamientos y sentimientos. Tu voz se quiebra cuando lloras. Sientes un nudo en la garganta cuando te estremeces. Se torna sensual en la expresión de un "te amo". La apagas en momentos incómodos. Retumba, como la voz de la hija de Simón, al expresar un machucón, capaz de quebrar una uña.

La voz muestra una parte de la personalidad. Si es fuerte, impone; si es agradable, seduce. Nuestro tipo de voz depende de las cuerdas vocales, ubicadas en la laringe, justo detrás de la "manzana de Adán", así como de la forma de las cavidades de resonancia (cuello, cara, nariz y boca).

Las cuerdas vocales son músculos cubiertos de mucosa, que varían en largo y grosor en cada persona. La doctora Rosa Eugenia Chávez, directora del Centro de Foniatría y Audiología de la ciudad de México, comenta que sus características las heredamos de nuestros padres, por lo cual, un canto impresionante es un don de pocos.

Estas cuerdas se comportan como ligas que al acortarse generan tonos agudos, mientras que al alargarse producen tonos graves. Las diferencias en grosor y longitud dan lugar a la clasificación de voz en *soprano* (aguda), *mezzosoprano* y *contralto* (grave) en el caso de las mujeres; y en *tenor* (aguda), *barítono* y *bajo* (grave) entre los hombres.

Toda voz cuenta con tonos graves, medios y agudos, que no entran en la clasificación anterior. De ahí el amplio catálogo de voces humanas, unas agradables al oído y otras francamente insoportables. Los cantantes, actores y locutores nos sorprenden con una voz bella, flexible, atractiva y potente. Pensaríamos que ellos deben de cuidarla al máximo, ya que se trata de su instrumento de trabajo. Sin embargo, todo ser humano necesita su voz. ¿Sabes cómo mantenerla resistente, clara y saludable?

Tu VOZ

dice mucho de ti

Agradable a los oídos

El próximo 16 de abril, México se sumará a la celebración del Día Mundial de la Voz, una iniciativa de científicos, médicos y estudiosos de la voz humana. El tema de este año es: "Tu voz importa", con el afán de impulsar la educación de la salud de la voz. "No es un asunto nada más de cantantes y profesionales, pues todos usamos la voz para comunicarnos, por lo que queremos promover medidas sencillas de cuidado", destaca la foniatra Rosa Eugenia Chávez, miembro del consejo directivo del Consorcio Mundial de la Voz de la Organización Mundial de la Salud.

La foniatría es una especialidad médica que se ocupa de los problemas de la voz. El tono grave del habla de un niño puede indicar la formación de nódulos (unas estructuras parecidas a los callos de los pies) en las cuerdas vocales. La voz de un infante debe ser aguda. De acuerdo con estadísticas mundiales, 3 de cada 10 personas han presentado algún problema vocal.

Gritar constantemente y mantener la voz forzada puede dañar las cuerdas vocales, al igual que las alergias y las enfermedades de las vías respiratorias. Incluso, el padecimiento digestivo conocido como reflujo, es un factor detonante de ronquera.

El lunes 16 de abril a las 12:30 hrs., en el marco del Día Mundial de la Voz, la doctora Rosa Eugenia Chávez impartirá la conferencia **La voz humana**, en el Museo de las Ciencias UNIVERSUM.

El encuentro se repetirá a las 18:00 hrs. en la Sala Carlos Chávez del Centro Cultural Universitario, al sur de la ciudad de México. La invitación es para todos los interesados en conocer a los órganos involucrados en la emisión de la voz, así como las enfermedades y las medidas de cuidado. La entrada es gratuita.

Ahí te enterarás, en voz de la doctora Chávez, del origen de los cambios vocales en las diferentes etapas de la vida. ¿Estamos destinados a emitir una voz gastada y débil durante la vejez? ¿Qué opciones ofrece la foniatría para pasar de una voz incómoda a una más aceptada socialmente? Tú voz importa. ¡Escúchala y cuidala!

LA CAUSA PRINCIPAL DE LOS TRASTORNOS VOCALES

ES EL MAL USO Y ABUSO DE LA VOZ.
SI QUIERES SABER MÁS CONSULTA LA PÁGINA EN INTERNET: www.centrodefoniatria.com



LA VOZ, COMO CUALQUIER SONIDO, TIENE

VOLUMEN, INTENSIDAD Y TONOS.

EXISTEN TÉCNICAS QUE AYUDAN A MODIFICAR ESTAS CARACTERÍSTICAS.

LAS CUERDAS VOCALES

SON MÚSCULOS EN MOVIMIENTO CONSTANTE; CADA VEZ QUE HABLAMOS SE CIERRAN Y ONDULAN, MIENTRAS QUE SI RESPIRAMOS SE ABREN.

Texto: Claudia Juárez Diseño: Adolfo González

Esríbenos a cienciaunam@unam.mx o llámanos en el D.F. al 5622-7303

Director General: Dr. José Franco, Coordinador de Medios: Ángel Figueroa, Edición: Juan Tonda, Asistente: Mariana Fuentes, Investigación: Xavier Criou, Soporte Web: Aram Pichardo © 2012 DGDC - UNAM