

**Santiago Fernández**

# **A VOZ DO ACTOR**



**Manuais Casahamlet  
Teatro • 2**

**Santiago Fernández**

# **A VOZ DO ACTOR**

Manuais Casahamlet  
Teatro • 2



## **Santiago Fernández**

Actor e director de teatro, dobraxe e televisión. Ten colaborado coas compañías *Tespis*, *Teatro Circo*, *Escola Dramática Galega* e *Casahamlet*, da que é fundador con Manuel Lourenzo.

Licenciado en Arte Dramática, foi profesor de Declamación no Conservatorio Superior da Coruña durante doce anos e leva impartido numerosos cursos de didáctica teatral, interpretación e utilización da voz na escena a distintas Universidades e colectivos profesionais.

Neste manual recóllese unha selección de reflexións e exercicios que poden ser útiles a todos aqueles que utilizan a voz como principal medio de comunicación: desde a correcta respiración, a impostación da voz, ou a resonancia, ata exercicios para mellorar a tonalidade, o volume ou o ritmo.

A VOZ DO ACTOR quere ser un libro útil para todos os que desexen iniciarse neste apaixonante mundo do teatro e dun dos seus máis importantes instrumentos: a voz.

Ilustracións: LUIS NÚÑEZ

© Editorial:

Deputación Provincial de A Coruña  
Alfárez Provisional, s/n  
15006 A Coruña

Depósito Legal C-51/2001  
ISBN: 84-95335-74-3

Imprenta Provincial  
A Coruña, 2001

Quedan reservados todos os dereitos. Non está permitida a reprodución total ou parcial deste libro, nin o seu tratamento informático, nin a transmisión de ningunha forma ou por calquera medio, sexa electrónico, mecánico, por fotocopia, por rexistro ou por outros métodos, sen o permiso previo e por escrito dos titulares dos dereitos da propiedade intelectual.

INTRODUCCIÓN.....	5
1. FONACIÓN.....	8
2. RESPIRACIÓN.....	13
3. NOCIÓN DE FONÉTICA.....	34
4. VOCALIZACIÓN.....	40
5. ARTICULACIÓN.....	45
6. ENTOACIÓN.....	64
7. EJERCICIOS PARA AXILIZAR O APARATO RESOADOR.....	68
8. ALTERACIÓN DO TIMBRE DA VOZ.....	72
9. PATOLOXÍAS.....	75
10. USOS AGRESIVOS.....	78
11. TRES LECCIÓN DE FONÉTICA NA LITERATURA DRAMÁTICA.....	80



# INTRODUCCIÓN

“... *Entre tódalas calificacións dun actor, a voz é a primeira; a voz é, por enriba de calquera outra consideración, a que nos convence de verdade*”

MICHAEL REDGRAVE

Pero o son da verdade da nosa vida cotiá pouco ten que ver coa produción da voz, coa pronuncia ou coa dicción, pois a verdade sae de dentro, dos sentimentos máis íntimos, da mente e do corazón; mais no teatro, incluso no teatro da vida, importa moito máis, por *enriba* do que dicimos, *como o dicimos*.

E para expresar as *verdades* do teatro deberíamos ser propietarios dunha voz capaz de transmitir cada matiz, cada pequeno son, cada susurro, ata o último currencho da sala. A primeira preocupación dun actor debería ser a de conseguir que cada palabra tivese un valor propio, pois estas, as palabras, dan significado á voz, e a voz devólvelle á palabra o seu son verdadeiro.

A voz dos actores debería ser, pois:

- **SUFICIENTE** no seu alcance e resistencia. Para iso resulta indispensable controlar a respiración, fundamento de toda boa *fonación*.
- **CLARA** na súa pronuncia, o que supón unha correcta articulación de cada un dos sons que forman o idioma, (fonemas, sílabas, palabras, grupos fónicos...), dándolle a cada un deles exactamente o valor que lle corresponde. Isto é a *dicción*.
- **EXPRESIVA** na súa entoación, ritmo, intensidade e timbre, de xeito que todo o significado, aparente ou implícito, sexa claramente percibido polo oínte, que deberá captar a mensaxe non só no significado obvio das palabras, senón tamén no seu significado oculto, explicitado pola entoación, a velocidade, as pausas, etc. Isto constitúe a *expresión, antesala da interpretación*.

Probablemente na nosa vida atendemos máis ó que nos sinala e indica o ton da voz que escoitamos que ó propio significado das palabras. Podemos sentir simpatía ou antipatía por unha persoa si polo efecto que produce en nós o timbre ou o ton da súa voz, xa que é a través da voz, da entoación e mesmo do timbre como podemos coñecer o medio en que nos criamos, a educación que recibimos, o temple do noso carácter ou as alegrías e fendeduras do noso espírito. Cando oímos falar a unha persoa por primeira vez, a impresión inicial que recollemos é a da súa voz.

A voz está tamén intimamente ligada á personalidade de cada individuo, pois é a emanación da súa afectividade, da súa sensibilidade; o reflexo, en fin, da súa individualidade.

Para algúns, a voz é o instrumento que permite o diálogo cos nosos semellantes, cos que trocamos ideas ou expresamos os máis pequenos matices dos nosos sentimentos. Para outros, é un simple instrumento de traballo ou un medio de creación ou de expresión.

L. Dickinson dicía que canto máis vello ía máis estaba convencido de que non importa o que a xente di, senón como o di. E é que cada voz resulta distinta. Como as pegadas dactilares, os anos poden modificala, pero ela continúa a ser a mesma.

Tenta este manual ser humilde guieiro para os que dalgunha maneira usan a voz como medio de traballo: actores, locutores, profesores de educación dramática, mestres... Para non esquecermos que *a larinxe é o primeiro instrumento musical* de que dispón o home, quen, antes de emitir palabras, emitiu queixas, gritos ou cantos de alegría.





# FONACIÓN

A *fonación* é a única función especificamente humana que non ten instrumento propio para desenvolver os seus fins, e ten que aproveitar os da respiración e dixestión ocasionalmente e dunha forma subordinada, para producir a voz.

Na escala animal obsérvase como os pulmóns aparecen nos animais que abandonan o medio acuoso para vivir e pasan a morar no medio aéreo.

A larinxe fórmase posteriormente coa fin de protexer os pulmóns e impedir a entrada de líquidos e alimentos; teñen que pasar moitas mutacións para que comecemos a utilizala como órgano fonador.

O ser humano precisa, para a fonación, do aparato respiratorio e da primeira porción do aparato dixestivo.

Podemos definir o aparato fonador humano dicindo que é coma un *instrumento de vento*: un fol (o aire dos pulmóns) introduce o aire ó entrar en contacto cun vibrador (a larinxe). O son así producido desenvólvese e colle personalidade na caixa de resonancia (farinxe, boca, nariz, cabeza).

A fisioloxía do aparato fonador consta de tres partes fundamentais: cavidades infraglólicas, cavidade glótica ou larinxe e as cavidades supraglólicas.

## 1. CAVIDADES INFRAGLÓLICAS.

Comprenden o *diafragma*, os *pulmóns*, os *bronquios* e a *traquea*. Unha vez que enchemos os pulmóns de aire, o diafragma comprímeos facendo que o aire sexa expelido coa forza e o ritmo necesarios para a fonación.

### 1.1. *O diafragma.*

É un tabique muscular que está situado entre o tórax e a cavidade abdominal. Ten forma de cúpula, e gracias á súa acción muscular pode alterar a forma ou perder parte da súa curvatura desprazándose para abaixo e un pouco para adiante. Isto orixina un aumento do tamaño de caixa torácica, na que están aloxados os pulmóns, que se expansionan.

1.2. *Os pulmóns.* Son almacéns de aire; na inspiración énchense del e na expiración expúlsano. Teñen textura porosa e esponxosa e están compostos basicamente por numerosas bolsiñas de aire que coñecemos como *alvéolos pulmonares*, nos que se efectúa o proceso de purificación do sangue. Rodeados por unha membrana, a *pleura*, os pulmóns encóntranse na caixa torácica rodeados polas costelas e apoiados no diafragma.

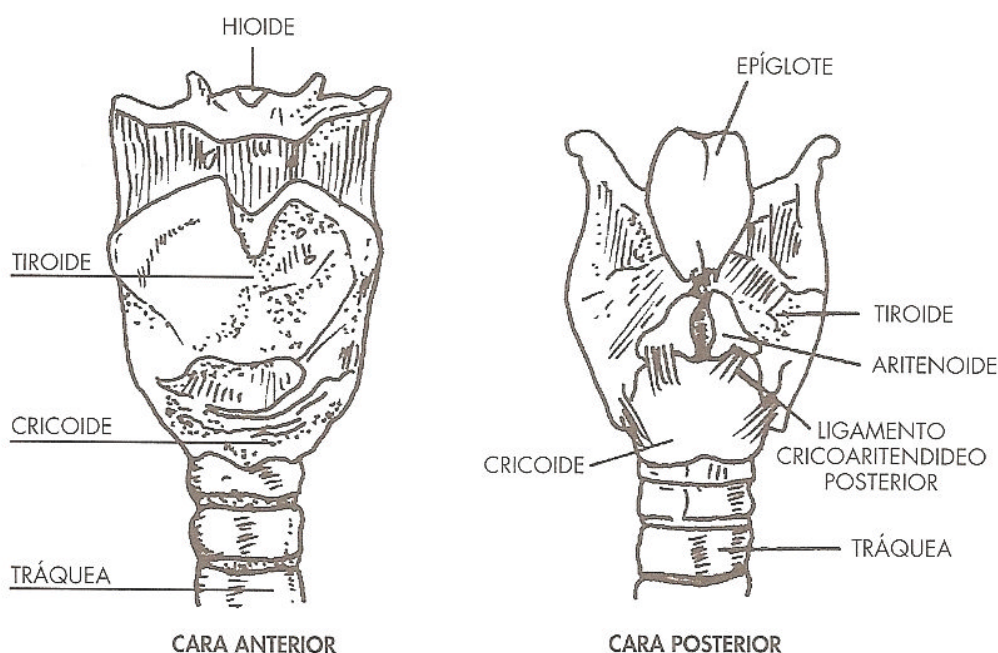
1.3. *A traquea.* É un tubo duns 11 cm., constituído por aneis cartilaxinosos abertos, que se dividen na súa parte posterior en dúas ramas ou bronquios polos que conecta cos pulmóns e está unido na súa parte superior á larinxe.

## 2. CAVIDADE GLÓTICA OU LARÍNIXEA.

A *larinxe* é unha caixa cartilaxinosa móbil situada na traquea. Pode ascender ou descender.

Cando deglutimos podemos notar como a *noz* sobe e baixa segundo pasamos o bolo alimenticio ó estómago.

A larinxe componse de catro cartilaxes fundamentais. O *cricoide* é o último dos aneis superiores da traquea; ten forma de anel ou selo. Sobre el está o cartilaxe máis importante de todos, o *tiroide* (noz de Adán), que é fácil de descubrir ó tacto. Na parte posterior do *cricoide* aséntanse dous pequenos cartilaxes que teñen forma de pirámide, os *aritenoides*, de grande mobilidade, capaces de rotar e desprazarse respecto ó eixo lonxitudinal da articulación cricoaritenoides.

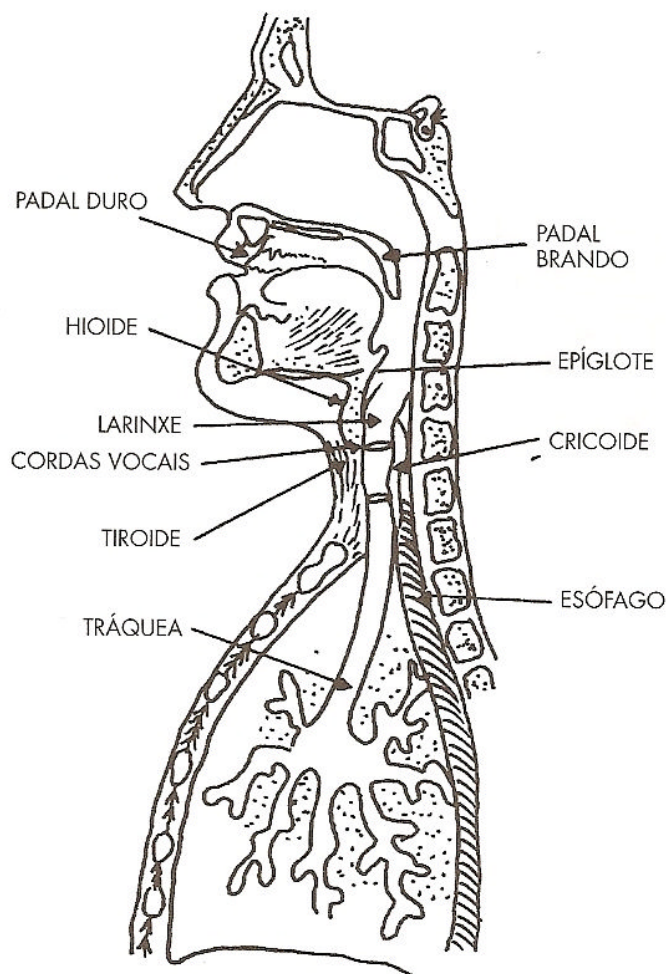


### Cartilaxes da larinxe

Desde as apófises vocais do *aritenóide*, é dicir, desde as partes máis saíntes da súa cara interna ata o ángulo interno da parte dianteira do *tiroide*, esténdense dous músculos xemelgos recubertos dunha mucosa larínxea cun cono elástico reforzado por fibras elásticas: son as *cordas vocais*.

O espazo triangular que queda entre as cordas vocais coñécese co nome de *glote*; no é un órgano, senón un espazo comprendido entre os pregos vocais. E así como estes poden separarse adoptando distintas formas, así tamén a glote adopta tamaños variables; cando está totalmente aberta, o aire circula libremente; cando os pregos se xuntan un co outro, o paso do aire pode resultar totalmente cohibido. No momento da emisión da voz danse tres accións simultáneas:

- *O aire pasa pola glote.*
- *As cordas vocais vibran.*
- *A mucosa ondula.*



**Aparato fonador**

Así as cordas vocais obstaculizan parcialmente o paso do aire, imprimíndolle unha vibración que o converte en sonoro. A maior ou menor frecuencia desa vibración daranos o *ton* do son resultante; a forza con que o aire é expulsado debido á presión dos pulmóns que funcionan como foles, fará que esa vibración sexa de maior ou menor amplitude, o que determinará a *intensidade* do son. Por último, o *timbre* do son conseguirase modificando ou non o aparato resoador. A larinxe termina na *epiglote*, que é unha válvula en forma de lingüeta que lle pecha a entrada na deglución dos alimentos. A partir de aquí comezan as *cavidades supraglóticas*.

### 3. AS CAVIDADES SUPRAGLÓTICAS OU DE RESONANCIA.

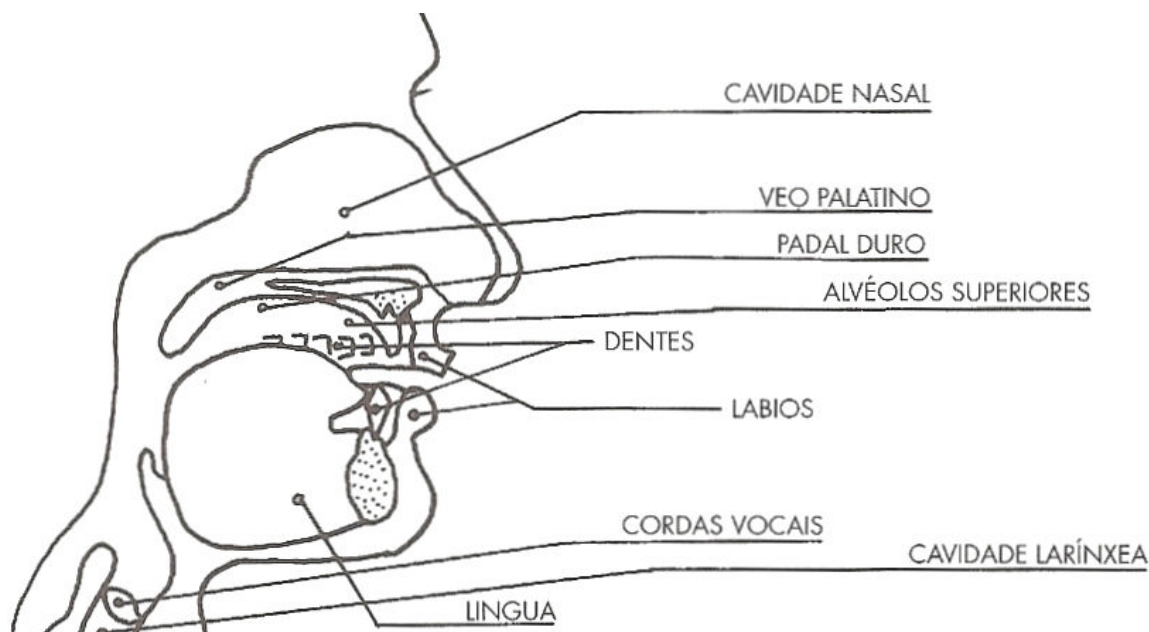
Cando o aire, xa en fonación, sae da larinxe, atópase en primeiro lugar coa *cavidade farínxea*, un cilindro muscular que pode variar de forma e de volume segundo os harmónicos que deba reforzar durante a fonación; e coa *raíz da lingua* na parte anterior. Por enriba, na boca, está a

*úvula* e a entrada ás dúas cavidades diferentes; a nasal e a bucal. A *úvula* é o lobo final do padal brando o *veo do padal*.

O *veo do padal* é una lámina muscular inserta no bordo posterior do padal óseo. O seu bordo posterior libre ten forma de arco, de onde pende a *úvula*. Enriba do *veo do padal* están as *fosas nasais*, que teñen unha grande importancia na resonancia. Por debaixo do *veo do padal* a farinxe comunica coa *boca*. Nela distinguimos:

- *O teito* (formado polo *padal duro* ou *óseo*),
- *As paredes laterais* (formadas polos *dentes* e as *meixelas*),
- *A anterior* (constituída polos *incisivos* e os *labios*),
- *O solo* (a *lingua*, potente músculo extraordinariamente móbil, imprescindible na articulación dos fonemas).

Unha vez que a larinxe produciu o son, todas as cavidades de resonancia entran en xogo: o aire contido nelas modifica a súa vibración de acordo coas proporcións e o volume das mesmas. E por seren distintas en cada persoa, o timbre natural da voz variará en cada individuo; e como as cavidades brandas poden ser modificadas a vontade, o timbre natural pode variarse case ilimitadamente.



### Cavidades supraglóticas – Os resoadores



# RESPIRACIÓN

A respiración realízase en dúas etapas:

- *Inspiración*: a entrada de aire nos pulmóns.
- *Expiración*: a súa expulsión deles.

## 1. INSPIRACIÓN

A entrada de aire nos pulmóns ven condicionada polo ensanche e elevación da caixa torácica e debe facerse sempre polo nariz. Os músculos inspiradores son numerosos e traballan como un só músculo que se inserta de arriba para abaixo e de atrás para adiante, desde a columna cervical ó diafragma. A súa contracción eleva as costelas e o esternón e despraza o bordo anterior das costelas para fóra. Nesta elevación os músculos prelarínxeos traballan forzados e fixan duramente a larinxe, o que non é nada beneficioso para o uso correcto da voz.

Moitas persoas imaxinan este proceso no sentido inverso e cren que son os pulmóns os que, ó encherse por si sós, empurran as costelas para que se abran. A inspiración é un tempo activo e muscular realizado por músculos inspiradores.

Outro mecanismo importantísimo para a inspiración é o descenso do músculo diafragmático, que ten forma de cúpula e que, ó contraerse, fai descender a súa porción media, ó tempo que eleva os seus bordos; deste xeito as costelas inferiores elévanse e descende o aire do abdome, que é proxectado para a súa parede anterior, abombándoa. O percorrido vertical do diafragma pode ser duns sete centímetros. Este músculo é o máis eficaz na respiración e o que proporciona a maior cantidade de aire inspirado, pois traballa na parte inferior do tórax, que é a que ten maior área pulmonar baixo o seu control.

## 2. EXPIRACIÓN

A elasticidade dos pulmóns, os cartilaxes costais e a presión abdominal fan da expiración un movemento pasivo. Este retorno do pulmón é potente, pero non completo, pois aínda queda aire residual nos pulmóns; para eliminar ese aire temos que comprimilos, quer baixando as costelas coa axuda dos músculos expiradores das costas, quer facendo descender o abdome cara ó tórax. Esta é unha fase activa, muscular, de *volume de reserva expiratoria* por expiración forzada. Por último, tamén podemos experimentar unha fase respiratoria totalmente diferente: a que se produce despois dunha longa inspiración, utilizando o *volume de reserva inspiratoria*. Na respiración ordinaria entra nos pulmóns aproximadamente medio litro de aire. O aire complementario é a máxima cantidade que pode inspirarse, uns 1.500 c.c. O aire de reserva é o que pode expulsarse despois dunha expiración normal, e ven sendo un litro e medio. A chamada *capacidade vital* (cantidade de aire expirable por unha expiración forzada tras unha ampla inspiración) é de tres litros e medio. Este resultado varía lixeiramente segundo a idade, estatura e sexo.

### 3. TIPOS DE RESPIRACIÓN

En teoría existen tres tipos de respiración:

- *Torácica.*
- *Costal.*
- *Costo-diafragmática.*

Pero na práctica non é posible unha respiración diafragmática sen mobilización costal, por pequena que esta sexa. Polo tanto clasificarémolas en:

- *Torácica.*
- *Costo-diafragmática.*

3.1. *A respiración torácica* é a máis alta, precisa de pouco gasto enerxético e o troco de aire é moi pequeno. A axuda muscular é case inexistente e o sopro respiratorio non é controlable. Require unha certa violencia, xa que a clavícula, o esternón e as costas fan un movemento ascendente, obstaculizando a flexibilidade do movemento que necesitan os músculos e os cartilaxes larínxeos que interveñen na fonación. Tampouco é axeitada para facer exercicios físicos.

3.2. Na *respiración costo-diafragmática ou respiración baixa*, entra en funcionamento o principal auxiliar da respiración, o diafragma, que se contrae e descende empurrando os órganos que están debaixo del: o fígado, os intestinos e o páncreas. As costelas flotantes érguense, permitindo que o aire entre libremente nos pulmóns. Durante a expiración o diafragma ascende e reláxase, a caixa torácica regresa á súa posición e a respiración pasiva tórnase activa durante a emisión da voz, momento en que se controla o fluxo aéreo.

Este tipo de respiración recibe tamén o nome de *respiración de relaxación*, pois facilita a distensión do corpo; baseámonos nela para obter unha correcta emisión vocal. É o único tipo de respiración controlable e o máis correcto para a fonación.

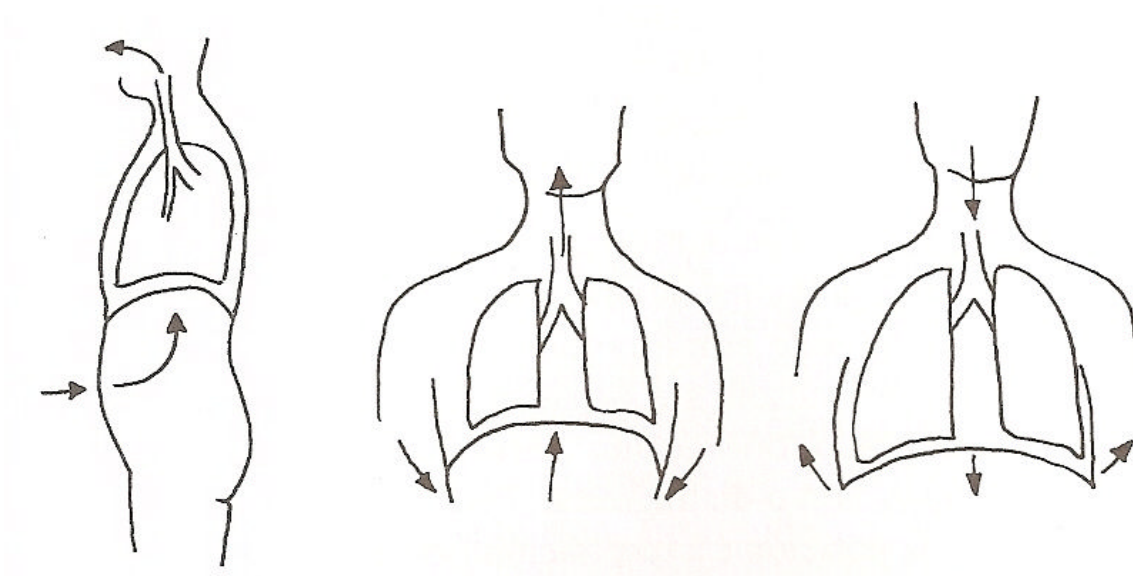
Cando se debilita a musculatura diafragmática-abdominal trocamos a falta de forza da mesma pola tensión dos músculos da larinxe, e corremos o risco de que apareza a fatiga vocal e algunhas alteracións nas cordas. A maior volume de voz, maior presión do aire expirado, que debería depender do movemento da musculatura abdominal. Cando se fai coa musculatura larínxea, aparecen as patoloxías vocais.

O traballo máis interesante do diafragma é o que se fai no movemento expiratorio. Despois dunha inspiración grande, podemos manter o diafragma contraído e baixado e permitir só



unha caída moi progresiva da base dos pulmóns; deste xeito modulamos a saída do aire e a do son. Na práctica podemos facelo botando todo o aire, mentres mantemos o ventre arqueado.

Cando estamos en silencio a inspiración é tan lenta como a expiración, pero o ritmo respiratorio varía durante a fonación: a inspiración é rápida e breve, pero a duración da expiración depende da lonxitude e expresividade da frase.



**Contracción abdominal sobre o diafragma e a expiración pulmonar**

**Movimentos costais e diafrámaticos na inspiración e expiración**

#### *Exercicio de respiración diafragmática*

O obxectivo deste exercicio é localizar o diafragma e ter conciencia da súa función no proceso respiratorio. Exercítalo de tal xeito que consigamos maior presión no caudal de aire necesario para a fonación.

O exercicio consta de catro partes:

- *Inspiración* nasal profunda, mantendo inmóbiles as costelas e a clavícula. Erguer lixeiramente as cellas e os pómulos sen tensión. Abrir as aletas do nariz. Manter as mans na boca do estómago para comprobar que a zona baixa dos pulmóns se incha.
- *Retención* do aire inspirado. Este tempo de retención vén sendo a metade do tempo empregado na inspiración.
- *Expiración* do aire polo nariz e pola boca comprobando como os abdominais presionan cara a dentro ó tempo que se vai desaloxando o aire. Aumentar esta presión é fundamental para a respiración diafragmática.

- *Pausa*. Efectuar unha pausa longa ó ficar baleiros de aire e non voltar a respirar mentres non se teña necesidade. Con este exercicio, que é máis lento que a respiración normal, conseguimos unha respiración máis profunda, con maior cantidade de aire. Despois de facer varias series respiratorias efectuaremos a expiración sempre pola *boca*, poñendo os labios en posición de asubiar, como se pronunciasemos o “o”.

Unha vez que teñamos aprendida a respiración diafragmática convén realizar esta táboa de exercicios:

- Expiración brusca e total do aire.
- Inspiración lenta e continua, contando mentalmente 1-2-3-4, sendo cada tempo do valor aproximado dun segundo.
- Pausa cos pulmóns cheos.
- Expiración lenta, tamén en catro tempos, sen interrupcións.
- Tempo de pausa cos pulmóns baleiros.

Así que dominemos estes exercicios fagamos outra serie idéntica, pero con 5 tempos de inspiración e expiración. Despois, en tempos de 6. Aprendida esta respiración diafragmática regular, pasamos á respiración *irregular*, onde o tempo da inspiración é distinto do da expiración.

- Expiración brusca nun só tempo.
- Inspiración en tres tempos e expiración en seis tempos.
- Inspiración en dous tempos e expiración en seis.
- Inspiración nun só tempo e expiración en seis.

E como ximnasia respiratoria diaria recomendamos estes exercicios:

- Expiración inicial brusca e total. Pausa.
- Cinco respiracións (inspirar-expirar), 4-4, coas pausas intermedias.
- Dez respiracións, 6-6, con pausas para o control do diafragma.
- Dez respiracións, 3-6, con pausas para controlar a inspiración rápida e a expiración controlada.
- Dez respiracións, 1-6, coas pausas correspondentes.

#### *Exercicio para fortalecer o diafragma*

Coloquemos unha saqueta de 5 ou 6 kg. (area, arroz...) sobre o abdome. Collamos aire cun impulso abdominal curto erguendo a saqueta; a inspiración ha de ser silenciosa. Cando expulsemos o aire manteñamos o peso no alto do abdome o maior tempo

posible, procurando que non descenda. Ó terminar de expirar, soltemos a presión abdominal e deixemos que a saqueta caia.

### *Exercicios para afianzar a respiración costo-diafragmática*

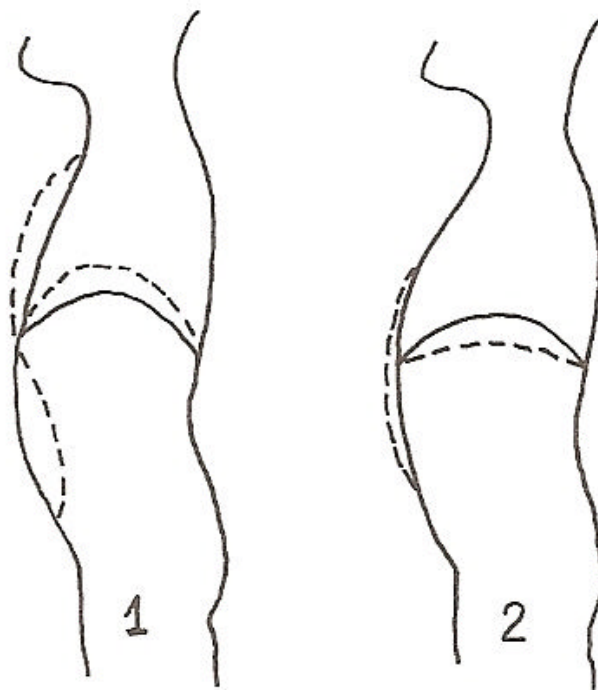
Posición: de pé.

Respiración: expiración asubiante para obter un maior control.

- Erguer os brazos separándoos do corpo, pasando pola posición de brazos en cruz e inspirando nasalmente; baixalos lentamente, soprando e expirando pola boca.
- Brazos estirados e xuntos; erguelos por diante da cara mentres se realiza unha inspiración nasal; baixalos lentamente, expirando pola boca.
- Brazos estirados á altura da mandíbula, xiralos de diante para atrás formando un círculo, con inspiración nasal e expiración bucal. Inspirar cando os brazos xiran para atrás, expirar cando voltan á súa posición inicial.
- Brazos caídos ó longo do corpo, inspirar, expirar lentamente inclinándose á dereita. Tomar aire nesa posición e expirar lentamente ó voltar ó centro. Repetir o exercicio inclinándose á esquerda.
- Brazos caídos ó longo do corpo; inspirar, expirar de forma moi lenta virando a cabeza á dereita; voltar á posición inicial e virar de novo á esquerda. Voltar á posición inicial.
- Xeonllos en semiflexión, tronco inclinado para adiante e brazos caendo de forma espontánea por diante e ó longo do corpo; as mans deben coller as coxas por enriba dos xeonllos, de tal xeito que o corpo se apoie sobre elas. Nesta posición, tusir con suavidade e reiteración e despois facer inspiracións profundas e expiracións lentas e conscientes.
- Mans nas illargas, inspiración nasal, expirar colocando os resoadores en **u**.
- Mans nas illargas, inspiración nasal, expiración colocando os resoadores en forma de **o**.
- Mans nas illargas, inspiración nasal, expiración colocando os resoadores en forma de **a**.
- Mans nas illargas, inspiración nasal, expiración colocando os órganos resoadores en forma de **e**.
- Mans nas illargas, inspiración nasal, expiración colocando os órganos resoadores en forma de **i**.

Despois de practicar estes exercicios realizarase a expiración combinando dous e tres vocais en cada expiración:

**Uo-oa-ae-ei-iu-uoa-oae-aei-eiu-iuo...**



**Tipos de respiración. (1) Torácica (2) Costo abdominal ou diafragmática**

*Exercicios para controlar a expiración*

Mecanizaremos as fases da respiración e practicaremos con distintos ritmos, repetindo cada exercicio tres veces.

Exercicio A

- Inspiración lenta – retención de aire – expiración lenta.
- Inspiración lenta – retención de aire – expiración a pequenos golpes.
- Inspiración rápida – retención de aire – expiración lenta.
- Inspiración rápida – retención de aire – expiración rápida.
- Inspiración rápida – retención de aire – expiración a pequenos golpes.

Exercicio B

- Inspiración lenta – retención de aire –: expirar dun só golpe axudándose fortemente co diafragma.
- Inspiración rápida – retención de aire –: expirar dun só golpe axudándose fortemente do diafragma.

Exercicio C

- Inspiración lenta – retención de aire –: expiración lenta pronunciando as vocais sen emitir sons, movendo os labios e a boca de forma esaxerada.
- Inspiración rápida – retención de aire –: expiración pronunciando as vocais sen sons, facendo xestos esaxerados cos labios e a boca.

## Exercicio D

- Inspiración lenta – retención de aire –: expiración con son xordo, a.
- Inspiración lenta – retención de aire –: expiración con son xordo, e.
- Inspiración lenta – retención de aire –: expiración con son xordo, i.

E así coas outras vocais.

*Exercicios para controlar a emisión de aire emitindo sons e controlando a intensidade*

Nos seguintes exercicios utilizamos o regulador como controlador da intensidade do son. O regulador ten estes signos: de menos a máis: <; de máis a menos: >

Comezaremos emitindo o son da palabra ou frase debilmente e intensificaremos o seu son progresivamente, ata recollelo de novo e convertelo nun son moi débil.

## Exercicio A

- Inspirar – reter o aire – expirar, emitindo o son a ata quedar sen aire.
- Inspirar – reter o aire – expirar, emitindo o son a a golpes.
- Inspirar – reter o aire – expirar, emitindo o son e ata quedar sen aire.
- Inspirar – reter o aire – expirar, emitindo o son e a golpes.

E así coas outras vocais.

## Exercicio B

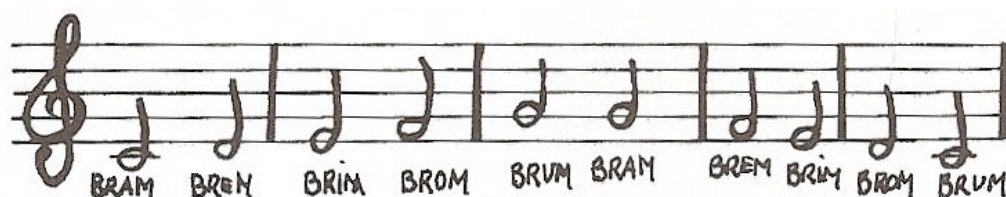
- Inspirar – retención de aire –, emitir o son a con < >.
- Repetir o exercicio coas restantes vocais, procurando que no centro regulador o son teña a máxima intensidade e brillantez.

## Exercicio C

- Inspirar – retención de aire –, expirar emitindo as sílabas (ma), (me), (mi), (mo), (mu).
- O mesmo que o exercicio anterior, emitindo as sílabas (man), (men), (min), (mon), (mun).
- Podemos intercambiar outras sílabas: (pra), (pre), (pri), (pro), (pru), (pram), (blam).

## Exercicio D

- Cos sons da escala musical, do do ó sol e do sol ó do, entoamos con sons vibrantes, facendo unha forte nasalización.



- En todos os exercicios de vocalización hai que xesticular moito cos labios e boca para a pronuncia correcta das vocais.

#### 4. IMPOSTACIÓN

*Impostar é colocar a voz na caixa de resonancia para conseguir, co mínimo esforzo, o máximo rendemento.*

O seu nome ven do latín *imposta*, que significa *poñer sobre* (enriba). En *foniatría*, é a maneira de lograr a perfección e a pureza da voz coa máxima naturalidade e co menor esforzo; dar seguridade á voz colocándoa na parte superior.

A columna de aire expirado pasa pola cavidade bucal e forma un arco seguindo a forma do padal.

Entendemos que a voz está *ben impostada* cando en toda a súa extensión pode producir sons cheos, firmes, redondos, vibrantes, homoxéneos, sen vacilacións nin dúbidas. Impostar é, en fin, colocar correctamente as cavidades de resonancia do son emitido na larinxe.

Para mellor conducir o son hai que dirixilo para atrás da boca e por enriba da cavidade da farinxe, pero nunca para a parte anterior da boca.

Temos que ter a sensación de enviar o son a un punto situado diante da cara, entre os ollos.

Podemos lograr unha correcta impostación colocando boca, padal, lingua, garganta e farinxe na posición de *bocexo*; entón o padal brando érguese e a farinxe amplíase, e dese xeito situamos correctamente a larinxe e relaxamos as cordas vocais e os resoadores. O son producido pola vibración das cordas vocais amplifícase e as cordas realizan o seu traballo con eficacia, é dicir, con menor esforzo, menor fatiga, maior resistencia, mellor fonación e unha maior *proxección* da voz.

A incorrecta impostación pode producir os seguintes defectos:

- *Hipernasalidade*  
Ou exceso de resonancia nas fosas nasais por unha falsa posición do padal brando. Resulta un son gangoso ou fañoso que só é utilizado profesionalmente por certas ordes monásticas nos seus rezos.
- *Engolamento ou guturalidade*  
Que toma por base da súa amplificación a cavidade da farinxe, sen usar a cavidade bucal para a modificación e proxección do son. Resulta unha voz sen timbre a súa extensión está limitada polo exceso de forza; os sons parecen lonxanos e fondos. É unha emisión cansa e fatigosa, que produce voces teatralmente falsas.

*Exercicios de impostación*

- Fagamos unha inspiración profunda, pero sen violencia, polo nariz. Expulsemos o aire polo nariz coa boca pechada cun zunido que soe *hum-hum-hum-hum-hum*-. Temos que sentir unha vibración no nariz.
- Coloquemos a cavidade bucal como se tivesemos un ovo nela (labios xuntos e dentes separados). Emitamos a vocal **u**, respiremos e expiremos presionando co diafragma, pronunciando un **u** moi longo que ten que sentirse nos labios. A cámara lograda coa lingua e o padal daranos o nivel de *resonancia*.
- Partindo do **u** derivemos ó **o**; baixemos un pouco a mandíbula e abramos un pouco máis os labios tirando para abaixo das fosas nasais. Expiremos co diafragma mentres pronunciamos un **o** longo. Este **o** temos que sentilo na parte dura do padal.
- Partindo dun **o** lograremos o **a**; desde a postura do **o** baixemos un pouco máis a mandíbula e abramos máis os labios sen descubrir os dentes. Cando entoemos ten que soar como un **o/a**, nunca un **a** claro. Inspiremos polo nariz e expiremos profundamente para emitir ese **o/a** que soará un pouco *engolado*; pero non tensemos a lingua nin a fagamos retroceder da súa posición natural.
- Desde o **a** lograremos o **e**. Poñamos os labios na postura adecuada e repitamos o que se indicou para as outras vocais. Soará un pouco escuro pola influencia do **o**. Notemos como se sente na parte posterior do padal duro, próximo ó brando.
- Desde o **e** chegamos o **i** aumentando os pregos dos labios. Procuremos que a lingua se encolla sobre o padal. Debe soar como un **u** francés. Temos que sentilo na parte máis posterior da boca, case no padal brando.
- E agora con notas sostidas e iguais procuremos pasar suavemente por todas as vocais, desde o **u** ou o **a**, ata o **i**. Fagamos este exercicio sen interrupción. Ó remate debe quedar unha dose de aire dispoñible, que expiraremos na primeira pausa, ó remate da serie.

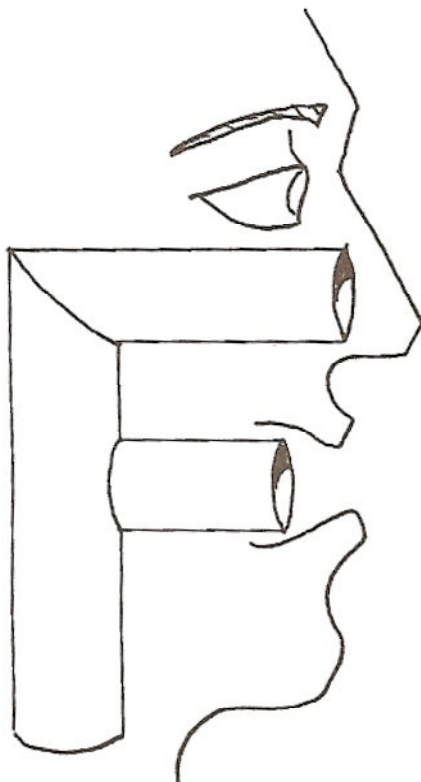
## 5. RESONANCIA

Xa vimos antes como as cavidades de resonancia están constituídas pola farinx, a boca e as fosas nasais. Estes tres órganos podemos comparalos fun **f** feito con tubulares ocos. O trazo vertical corresponde á farinx, o horizontal superior ás fosas nasais, e o inferior á boca.

Non podemos falar sen resonancia, usámola durante toda a vida, e de suprimila non se nos oíría nin a dous metros. O que temos que conseguir é falar con maior resonancia.

Sería bo lembrar agora a diferenza que hai entre a resonancia nasal e falar polo nariz. Falar polo nariz significa que o ton non sae libremente polo nariz. Se tapamos as fosas nasais, apertando cos dedos a saída do aire, notaremos a importancia que ten que o aire *saia polo nariz*. A palabra debe ser articulada e pronunciada na boca, pero o ton debe pasar sen atrancos polo nariz. As

cavidades nasais son máis grandes e os seus irregulares espacios van deixar que o son se enriqueza e se impreane deses nobres ecos.



### Os resoadores semellan un F oco

#### *Exercicios cos resoadores*

- Inspirar profundamente. Expirar gradualmente cun suave son sibilante. Repetir e sen deixar de asubiar o son, pechar subitamente os labios sen interromper a corrente de aire, que se desviará polo nariz, convertendo o son nun **m** nasal.
- Inspirar profundamente, cantaruxar o **m** sen interromper o cantaruxo, transformalo en **n** abrindo os labios e pegando o padal á punta da lingua. Intercalar o **m** co **n** varias veces, mantendo sempre a resonancia coa palabra *mínimo*, repetida continuamente. Observar como se percibe a sensación de aire que vibra.
- Variar o exercicio coa introducción da vocal **i** entre as dúas consoantes *miniminiminimi*. Notar a clara resonancia do **i** diante da caixa bucal mentres continuamos co cantaruxo polo nariz. Sintámolo ó mesmo tempo que o escoitamos.
- Repitamos o exercicio anterior e, sen interromper o son da resonancia, troquemos o **i** a, o que nos deixará un limpo son de **a** nacido na parte anterior da boca por detrás dos dentes superiores, ó tempo que escoitamos o cantaruxo nas cavidades da cabeza.
- Repitamos varias veces *mini... mana...*, sen interromper o fluxo de resonancias nas cavidades nasais.



Relaxemos boca e larinxe. Pechar os dentes e os labios e emitir un son como o **m** que reso e na zona nasal; os dentes e os labios permanecen pechados e o aire sae só polo nariz.

Iniciemos o exercicio abrindo os dentes pero mantendo os labios pechados. O son que resultará agora resoará na zona da boca e percibiremos unhas cóxegas nas narinas e nos labios.

Na terceira fase deste exercicio partimos da posición inicial; dentes e boca pechas, pasamos ó segundo estado, abrimos totalmente os labios e pronunciamos intermitentemente (abrindo e pechando os labios) os sons *mo... mu... mu...*, e así con todas as vocais.

## 6. OS REXISTROS

*A voz humana é un son, e como tal ten as características propias de todo son: ton, timbre, volume, e velocidade ou ritmo.*

### 6.1. O ton

Entendemos por ton a propiedade da voz que nos permite situala na escala de frecuencia pola súa maior ou menor gravidade.

As cordas vocais, ó falar, producen vibracións que varían continuamente de intensidade. Polo número de vibracións que alcanzan nun segundo podemos determinar o *ton* da nosa voz, como se se tratase das cordas dunha guitarra. Se están frouxas darán un ton rouco e profundo; se tensas, un son alto e vibrante; e se non están nin tensas nin frouxas, un son equilibrado, nin moi grave nin moi agudo.

Estas diferentes velocidades nas vibracións orixinan tres tipos fundamentais de voz:

- A de cabeza ou de clavícula, para o rexistro agudo.
- A de peito, para o rexistro medio.
- A costo-diafragmática, para a voz grave.

Unha das causas de que os homes teñan, polo xeral, a voz máis grave que as mulleres, está en que o diámetro e a lonxitude das cordas é maior, habendo menos vibracións por unidade de tempo. Navarro Tomás, no libro “Pronunciación española”, indica: “...*Nas voces graves as cordas vocais xúntanse deixando un espacio tan longo como elas mesmas. O espacio entre os dous aritenoides queda pechado e as cordas vocais vibran en toda a súa extensión e anchura, mentres que nas agudas as cordas xúntanse moito máis deixando un oco moi pequeno. O aire sae con máis intensidade e as vibracións das cordas son máis rápidas*”.

Cada persoa ten unha predisposición natural de orixe fisiolóxica para un determinado número de vibracións, ó que se adapta no período da súa formación psicolóxica; é dicir, que hai un rexistro *natural* que cada individuo emprega mentres emite a voz e que pode modificar segundo o desenvolvemento da súa personalidade. Tamén hai estados de ánimo que nos obrigan instintivamente a modificar o rexistro: unha declaración amorosa fai que se empreguen vibracións lentas para crear un estado de intimidade; pola contra, ó berrar, empregamos vibracións rápidas que nos producen unha voz alta, de cabeza.

Cando sometemos as cordas vocais a esforzos excesivos aparece a fatiga vocal, pois adoitamos confundir o ton co volume ou intensidade. As veces dicimos: “*eu falo alto*”, cando o que queremos dicir é: “*eu falo forte*”. O defecto está en falar nun ton grave (baixo) cunha intensidade forte.

Lembremos:

- O *ton* identifícase co *agudo* e o *grave*.
- A *intensidade*, co *forte* e o *suave*.

Ó elevar o ton de voz, non o volume, as ondas vibratorias do son aumentan en número e velocidade, ampliando a sonoridade. O efecto contrario conséguese ó descender o ton da mesma voz. Por iso cando falamos e notamos que temos fatiga vocal, facemos mal ó reducir a voz e descender o ton no canto da intensidade; pola contra deberíamos aumentar a forza vocal, ou sexa o volume, para paliar a diminución da sonoridade e así facérmolos oír. Doutra maneira, aumentaremos o cansanzo larínxeo e descolocaremos a voz ou padeceremos trastornos máis graves. Para corrixir este defecto imaxinemos que temos dúas bocas, unha, a auténtica, e outra na cima da cabeza. Imaxinemos que a voz non se proxecta en horizontal, co que aumentaríamos o volume, senón en vertical, dirixíndoa á *boca* da cabeza; así elevaremos o ton e poderemos ser escoitados a distancia.

## 6.2. *O timbre*

O timbre é a cor da voz. Cada persoa ten o seu propio timbre, que a diferencia das demais. Así como as cores teñen matices diferentes, as voces posúen distintos timbres.

Podemos afirmar que o timbre é o resultado de distintos factores, desde a estrutura ósea e a configuración do aparato resoador, ata a educación recibida ou o medio social ou xeográfico en que se desenvolve o individuo. O timbre é a personalidade da voz. A entoación, o ton, varía en cada individuo segundo o seu estado anímico. O timbre, pola contra, é case permanente, como se se tratase dun trazo fisionómico.

Polo timbre podemos clasificar ás voces en:

- *Claras* ou *escuras*.
- *Suaves* ou *ásperas*.
- *Brillantes* ou *opacas*.
- *Cálidas* ou *frías*.
- *Sonoras* ou *rotas*.

Polo ton, á marxe do timbre, as voces son:

- *Fortes* ou *febles*.
- *Sereas* ou *turbadas*.
- *Tristes* ou *alegres*.
- *Agudas* ou *graves*.
- *Autoritarias* ou *humildes...*

O efecto da entoación predomina pola súa emotividade (estados anímicos ou físicos). O do timbre é esencial na identificación do personaxe. Pero aínda que o timbre está moi condicionado polas formas, proporcións e dimensións do aparato resoador, con exercicios de *impostación forzada* podemos modificalo engadíndolle unha cor que ampliará os nosos recursos expresivos. Así conseguiremos que a voz sexa máis infantil, máis clara, colocándoa en falsete, ou, no caso contrario, *afogándoa* nunha guturalidade que lle dará un timbre escuro ou opaco, no que perde vibracións e resulta lisa, morta, inexpressiva, sen a penas cor.

Que unha voz sexa monótona ou expresiva e chea de modulacións depende fundamentalmente da forma en que se elabora no interior das cavidades de resonancia; do nariz e da boca, coa axuda da lingua, o padal, o veo do padal; da natureza do esqueleto óseo e mesmo das paredes da caixa de resonancia.

Durante o acto de fonación poñemos en movemento máis de 100 músculos que reciben ordes dos centros nerviosos a unha velocidade de 14 impulsos por segundo. Ó resultado de todas estas operacións de índole psicolóxica e física chamámoslle *timbre*, que concretaremos como *cantidade, calidade e variedade de acentos no conxunto dunha fonación*.

A voz pódese utilizar facendo predominar un único elemento ou un grupo deles, ata o punto de producir unha sensación plana e monótona; ou aproveitar ó máximo a combinación de todos os elementos e deste xeito variar e dar vida intelixentemente ó xogo vocal.

Unha voz monótona carece de altos, baixos, resonancias e modulacións: non sabe aproveitar todas as posibilidades que lle ofrece a caixa de resonancia.

Unha voz variada aproveita os altos e baixos, as resonancias e as innumerables modulacións: é unha voz persuasiva, seductora, que desperta o interese e a atención dos oíntes.

### 6.3. *Ritmo ou velocidade*

Cada individuo fala a unha velocidade constante, que podemos sinalar como unha cadencia individual que ven determinada non só polos movementos de articulación e as pausas que introducimos na fala entre unha palabra e outra, entre unha frase e outra, senón tamén por factores de ambientación social. De feito, cada un fala segundo un ritmo respiratorio especial, pero hai que ter en conta que a respiración está influída por elementos emotivos ou actitudes sociais.

Algunhas emocións poden ralentizar os movementos que articulan a nosa linguaxe; outras fan aumentar a frecuencia.

Case todos os adultos podemos chegar a pronunciar 500 sílabas por minuto se estamos baixo o efecto dun estímulo emocional especial, mentres que determinadas sensacións dramáticas ou depresivas poden frear a fala ata paralizala por completo.

### 6.4. *Volume ou intensidade*

O volume da voz depende da cantidade de aire que se aspira e que dará orixe a un son forte, feble ou medio.

Quen fala con voz forte adoita ter unha actitude decidida, ás veces nerviosa, arrogante ou mesmo neurótica, mentres que os que falan con pouca voz teñen nos pulmóns unha pequena cantidade de aire que emiten ós poucos, e adoitan ser persoas pensativas, reflexivas, tímidas, severas ou melifluas.

Igual que os tons ou rexistros, podemos distinguir tres intensidades ou volumes fundamentais e dous intermedios: *murmurio*, *voz baixa*, *voz media*, *voz forte* e *voz plena*.

Partindo de tres rexistros (tons) fundamentais e doutras tantas intensidades, resultan estas nove combinacións:

## I N T E N S I D A D E S

		Murmurio	Voz media	Voz plena
		TONS OU REXISTROS	Agudo	<b>g</b>
Central	<b>d</b>		<b>e</b>	<b>f</b>
Grave	<b>a</b>		<b>b</b>	<b>c</b>

Combinacións: **a-b-c-d-e-f-g-h-i**; ó contrario:**i-h-g-f-e-d-c-b-a**

Fácil: **e-d-b-h-f**

Difícil: **a-i, c-g**

Convén empregar máis cantidade de aire nas máis difíciles.

Pódese comprobar que o recadro do **a** representa o ton grave murmurado, o **b** grave co volume medio, e o **c** grave a plena voz; e así ata completar as nove combinacións do cadro.

## 7. A EXPRESIVIDADE DOS RECURSOS DA VOZ

## 7.1. Rexistros.

- O rexistro *agudo* expresa alegría, inocencia, inxenuidade (auténtica ou falsa), asombro, entusiasmo, curiosidade.
- O rexistro *grave* é triste, pesimista, melancólico, ameazante, malvado.

## 7.2. Volume.

- A *plena voz* indica decisión, superioridade, orgullo, entusiasmo.
- O *murmurio* significa timidez, tristeza, intimidación, introversión.

## 7.3. Velocidade.

- A *rápida* é activa, anguriosa, estresante, impaciente, decidida.
- A *lenta* é pasiva e preguizosa, indecisa e apática.

## 7.4. Timbres.

- O *claro* é inxenuo, hipócrita, impertinente, insolente, insultante.
- O *opaco* é doloroso, introvertido, fatalista.
- O *escuro* acentúa as condicións do opaco con maior expresión de vontade e con rebeldía.
- A *plena voz*, lentamente, é solemne e grandiosa; trágica, se vai en rexistro grave.

### *Exercicios de cambio de tons (inflexións)*

A beleza e sentido dunha frase conséguese coas variacións nos tons, incluíndo nesta faceta as pausas e os silencios.

#### Exercicio A

Dicir a seguinte frase: “*Non hai no mundo lugar máis venteado que Elsinor*” con sentido:

- Informativo.
- Crítico.
- Ansioso.
- Tímido.
- Agresivo.
- Interrogativo.

#### Exercicio B

Repetir a mesma frase cos seguintes sentidos:

- Con moita autoridade.
- Con altivez.
- Con odio.
- Con retranca.
- Con noxo.
- Con medo.

#### Exercicio C

Facer o mesmo coa frase “*Todos pensamos que o Deportivo gañaría a Copa*” cos seguintes sentidos:

- Outros non o cren.
- Pero nós non dicimos nada.
- E non o Barça.
- Pero non a gañará.

#### Exercicio D

As variacións de ton son as que dan sentido e fermosura a unha frase; con elas podemos mudar o sentido dunha oración. Para pasar dun rexistro a outro, xogaremos coas inflexións:

- Usando a enumeración, digamos cinco números en rexistro grave, cinco en rexistro medio e cinco en rexistro agudo.
- Fagamos o mesmo exercicio comezando polo agudo.
- Fagamos agora rexistro de “salto”, pasando dun a outro sen continuidade.

### *Exercicios de timbre*

#### Exercicio A

Unha voz expresiva varía o seu timbre segundo o contido emocional que exprese. Se dominamos o mecanismo produtor da voz, o timbre adquirírase espontaneamente seguindo os nosos estímulos emocionais. A voz, así, reflicte o estado de ánimo no que se estea. Como exercicio base, recomendamos o seguinte:

- Colocar a punta da lingua contra a cara posterior dos dentes incisivos inferiores; relaxamos a mandíbula e bocexemos aspirando o aire sen esforzo, –notemos como a garganta se vai ensanchando e como o veo do padal se eleva–; expiremos sen mover os órganos bucais.
- Repetir este exercicio varias veces ata que xurda de xeito espontáneo.

#### Exercicio B

Recordemos cales son os nosos timbres normais:

- Natural.
- Claro.
- Escuro.
- Opaco.

#### Exercicio C

Realizar as seguintes accións acompañadas do seu son correspondente:

- Ampear.
- Tusir.
- Mastigar.
- Gargarexar.
- Arrostar.
- Impar.
- Asoarse.
- Roncar.
- Sorber.

Facer coincidir a dicción de cada palabra coa redundancia do seu significado:

- Rouquén.
- Berro.
- Susurro.

- Aclamación.
- Vozarrón.
- Murmurar.
- Farfallar.

### *Exercicios de volume (intensidade)*

#### Exercicio A

Partamos dunha frase, por exemplo: “*Benvidos a Elsinor, señores. Aquí, en Elsinor, todo temos pechado por mor do vento*”.

- Dicila variando a intensidade desde o silencio ata o alarido.
- Susurrar, murmurar, voz baixa, falar normal, subir a voz, berrar, dar alaridos.

#### Exercicio B

Elixir unha vocal e dicila con maior ou menor intensidade segundo as seguintes indicacións:

- Se elevamos a man por enriba da cabeza conseguiremos un *fortísimo*, e se a baixamos ata os xeonllos, un *pianísimo*.
- A altura do tórax corresponde a unha intensidade normal.

#### Exercicio C

- Colocarse a unha cuarta da parede.
- Ollar fixamente para un punto á altura da propia boca.
- Co alento tentar *rebrandecer* a zona onde está situado ese punto con golpes de alento cada vez máis sonoros e cortados.
- Comezar a pronuncia do **a** de forma case inaudible.
- Aumentar o volume ós poucos ata conseguir un potente berro.
- Facer o exercicio comezando polo berro e acabando no alento.

#### Exercicio D

Leamos esta frase intensificando cada vez a palabra indicada:

Ánxel Fole camiñaba cunha caxata na man e fumaba cigarros fortes.

Ánxel Fole **camiñaba** cunha caxata na man e fumaba cigarros fortes.

Ánxel Fole camiñaba **cunha caxata** na man e fumaba cigarros fortes.

Ánxel Fole camiñaba cunha caxata **na man** e fumaba cigarros fortes.

Ánxel Fole camiñaba cunha caxata na man e **fumaba** cigarros fortes.

Ánxel Fole camiñaba cunha caxata na man e fumaba **cigarros** fortes.

Ánxel Fole camiñaba cunha caxata na man e fumaba cigarros **fortes**.

Percíbbase como a intensidade expresiva pode alterar o significado da frase.

### *Exercicios de velocidade*

#### Exercicio A



Ler o texto cun ritmo lento, moi lento.

#### Exercicio B

Ler o texto cun ritmo rápido.

#### Exercicio C

Recortando as palabras, sílaba por sílaba.

#### Exercicio D

Ler o texto intensificando por contraste cada un dos elementos:

- *Volume*: forte – débil.
- *Ton*: grave – agudo.
- *Velocidade*: rápido – lento.

#### Exercicio E

Ler o texto seguinte facendo combinacións cos elementos anteriores:

- Lento – grave – débil.
- Forte – agudo – rápido; etc.

*“¡Benvidos a Elsinor, señores! Aquí en Elsinor todo temos pechado por mor do vento. Non hai no mundo lugar máis venteado que Elsinor. Todo ten que estar dentro: a xente, o gado, o xardín. I é por culpa do vento irado. A naide lle parece saír de Elsinor con tanto vento fóra, semellante a un grande exército oubeador que cercase Elsinor por toda unha longa noite. Por eso os de Elsinor somos xente de pálida pel. ¿Quen sae ao campo en Elsinor?*

*É a verdade: estamos en demasía xuntos entre as paredes antigas de Elsinor. Un home é il mesmo, e asemade unha grea de homes, uns donos de seu, criados outros, e cada quisque arrastra por cámaras e corredores os vagos pensamentos propios, os sonhos, as arelas, as inquedanzas e as iras, a ambición, a luxuria, o medo tamén. Estamos mui apertados en Elsinor. Faguemos entre estas moreas de pedras militares un amagallo escuro, e ás vegadas terribel. Apártaste nun corredor pra deixar pasar a un home que ven súpeto coma un lóstrego, e cando pasou e reparas camiño, afuciñas coa súa ambición, que lle vai detrás coma unha sombra soberbia e armada, nascida del mesmo, parida de nouturnios desacougos, e do mesmo medo, ese segredo proxenitor de ousados e fusquenllos.*

*Quítalo chapéu porque pasa unha dona de graciosa e calma fermosura, e ao erguer a testa que respeitoso incrinache, chóutanche nos ollos e no narís a imaxe e o cheiro da*

*luxuria. Somos unha estrana almáciga pola que navegan soterraños irreprochábeles vermes. E todo, polo vento que corre fora. Coas outas paredes impedimos que a tempestade avente as rosas non máis nacer, pro convertimos a Elsinor nun pudrideiro, i El Rei dos vermes, é un Rei verdadeiramente unxido”. ... (Álvaro Cunqueiro: O incerto señor don Hamlet, príncipe de Dinamarca).*



# **NOCIÓNS DE FONÉTICA**

gato	mato	fato	nato
pato	rato	lato	xato

Algún son (como os marcados nos exemplos), ten a propiedade de distinguir palabras ó ser substituído unicamente por outro. Son *fonemas*.

O *fonema* é a unidade lingüística mínima de tipo fónico que ten carácter distintivo.

Un fonema diferénciase doutro por unha serie de trazos que o individualizan. Son os *trazos pertinentes*. Estes son considerados atendendo ao *punto de articulación*, isto é, ós órganos do aparello fonador que interveñen na produción do son, ó lugar en que éste se produce e ó *xeito de articulación*, quer dicir, á disposición que adoitan os órganos fonadores no momento de se producir o son.

Así, en **pato** e **fato**, os dous fonemas iniciais diferéncianse:

- Polo *punto de articulación*, en que na pronuncia do **p** interveñen os dous labios, e na do **f**, o labio inferior e os dentes superiores.
- Polo *modo de articulación*, en que na pronuncia do **p** se produce unha explosión causada pola saída brusca do aire despois de ter sido obstaculizada totalmente, e na do **f**, un rozamento, por deixar un obstáculo parcial ou canle estreita para a pasaxe do aire.

Hai dous tipos de fonemas dependendo da maneira en que o aire atravesase a cavidade bucal:

- *Vocais* ou fonemas vocálicos, en que o aire atravesase a cavidade bucal sen ningún tipo de impedimento.
- *Consoantes* ou fonemas consonánticos, en que a saída do aire se ve obstaculizada por algún órgano fonador na boca.

## 1. SISTEMA VOCÁLICO

Atendendo a todos os trazos pertinentes no sistema vocálico, os fonemas vocálicos son:

### 1.1. Polo punto de articulación.

- *Anteriores ou palatais*.  
A parte dianteira da lingua elévase en dirección ó padal duro: **e, ɛ, i**.
- *Central*.  
A lingua permanece baixa e case en repouso: **a**.
- *Posteriores ou velares*.  
A parte traseira da lingua elévase en dirección ó veo do padal: **o, ɔ, u**.

## 1.2. Polo modo de articulación.

- *Abertos.*

A posición da boca é a máis aberta: **a**.

- *Pechos.*

A posición da boca é a máis pechada: **i, u**.

- *Medios.*

A posición da boca é intermedia entre a máis aberta e a máis pechada.

Neste caso temos dous tipos de vocais medias:

→ *Abertas.*

As que se aproximan máis a apertura máxima: **e, o**.

→ *Pechadas.*

As que se aproximan máis á mínima: **e, o**.

Non existen en galego fonemas longos, aínda que se poida percibir unha maior duración vocálica nas sílabas tónicas ca nas átonas ou un alongamento das vocais por razóns de entoación; tampouco existen fonemas nasais opostos ós correspondentes orais, por máis que o contacto cunha consoante nasal poida contaxiar unha nasalidade case imperceptible a calquera das vocais, xa que este fenómeno, por ser condicionado, debe contemplarse no plano das realizacións fonéticas dos distintos fonemas.

Para unha correcta descrición do sistema vocálico cómpre distinguir entre *vocais en sílaba tónica* e *vocais en sílaba átona*, e mesmo establecer graos de tonicidade: as vocais *postónicas* presentan un grao máis alto cás *pretónicas*. Esta gradación en canto á tonicidade/atonicidade ten unha función delimitadora da palabra dentro da cadea fónica, pero ademais provoca unha descrición do sistema segundo os casos.

Podemos distinguir os seguintes subsistemas vocálicos:

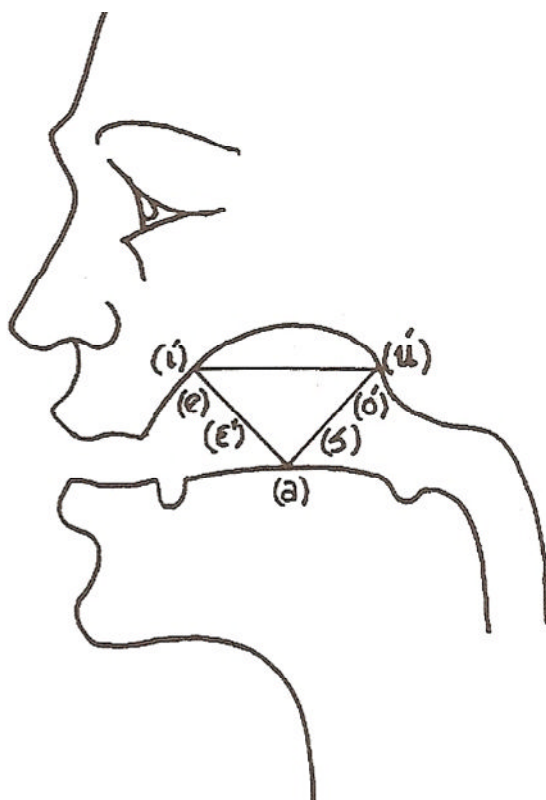
- En posición *tónica ou pretónica*, o sistema presenta os sete fonemas descritos: **a, e, e, i, o, o, u**: *bala, vela, (ti) vela, vila, bola, bóla, bula*. En posición pretónica o rendemento fonolóxico é escaso se temos en conta que fóra das palabras derivadas (sobre todo por medio de sufixos aumentativos e diminutivos) a penas se poden atopar exemplos illados de parellas de palabras que se opoñan por este trazo (*botar/votar, pegada/pegada*); nas palabras derivadas, en cambio, os exemplos son abundantes xa que salvo nalgúns casos de lexislación ou de perda de consciencia da base, o vocalismo desta mantense (*boliña/bolina, presina/presiña*).
- En posición *postónica non final* o número de fonemas redúcese a cinco, pois non se dá oposición entre abertura media aberta e abertura media pechada como na anterior: **a, e, i, o, u**: *páramo-páremo, cómpracho-cómprecho-cómpracho, cágado, pesego, píntega*,

*cómodo-cúmulo*. O grao de atonicidade destas vocais e o feito de que case non se dean casos de parellas de palabras opostas pola vocal nesta posición, fai que as vocais postónicas non finais vacilen moito no seu punto de articulación: *númaro, cúmulo...*

- En posición *postónica final* o número de fonemas redúcese a tres, pola falta de oposición entre os fonemas da serie anterior e entre os da serie posterior: **a, e, o**: *casa, case, caso*. Ocasionalmente, en palabras non patrimoniais, poden atoparse **i** e **u** en sílaba final átona, pero este trazo impide consideralas plenamente incorporadas ao idioma. Son palabras como *taxi, álbum, corpus...*

## 2. DIFERENCIACIÓN ABERTAS / PECHADAS

Os subsistemas vocálicos represéntanse cun triángulo, pois que, como se pode comprobar, a lingua describe esa figura xeométrica. Pódese experimentar por esta orde:



**O triángulo vocálico**

FONEMA	ABERTURA	LOCALIZACIÓN	TONACIDADE
<b>u</b>	mínima	posterior	moi grave
<b>ɔ</b>	media pechada	posterior	medio grave
<b>o</b>	media aberta	posterior	medio grave
<b>a</b>	máxima	media	medio
<b>e</b>	media aberta	anterior	medio agudo
<b>ɛ</b>	media pechada	anterior	agudo
<b>i</b>	mínima	anterior	moi agudo

### 3. O TRIÁNGULO VOCÁLICO

Non hai ningunha regra fixa para sabermos se un *e* ou un *o* gráficos se pronuncian abertos ou pechados. Aínda así, podemos levar en conta os seguintes casos:

#### 3.1. Son con *e*.

- As palabras terminadas en *-el* cos seus plurais, sempre que esta sílaba sexa tónica: *papel-papeis, fiel-fieis, mel-meles, fel-feles...*
- As formas verbais de tema de pretérito irregular: *fixemos, soubemos, tivemos, soubermos, tivermos...*
- Certas formas de verbos irregulares (con alternancia vocálica) da segunda e terceira conxugación: *bebes- bebe- beben, mentes- mente- menten...*

#### 3.2. Son con *e*.

- As formas verbais de tema de pretérito regular: *comemos, colleramos, fixeramos, bebermos...*
- Certas formas de verbos irregulares (con alternancia vocálica) da segunda conxugación: *bebo-beba-bebas, rompo-rompa-rompas, respondo-responda-respondas...*
- As formas dos verbos da primeira conxugación en que a vocal *e* vai formando ditongo con *i*, seguida de consoante palatal (*cha, x, ñ, ll*), ou en formas de verbos acabados en *-ear*: *cheira, pecha, desexo, semella, cean, choceo, chocheas...*
- O *e* dos infinitivos da segunda conxugación: *comer, beber, ter, saber, torcer, correr...*
- O nome das letras: *be, ce, gue, xe, pe, te...*
- A case totalidade das palabras agudas acabadas en *-es*: *santiagués, padronés, montañés, cres, tres, mes, les...* (Mais teñen *e* entre outros: *es, tes, a través, través, revés, biés...*).
- Os nomes acabados en:
  - *-edo*: *penedo, reboredado, rochedo...*
  - *-ello*: *casarello, cortello, pendello...*
  - *-eo*: *alleo, freo, seo...*
  - *-eza*: *limpeza, nobreza, pobreza, natureza...*

Hai unha serie de palabras que se diferencian fonicamente só pola abertura das vocais *e, e*: *abella, ese, este, pega, pelo, peto, rego...*

#### 3.3. Son con *o*.

- As palabras acabadas en *-ol* e os seus plurais: *caracol-caracois, farol-faróis, control-controis, col-coles...*

- Certas formas de verbos irregulares da segunda conxugación: *moves-move-moven, podes-pode-poden, comes-come-comen...*

### 3.4. Son con **o**.

- As formas do tema pretérito dos verbos ser e ir: *fora, fosemos, foramos, fordes...*
- Certas formas dos verbos irregulares da segunda conxugación: *movo-mova, como-coma, respondo-responda...*
- As formas de verbos da primeira conxugación en que a vocal **o** vai formando ditongo co **i**, vai seguida de consoante palatal (ch, x, ñ, ll), ou en verbos acabados en *-oar*: *pernoito, acocha, aloxas, envergoña, olla, razoan...*
- O **o** das formas do infinitivo do verbo *pór*: *pór, pormos, pordes...*
- O **o** tónico que vai formando ditongo con **u**: *mouro, touro, tesouro, ouro, Valadouro...*
- Os nomes acabados en:
  - *-on*: *don, león, pasmón...*
  - *-or*: *comedor, deseñador, maior, mellor, peor...*
  - *-oso -osa*: *fermoso, raposo, tramposo, xeitoso...*

Hai unha serie de palabras que só se diferencian fonicamente pola abertura das vocais **o, o**: *bote-vote, choro-chóro, fora-fóra...*

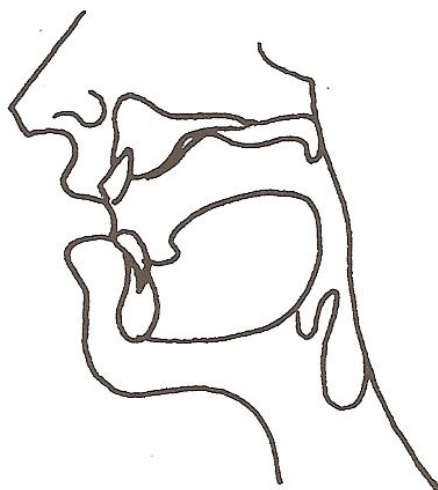




# VOCALIZACIÓN

1. PRONUNCIA DO **a**

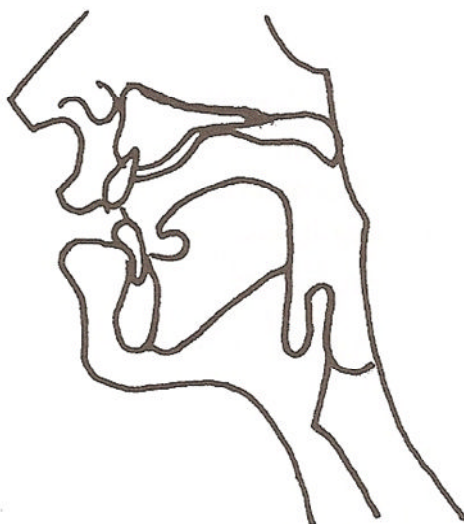
Fanse vibrar as cordas vocais, a lingua está suavemente estendida no oco da mandíbula inferior e o dorso, elevado cara á parte media-posterior do padal.



*A almiranta aliña a ameixa con allo que garda na artesa e almorza unha animalada de apio polas mañás; así ten esa fasquía, esa traza e esa cara que marabilla a familia da cuñada, a quen fai carantoñas coas artes que aprendía na academia de arte dramática.*

2. PRONUNCIA DO **e**

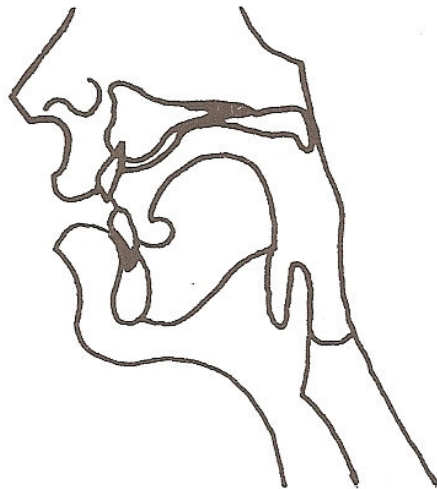
Se partimos da articulación do **a**, érguese o predorso da lingua sobre a zona media do padal e o ápice apunta ós alvéolos inferiores. Os bordos da lingua a penas rozan nas moas. A abertura é menor cá do **a**.



*Cen lebres choutaban o mércores de cinza ó pé do almacén do noso médico e volveron do biés os papeis de alguén que tiña un axóuxere, segundo soubemos pola túa tía, unha larpeira do mel, fiel amiga do cero en conducta. Mentos, non é certo, replicou o seu irmán Daniel.*

3. PRONUNCIA DO **e**

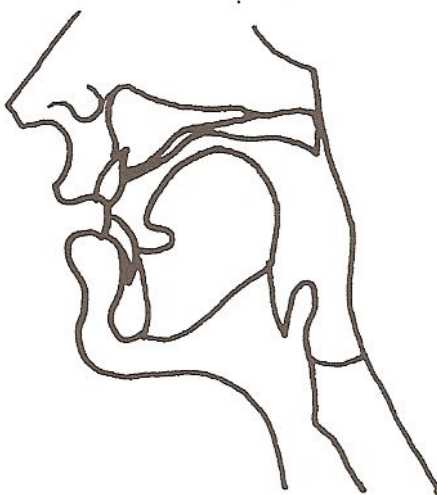
O predorso da lingua sobe cara á rexión palatal e o ápice sitúase contra as raíces dos incisivos inferiores; os bordos da lingua tocan os premolares con menor presión que na articulación do **i**. A abertura das mandíbulas é menor cá do **e** e maior cá do **i**.



*Vostede, feo ser montañés, non sabe pechar o e como fai o santiagués que colleramos como reo e fixeramos subir a un penedo do monte do Pindo unha tarde de sol, onde vostede tiña desexos de nobreza e aires de grandeza; e non chocheo cando ollo como torce a cabeza e bota a correr.*

4. PRONUNCIA DO **i**

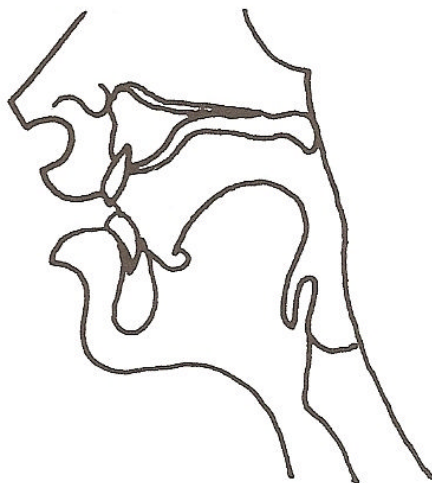
O dorso da lingua elévase ata que os bordos toquen os premolares: o ápice sitúase contra a cara interior dos incisivos inferiores.



*O idealismo non é unha idiocia da identidade idílica dos idiomas e das linguas, nin estivo nos idos da igrexa nin iluminou os ilustrísimas. Non, o idealismo non é imposible e imbúenos de indelebles ideas que nos impiden ser idiotas ou idólatras.*

5. PRONUNCIA DO **o**

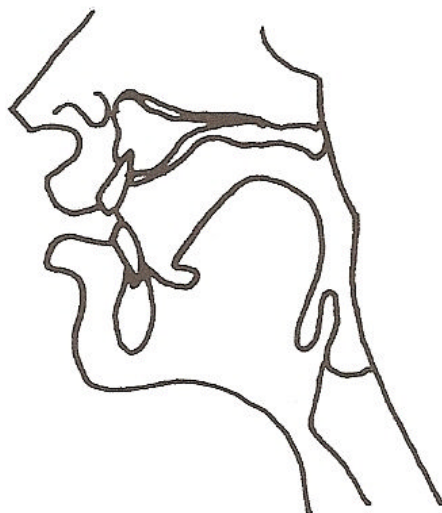
Partindo do **a** predorso da lingua érguese contra o padal brando e o ápice mantense baixado. A abertura é menor cá do **a** e maior cá do **o**. Os labios redondéanse.



*Move o nove e xoga de farol se queres que a copa que gañaches onte che preste ben e che cante no bote, díxenlle na Costa da Morte a un rapaz que rillaba nun óso de porco. Ese gol vaiche dar a oportunidade de ter control e non ser un caracol que vai de col en col.*

6. PRONUNCIA DO **o**

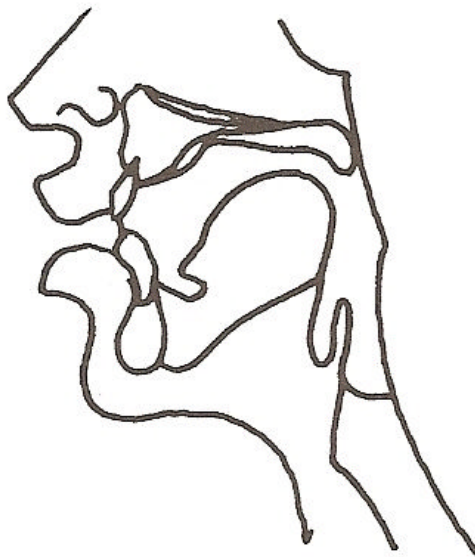
A parte posterior da lingua elévase contra o veo do padal, menos que no **u** e máis cá no **o**.



*Este pasmón fora fermoso nun tempo xa lonxano, fora fermoso, raposo e dabondo tramposo, que lle caeu todo o pelo por xogar co oso branco, co oso mariño e co oso formigueiro cando ía ó Valadouro sen prender no sono e pór todo o poder en acochar o tesouro do mouro.*

7. PRONUNCIA DO **u**

Elévase a rexión posdorsal da lingua contra o veo do padal. Os labios forman unha abertura moi reducida.



*Un ultra-sur, último uruguaio que puña no urinario o uniforme de nazi, urdiu un unguento ultravermello para curar as uñas untuosas, por non ir ó pedicuro cubano que usaba enxulla de garabullos e lucía un lubricado e luxurioso mostacho.*

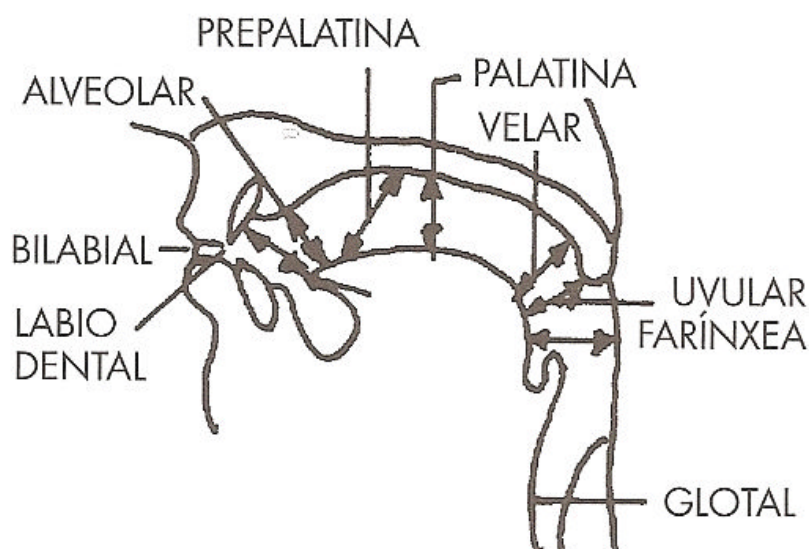


# ARTICULACIÓN

Na caracterización dos fonemas que integran o *sistema consonántico galego*, así como das súas posibles realización fonéticas, cómpre ter en conta:

1. A SONORIDADE.  
Xordas e sonoras.
2. O PUNTO DE ARTICULACIÓN.  
Bilabiais, labiodentais, (linguo) dentais, (linguo) interdentais, (linguo) alveolares, palatais, velares.
3. O MODO DE ARTICULACIÓN.  
Oclusivas, fricativas, africadas, nasais e líquidas, que poden ser laterais, vibrantes e aproximantes.

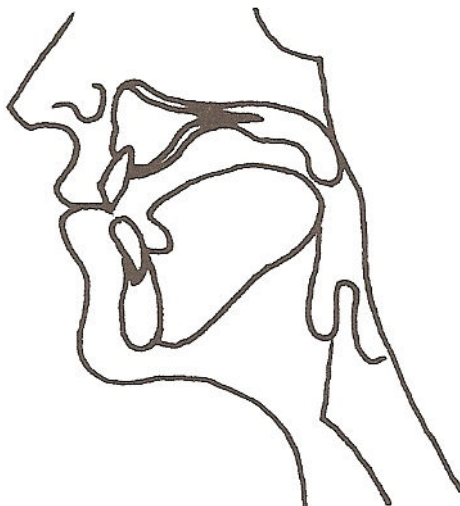
Neste traballo abordaremos a clasificación das consonantes segundo o modo de articulación.



### 3.1. Oclusivas.

Nelas os órganos crean un obstáculo á saída do aire, un peche completo, que só dura milésimas de segundo e que se desfai por medio dunha explosión. En galego son consoantes oclusivas polo modo de articulación: **p, b, t, d, k, g**.

- O **p**, oclusivo, bilabial, xordo.  
Articúlase xuntando os labios de maneira que queda a boca pechada, e logo sepáranse deixando saír o aire do golpe.

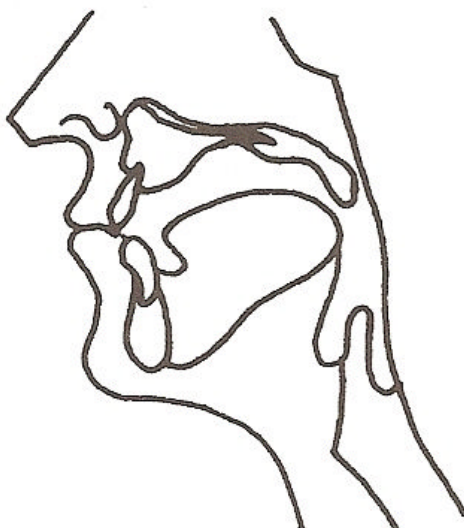


*Na pereira de Pedro pacían pacháns e palinúridos uns palmípedos pamploneses que un paisano pequeno e pailán pillara na Pampa, paisaxe pastoral que o paspán de papada con panza puxera de pírrico patriotismo.*

*Paula Pereira, pitonisa plebea, predixo no Porriño que o portugués poeta, dono dunha pousada de Pedra, era un posesivo piromántico que pasara por pistoleiro protocolario no porto de Panxón.*

- O **b**, oclusivo, bilabial, sonoro.

Articúlase xuntando os labios de tal xeito que quede a boca pechada; logo sepáranse deixando saír o aire de golpe. A unión dos labios ten menor presión cá no **p**.



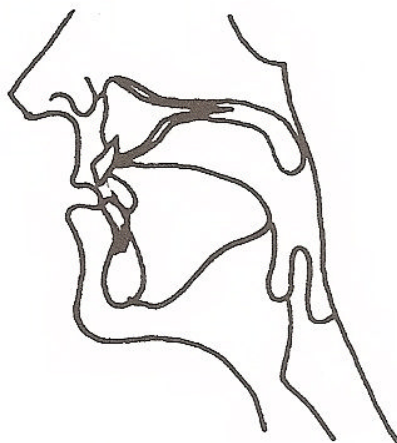
*Baixo o babán do babeco un badallas bebía viño por unha babucha mentres Bieito Rubido, barítono barroco, vocalizaba en basco un biscaíno o vocabulario básico das vinteseis voces que ten o varsoviano.*



*Esta vieira vendeuma un veterinario que vixiaba os vaivéns dun verme velenoso que andaba na verdura bulbiforme que un burro bufo e un búfalo bromista vixiaban na boscaxe de Borgoña.*

- O **t**, oclusivo, dental, xordo.

Articúlase apoiando o ápice da lingua contra a cara anterior dos incisivos superiores e a lámina contra os alvéolos, impedindo así o paso do aire. Sepárase a lingua de súpeto e sae o aire.

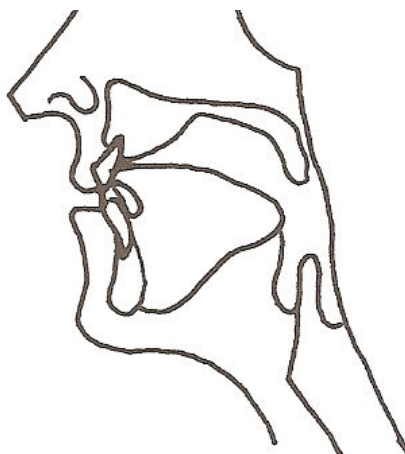


*O tenente Tomé Tachola, taciturno terratenente, ten un talento tal que tapa cun taparrabos o tapete tasmanio que trouxo de Túnez cando tiña trinta e tres anos; un tarambaina é o Tenente Tomé, tatuado cun teixo e unha tella.*

*Os trabalinguas do traumatólogo de Trafalgar nonteñen o **t**, cousa tremenda para un trepa que triplicou as terribles trécolas dos trisílabos tridimensionados en tetraedros trabucantes.*

- O **d**, oclusivo, dental, sonoro.

Articúlase apoiando o ápice da lingua contra a cara interior dos incisivos superiores e a lámina contra os alvéolos, de xeito que impedimos o paso da corrente de aire. Despois sepárase a lingua e sae o aire.

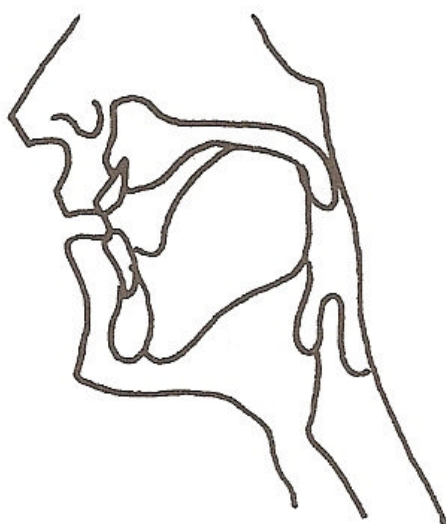


*O dedo de Deus deseñou as dornas que dormen nas dunas de Doniños, delicadas paisaxes derramadas para o deleite de donas didácticas que dogmatizan dos deberes divinos e das douradas delicias de dous deuses.*

*A dobraxe devece dun decálogo deontolóxico que defina as diferencias dos que usan a delicadeza e dos delincuentes denunciante, desleigados e demagogos que desconcertan cos dicires descoloridos, destinxidos e delourados.*

- O **k**, oclusivo, velar, xordo.

Articulamos esta consoante elevando a parte posterior do dorso da lingua cara ó padal brando, de maneira que impedimos a saída da corrente de aire; despois separamos a lingua de golpe deixando saír o aire.



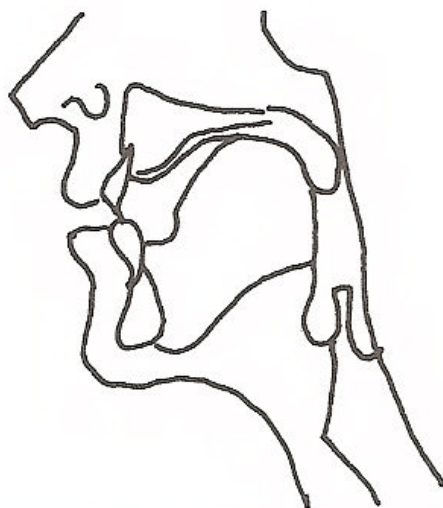
*En Camariñas comín un carneiro coa carne queimada. ¿Ti non comes a carne queimada? Non, dixo o cabo de carabineiros, cachazudo e cabezón, cando o caco lle quentaba a cara cun cañoto.*

*En América, Camila, cocainómana confesa, confirmaba o seu cariño a un currante de conducta coqueta que copeou con Carmelo, coruñés da Cordelería, cantante no coro da catedral de Cuenca.*

*Catarina cantarina, Catarina encantadora; canta, Catarina, canta, que cando cantas encántasme; eu non canto para castróns, que canto para curiosos que queren cultivar a cultura deste corpo tan culpable.*

- O **g**, oclusivo, velar, sonoro.

Artículase elevando a parte posterior do dorso da lingua cara ó padal brando, impedindo o paso do aire; despois sepárase a lingua de golpe deixando saír o aire.



*Aquel gaitero gabacho ten a gala tocar a gaita gaélica para galantear as gaditanas como o galo ás galiñas; dalles gardenias este garañón con gorxa de gorrión e gracia no garneato.*

*O gardarríos gorneceuse da guerra nun gueto de Granada, onde granxeou gracias de grado.*

*O gótico é un estilo gozoso que grava o gonzo na pedra con galanura e gallardía.*

### 3.2. *Fricativas.*

Os órganos empregados na súa articulación aproxímanse, sen chegaren a xuntarse, como acontecía no caso das oclusivas. En galego son fricativas: **f, z, c** (*ce, ci*), **s, x** (*xamón*).

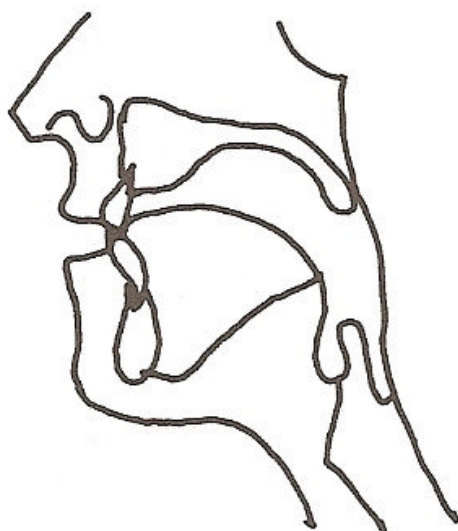
- O **f**, fricativo, labiodental, xordo.  
Articúlase apoiando a parte interior do labio na cara externa dos dentes superiores; ó saír o aire prodúcese un son suave.



*Fernando Fernán, fabril ferrolán que fabrica ferruxes para as flotas de Fisterra, fluctúa nos fondeadoiros de pouca fauna para non fedellar nos fardos fedorentos que facturan ferrollos para os filipinos.*

*Fraternizar co fracticida non é fácil, dixo con franqueza o frade franciscano francés que fuxía dos francmasóns da fronteira franca. Un farsante era este frade afrancesado francmasón fraticida. ¡Que frase!*

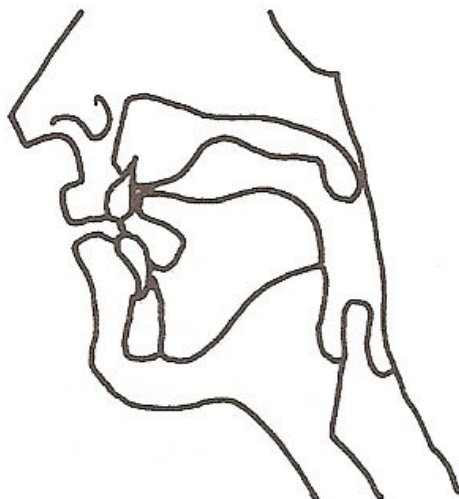
- O **z**, **ce**, **ci**, fricativo, interdental, xordo.  
Articúlase tocando co ápice da lingua a base dos incisivos superiores sen presionar case, de maneira que o aire poida saír producindo un ruído suave.



*Un circunciso zamorano algo zurdo mercou unha zorra con eixe de cerdeira na feira de Cedeira a un cismón de cerebro de zombi e cellas da cor da cenoria.*

*¿É certo que lle zorregaches unha zoupada a ese zarangalleiro ceutí e que agora ten un zurcido e olla para o ceo e cecea coma o César da citania?*

- O **s**, fricativo, alveolar, xordo.  
Articulamos esta consoante elevando o ápice da lingua e aproximándoa ós alvéolos. Os bordos da lingua achéganse á parte interna das moas superiores, de xeito que se forma unha canle estreita entre o ápice e os alvéolos, facendo pasar o aire pola canle e producindo un ruído característico.



*Salvádeme deste samurai que no seu sancta sanctorum quere saciar a súa santidade co sangue santísimo de Santiago para satisfacer a sede sectaria do seu saturnal sentido da sensibilidade.*

*Pola senda senatorial, Susana Sánchez, sempiterna e sensata santeira, sentenciaba que a súa santidade non era o mesmo que a súa sanidade e sentía os sinais servís de quen, severo e sibarita, seseaba un silabario.*

*En Silleda e en Sevilla os simpáticos súbditos fan sinfonías de solfistas e salaian sen siso nin sexo unha sonata asasina que semella senlleira e resulta sinxela e soante.*

- O **x**, de *xenio*, fricativo, prepalatal, xordo.  
Pronúnciase achegando a lingua á zona postalveolar, de xeito que se produza unha canle central alongada. Os bordos laterais aproxímanse á parte interna das moas superiores, e faise pasar o aire pola canle producindo un ruído característico. Non convén elevar a punta da lingua nin tocar con ela os dentes inferiores.



*O xuíz díxolle a Xerardo que non lixase o seixo, xa que ían xuntar as laxes para que no xantar ninguén deixase as xoias no chan. O xamón de Xinzo non é de porco, é de xovenco ou xato.*

*Xacinto gañou o xubileo en xullo, pois en xuño xuntouse con Xacobe e limpou o xardín que lixara cando a viaxe a Xamaica. A Virxe da Xunqueira é moi xeitosiña. ¡Xesús, que xaculatoria lle dirixín!*

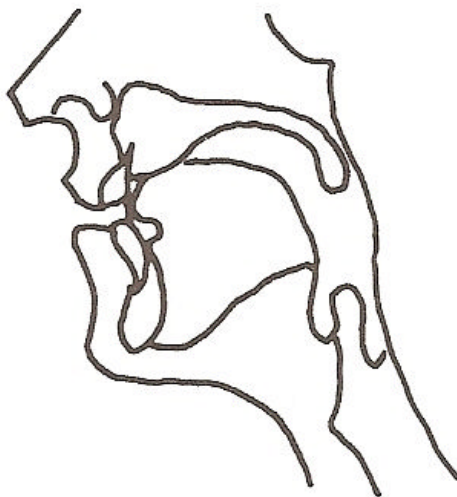
### 3.3. *Africadas ou semioclusivas.*

Algúns autores considéranas como un tipo especial de oclusivas. En realidade, nelas prodúcese un peche absoluto da canle nalgunha das súas zonas, que se resolve nun estreitamento, polo que o fluxo de aire sae ó exterior, acompañado dun ruído de fricción.

Son consoantes con dous modos de articulación: oclusivo e fricativo.

- O **ch**, africado, palatal, xordo.

Artículase apegando a lámina da lingua á zona postalveolar e os bordos laterais á parte interna das moas superiores; partindo desa posición liberamos o aire, baixando a lingua ata crear unha canle pequena e alongada entre a lámina e a zona postalveolar, producindo así un ruído de fricción.



*Este chalán de Chantada, chantoulle o dente a un chourizo que mercou na chacinería dun chulo que chamuscaba chacina na cheminea unha noite de chuvia e chispas. ¡Como chorreaba o chourizo deste chouriceiro chorras!*

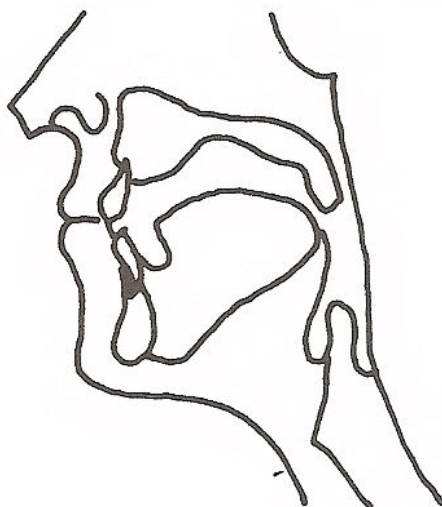
*Chifraba un choqueiro con chaqué e chapeu, chancletas e chambrá, un chotis achulapado que aprendera en Chile cun chintófano que choupaba as chufas dunha chocolatería. ¡Que chacota!*

### 3.4. Nasais.

Durante a emisión dalgúns sons o veo do padal pode estar abaixado e deixar, deste xeito, paso á cavidade nasal aberta á corrente de aire procedente dos pulmóns. Acontece entón que articulamos os sons nasais, chamados así porque actúa unha cavidade de resonancia suplementaria, a nasal.

- O **m**, nasal, bilabial, sonoro.

Na emisión do **m** o veo do padal ten que estar baixo, e así o aire sae polo nariz. Xuntamos os labios para que a boca fiquese pechada.



*Manolo Mourenza, mouro mahometano ou musulmán, amañou unha magnolia de Macedonia, mentres Miramamolín, macilento mandarín, malfadado e malvado, machucaba a madeira, metafórico e medorento.*

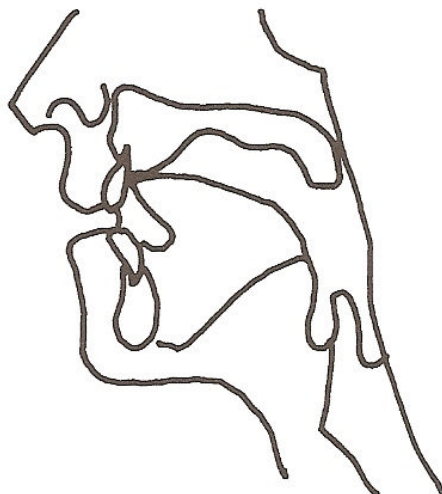
*Muros e Murcia non mudan os seus modos, nin mudan nin miman os que modernizan os moles moleculares, nin ós que mesturan a música e o mistral no minueto.*

*O microamperio do microcircuíto mesturouse coa microfotografía microcómica que meticulosamente metíamos na microficha que os mormóns miccionaban como microbios.*

- O **n**, nasal, lingualveolar, sonoro.

Baixamos o veo do padal de maneira que o aire poda saír polo nariz, apegamos o ápice da lingua ós alvéolos e os bordos ás moas superiores, e despois separamos a lingua para poder deixar saír o aire pola boca.





*Ningún nacido en Narón que non crea na nación pode nacionalizar a ninguén, nin nacionalizar un nazi malnacido, nin negar un narigón, nin narrar con naturalidade a nefanda novela.*

*Un neoiorquino non di neoloxismos, díos un neolatino que necesita nomear a neofobia que sente polo neocolonialismo neto. Non neutralices un niño nin negues a Newton.*

*Naceu moi normal a meniña, anunciara a norueguesa ninfómana, neurótica, nada neutral coa nicotina, e neonoiva dun nicaraguano níveo que nadara no nimbo nobiliario do norte neoclásico.*

- O ñ, nasal, palatal, sonoro.

Baixamos o veo do padal para que poida saír o aire polo nariz, apegamos o ápice da lingua ós alvéolos e os bordos ás moas superiores; despois separamos a lingua para deixar saír o aire pola boca.



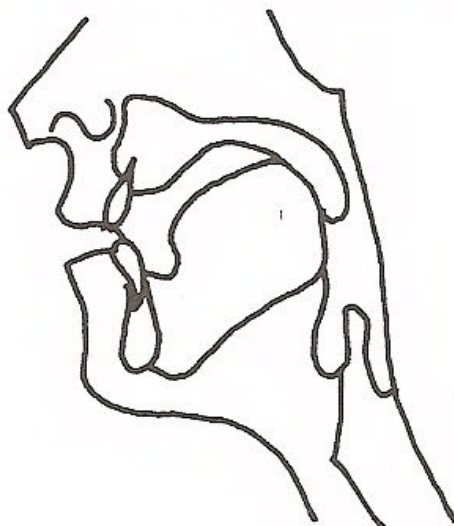


*A Coruña é miña, cariño; non, non é túa, que é de Núñez, enxeñeiro de cuño fácil que deseñou o ñañareiro do concello coruñés, subliñou un tal Mendiño cun pergamiño amañado que contiña un coñecido poema de Nuño Antúnez.*

*Eu son Martiña, Martiño. ¿Ti es Martiña?, dixo Martiño, veciño do río Miño, cando fixo a fazaña de dicir que o Espiña era un pobriño de España que quere ser bispino para poñer o armiño, ¡pobriño!*

- O **nh**, nasal, palatal, sonoro.

Pronunciamos esta consoante baixando o padal brando e deixando aberta a canle nasal ó tempo que elevamos a parte posterior do dorso da lingua contra o padal brando ata que entra en contacto con el e pecha a canle bucal. Seguidamente separamos a lingua, deixando saír o aire o aire pola boca.



*Á unha ou á unha e media ven o seu tren. ¡Non, que ven no camión de León! Non sexas mamalón, que non ven ninguén. Dalgunha parte tirei que o can do teu irmán era aquel. ¿Quen, quen?*

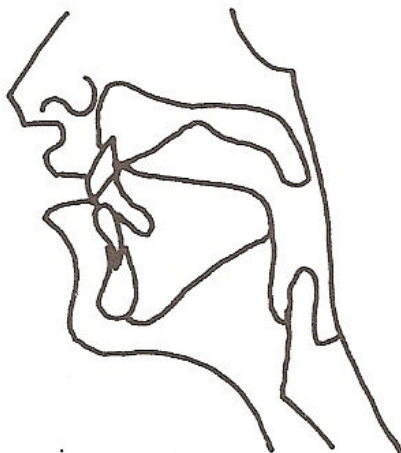
### 3.5. Líquidas.

#### 3.5.1. Laterais.

Nelas o órgano articulador activo, normalmente a lingua, toma contacto co pasivo nalgunha zona da canle vocal, pero ese contacto ten lugar na parte central de dita canle, de xeito que o fluxo de aire pode saír libremente polos dous lados do obstáculo.

- O **l**, líquido, alveolar, sonoro.

Coa vibración das cordas vocais a punta da lingua elévase e apégase á zona central dos alvéolos, deixando que o aire pase polas canles laterais.



*Na lagoa de Louro lin un libro de lamentos e laios enriba dunha laxe labiríntica que pintaba un lagarto perto dun lagar. O leito non me gusta lambelo, lamentouse o lelo Lolo mentres lía a Lamas Pulpeiro.*

*A laringoloxía e a larinxe son da mesma moledura, son uns lastres para os lingüeteiros e unha lousa lingual nos longos e latentes latinorios dos que queren a loa sen lexitimarse.*

*Ó lonxe, Leonardo, leñador sen ligaduras, limitaba o lindeiro lisboeta cun lirismo lóxico e lambía o lombo dunha lombarda cando a lúa, lúgubre, lucía na Lanzada.*

- O **ll** de *agulla*, lateral, palatal, sonora.  
Pronúnciase facendo vibrar as cordas vocais e elevando o dorso da lingua ata tocar o padal duro na parte central, co ápice abaixando contra a raíz dos dentes inferiores.



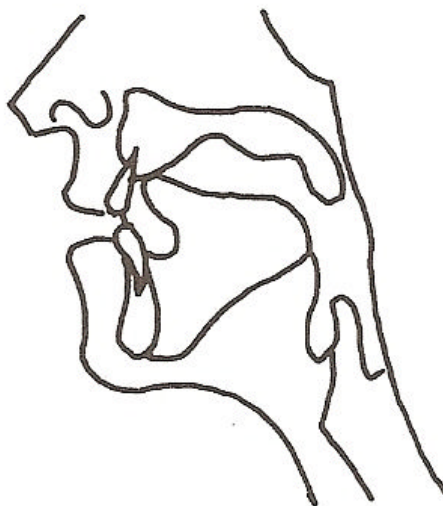
*A filla deste bandallo non recolle a vasilla con brillo, pois ten o ollo birollo de tanto estar de xeonllos no tellado enfariñado do pillo Guillermo, viñateiro do Godello a quen lle falla a memoria de tanto andar coas ovellas en Baralla.*

*Na Ronda de Nelle vive un mallorquino que ten unha orela cun brinco de agulla. Non é alleo ás parellas que lle arman o barullo cando van coa saia vermella ó concurso de tortillas no mes de xullo.*

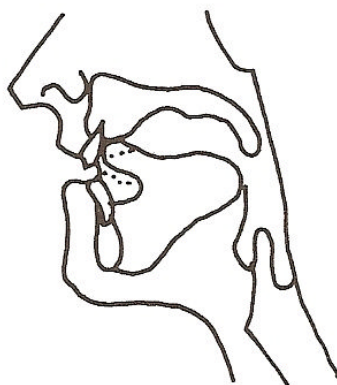
### 3.5.2. Vibrantes.

Estas consoantes teñen a común característica de que o órgano activo, que normalmente é o ápice da lingua ou a úvula, realiza varias oclusións apoiándose no órgano pasivo, ou sexa, nos alvéolos ou na parte posterior da lingua. En galego existen dúas consoantes vibrantes: o simple *r* da palabra *foro* e o múltiple *rr* da palabra *forro*.

- O *r* líquido, vibrante simple, alveolar, sonoro.  
Articulamos este fonema ó tempo que vibran as cordas vocais. O ápice da lingua interrompe momentaneamente a corrente de aire ó apoiarse na rexión alveolar, para de seguida permitir a saída do aire.



- O *rr* líquido, vibrante múltiple, sonoro.  
A punta da lingua toca a zona dos alvéolos superiores; o aire expirado forza a saída polo punto de contacto, a lingua oclúciónao e prodúcense varias interrupcións momentáneas da corrente de aire.



*Ramón Barreiro Rei é un radiorreceptor de radionovelas que relata rudamente as rarezas dun rico rebelde que retorna ó rancho e coa raqueta rasa a neve do rañaceos de Romenia, ramallete da romanización recente.*

*O rato retorna e rastrexa o raio; recolle o carrizo no regueiro e reta, rexo e regateiro, refocilándose reflexivo no roxo rubí do reloxo da roseta resoante e relucente, mentres vela a raiña das robalizas.*

*¡Señor, que calor reticente, que reverque neste retruque os resoantes reberetes dun recitador retórico que remata esta ringleira, riola, resta ou relación, sen ningún rubor!*

### 3.5.3. Aproximantes.

Trátase de sons pronunciados cunha constricción da canle, menor que a que se produce nas fricativas, pero maior que a que se dá nas vocais, de xeito que a abertura que se produce debe ser sempre o suficientemente ampla para que a saída do aire se faga sen ruído.

- O **b** de *cova*.

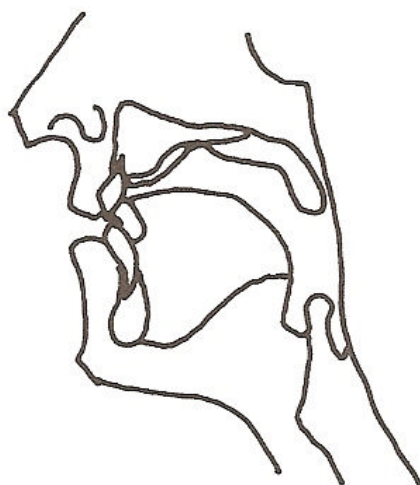
Articúlase aproximando os labios da mesma maneira que para pronunciar a oclusiva **b**, pero sen que cheguen a unirse. A abertura da canle é o suficientemente ampla para que o aire non produza fricción.



*Pon a ferver a herba do tabaco na cova do sabugueiro e non rabuñes no pavillón, pois teño fobia e pavor a esa habilidade. A ferverza é fluvial e non mariña, dixo o rabino.*

- **O d de poder.**

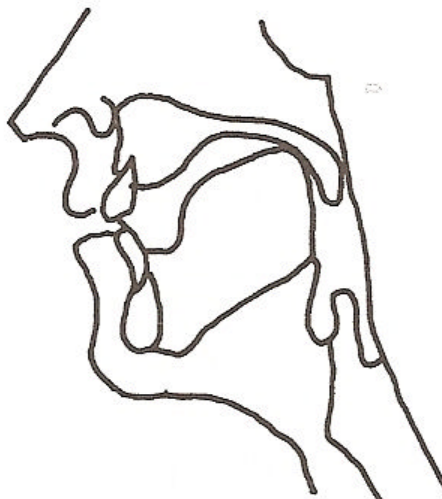
Pronunciamos esta consoante achegando o ápice da lingua á cara interior dos incisivos superiores e a lámina contra os alvéolos, e antes de que cheguemos a pechar a canle a lingua torna a separarse; deste xeito non se produce fricción co paso do aire.



*O fidalgo idiota de Sada ten un fideo no faiado que lle entregou un tudense sádico unha tarde de vendaval, cando cría que o poder ideaba vendedores palpables.*

- **O g de auga.**

A parte posterior do dorso da lingua elévase cara ó paladar brando, estreitando a canle articular, pero sen impedir o paso do aire; despois separamos os órganos articulatorios non producindo ningunha fricción.



*Aquel gaitero gabacho ten a gala tocar a gaita gaélica para galantear as gaditanas como o galo ás galiñas; dalles gardenias este garañón con gorxa de gorrión e gracia no garneato.*

*O gardarríos gorneceuse da guerra nun gueto de Granada, onde granxeou gracias de grado. O gótico e un estilo gozoso que grava o gonzo na pedra con galanura e gallardía.*

*Exercicios con trabalinguas*

As guedellas que se me enguedellaron  
enguedelladas non deben estar;  
desenguedelládemas, desenguedelládemas,  
e mas podedes desenguedellar.

Na ponte de Lugo  
hai un lobo rubio,  
roendo un óso duro.  
Roe, lobo rubio,  
roe nese óso duro.

Nai e filla foron á misa;  
nai pisa palla;  
palla pisa filla.

Unha pexa, rexa, mexa,  
salfexa, salfexorda, descontramiñada e xorda,  
díxolle a outra pexa, rexa, mexa,  
salfexa, salfexorda, descontramiñada e xorda,  
“Eu, cando era pexa, rexa, mexa,  
salfexa, salfexorda, descontramiñada e xorda,  
coidaba os meus pexos, rexos, mexos,  
salfexos, salfexordos, descontramiñados e xordos,  
e ti, cando sexas pexa, rexa, mexa,  
salfexa, salfexorda, descontramiñada e xorda,  
coidarás dos teus pexos, rexos, mexos,  
salfexos, salfexordos, descontramiñados e xordos”.

Xan, di a Xan  
que lle diga a Xan  
que vaia abrir a Xan  
que está Xan á porta.

Teño tres táboas  
moi mal entarabintintingoletadas.  
Hei mandar vir  
un entarabintintingoletador  
que mas veña  
entarabintintingoletar mellor.

Corchete  
que estás na corcheta,  
¿desencorchetácheste xa?  
O desencorchetador  
que te desencorchete  
bo desencorchetador será.

Cinco figafarzos novos  
afigafararon  
a figafarza vella.  
Veu o figafarzo vello  
e afigafarizou  
os cinco figafarzos novos  
que afigafararon  
a figafarza vella.

Sei nun niño  
dunha cecigaciña que  
con cinco cecigaciños  
está.  
¿Como faremos  
para desencecigaciñar  
á cecigaciña  
dos cinco cecigaciños?  
O desencecigaciñador  
que a desencecigaciñe  
bo desencecigaciñador  
será.

*Exercicios con trabalinguas*

Gancho reviragancho,  
que tanto reviragancheaches,  
deixa que te desreviraganchee  
con este desreviraganchiño que teño  
para desreviragancheados  
nas ramas do carballal.

Nun niño de conchagarfos,  
dous conchagarfiños hai.  
Quen os desaconchagarfizare  
bo desaconchagarfizador será.

Unha pérgara,  
márgara,  
pérgara,  
pírgara,  
se non fora pírgara,  
pérgara,  
márgara,  
párgara,  
non sería pérgara,  
márgara,  
pérgara,  
pírgara.

Cinco guifos novos  
mafigaños  
amafigañaron unha guifa vella  
mafigaña,  
e veu o guifo vello  
mafigaño  
e mafigañou os cinco guifos novos  
mafigaños  
porque amafigañaran  
a guifa vella  
mafigaña.

Teño unha capa  
tallada,  
golada,  
borlada,  
repicatallada.  
Quen ma tallou,  
golou,  
borlou  
e repicatallou  
non ma soubo  
tallar,  
golar,  
borlar  
e repicatallar.  
Vou chamar  
ó tallador,  
golador,  
borlador  
e repicatallador  
que ma veña  
tallar,  
golar,  
borlar  
e repicatallar  
mellor.

¿Ten  
tinta Antón?  
Tinta Antón  
ten.

Se vou a Bueu nun bou, vou.  
Se non vou nun bou, non vou.





# ENTOACIÓN

A entoación é a liña ou curva melódica coa que pronunciamos un enunciado. Serve para sinalar os límites dos enunciados e para diferenciar as súas modalidades (enunciación, interrogación, volición, exclamación).

Na entoación da palabra a sílaba tónica correspóndese cun ton máis elevado cás outras; a curva tonal ascende ata a sílaba tónica:

Chu-cha-mel

Car-no-ta

sí-la-ba

## 1. FRASE ENUNCIATIVA

As frases enunciativas normalmente tenden a presentar unha curva tonal bastante plana, cunha pequena elevación na última sílaba tónica e un descenso posterior; non obstante recolleamos variacións das entoacións enunciativas:

- Nas frases dun só grupo melódico o fonema adoita descender:

O meu curmán é muradán.

Nas frases con dous ou máis grupos melódicos, os fonemas acostuman ser horizontais, excepto o do último grupo melódico, que é descendente. Tamén pode ser ascendente o fonema do penúltimo grupo melódico.

Recibiron os agasallos que lles prometeran e sorriron.

Recibiron os agasallos que lles prometeran, abriron a porta e sorriron.

- Nas enumeracións, os fonemas son horizontais, excepto o penúltimo, que é ascendente, e o último, que é descendente:

O bastón, as moedas, o chapeu, o xornal e o manteo.

- As enumeracións que quedan sen rematar teñen horizontal o último fonema:

Lía libros, xornais, revistas...

- O grupo melódico entre parénteses, guións ou vírgulas, presenta un ton máis baixo que o resto da frase:

Os xogadores do Deportivo, que saíron ó campo en primeiro lugar, están a facer aquecemento.

## 2. FRASE INTERROGATIVA

As frases interrogativas, ó contrario das enunciativas, iníciáanse cun ton moito máis elevado. En xeral adoita manterse alto ata a última sílaba tónica, a partir da cal descende dunha maneira moi marcada.

*¿E se a casa está baleira?*

*¿Os teus irmáns xa volveron de Suiza?*

A entoación interrogativa característica das Rías Baixas parte tamén dun ton máis elevado que o ton medio, pero o fonema final é ascendente.

*¿Non viches o partido do Celta?*

## 3. FRASE IMPERATIVA

As ordes e mandatos emítense nun ton semellante ó das enunciativas; baixa lixeiramente e remata nun fonema final descendente:

*Non fagades tanto ruído.*

*¡Dame os cartos!*

## 4. FRASE EXCLAMATIVA

Os enunciados exclamativos, de maneira semellante ós interrogativos, iníciáanse nun ton máis elevado que vai decrecendo ó longo da secuencia ou ben que se mantén ata a última sílaba tónica, dependendo do tipo de exclamación.

*¡Canta brétema no val!*

*¡É unha muller maravillosa!*

## 5. GRUPO FÓNICO

Os fragmentos dun discurso delimitados por dúas pausas sucesivas coñécense como grupos fónicos. O grupo fónico ten un significado propio. Pode abranguer un ou varios grupos acentuais, unha ou varias palabras e de unha a quince sílabas, aínda que o máis frecuente é que consten de sete ou oito.

Vexamos neste exemplo caligráfico como emitiríamos un grupo fónico:

*Ogrupofónicoestáformado/porunhapalabraougrupodepalabras/queformanuntodo,/unhaliña,/unhacadeasenpausas.//Aspausasservenparasepararosgruposfónicos.//Todogrupofónicovaientrepausas.//Aspausas,/comopodemosobservar,/teñendistintasduracións,/segundoondeesteansituadas.//*

En galego a unidade melódica coincide co grupo fónico. Como puidemos observar no exemplo anterior, os grupos fónicos ou unidades melódicas están separadas normalmente por pausas de extensión variable.

Non existen regras que nos sinalen por onde temos que efectuar a separación entre unha unidade e outra, aínda que moitas posibles divisións quedan descartadas por absurdas.



**EXERCICIOS**  
**PARA AXILIZAR**  
**O APARATO**  
**RESOADOR**

## 1. EXERCICIOS DE BOCA

- 1.1. Abrir e pechar a boca.
- 1.2. Inspirar e expirar pola boca.
- 1.3. Inspirar polo nariz e expirar pola boca.
- 1.4. Colocar de través, entre os dentes, dous dedos de cada man e levalos lentamente cara ás comisuras dos labios para tensar a boca. Soltalos rápido para obrigar ós labios a tomar forma de funil, propia da articulación **u**.

## 2. EXERCICIOS DE LINGUA

- 2.1. Colocar a lingua en posición normal.
- 2.2. Sacala e metela na boca.
- 2.3. Mordela contra os dentes superiores e inferiores.
- 2.4. Movela de dereita a esquerda.
- 2.5. Movela de esquerda a dereita.
- 2.6. Movela de abaixo arriba.
- 2.7. Xírala fóra da boca.
- 2.8. Colocar o reverso cara a atrás e facer o ruído do gargarexo.
- 2.9. Mordela do lado dereito e do lado esquerdo.
- 2.10. Mordela dobrada cara a arriba.
- 2.11. Mordela dobrada cara a abaixo.
- 2.12. Facela soar contra o padal.
- 2.13. Sacala todo o que sexa posible.
- 2.14. Tentar que toque a mandíbula.
- 2.15. Tocar con ela o labio superior, abrindo a boca todo o posible sen rozar os dentes inferiores.
- 2.16. O mesmo exercicio, pero tocando o labio de abaixo.
- 2.17. Tocar con ela o nariz.
- 2.18. Movela en circunferencia pola parte exterior dos labios, de dereita a esquerda.
- 2.19. Movela do mesmo xeito que no exercicio anterior, pero entre os labios e os dentes.
- 2.20. Tocar con ela o espacio que hai entre o labio superior e os dentes superiores. Facer o mesmo cos dentes inferiores e labio inferior.
- 2.21. Tocar con ela a comisura dos labios, á dereita e á esquerda, en alternancia.
- 2.22. Tocar as meixelas, á dereita e esquerda, en alternancia.
- 2.23. Dobrala entre os dentes, colocando a punta na zona alveolar superior e na inferior.
- 2.24. Tentar tocar coa punta a gorxa.
- 2.25. Adelgazala, obrigándoa a que saia en forma de canle.
- 2.26. Sacala polas comisuras dos labios tentando tocar as meixelas.
- 2.27. Ensanchala e estreitala.
- 2.28. Xogar cunha boliña na boca.

- 2.29. Coa boca en posición **a**, colocamos o predorso da lingua nos incisivos inferiores, mantendo a punta detrás dos mesmos, e nesa posición emitimos **a-e-i**, **i-e-a**. Así, obrigamos á lingua a ir cara fóra no fonema **e**, debuxando este movemento co **i**.

### 3. EXERCICIOS DE LABIOS

- 3.1. Morder o labio inferior.
- 3.2. Dobrar o labio inferior.
- 3.3. Bufar, co labio inferior para fóra e o superior en posición normal, soprando.
- 3.4. Desprazar, con alternancia, a comisura dos labios á dereita e á esquerda.
- 3.5. Morder o labio superior.
- 3.6. Sen son, pronunciar: **o, a, o, u**.
- 3.7. Morder os dous labios a un tempo.
- 3.8. Poñelos moi xuntos cara a fóra e arriba.
- 3.9. Facer o son do motor.
- 3.10. Facer que soen cando os xuntamos.
- 3.11. Inflar todo o posible as meixelas.
- 3.12. Xuntalos e facer un sopro continuo.
- 3.13. Afundir as meixelas, sen separar os labios, pero si os maxilares.
- 3.14. Encher a boca de aire para que faga presión sobre os labios e logo soltado cunha explosión.
- 3.15. Despegalos de súpeto con forza, mentres emitimos o **p**.
- 3.16. Cos dentes apertados, esaxerar os movementos ó pronunciar:  
**ao-ao-ao-ao-ao – au-au-au-au-au – eo-eo-eo-eo – eu-eu-eu-eu**
- 3.17. Coloquemos a boca en posición de **a** (tres dedos) e tentar emitir **o** e **u** sen que a mandíbula se peche. Deste xeito os músculos labiais e as meixelas traballan con elasticidade.

### 4. EXERCICIOS DE MANDÍBULA

- 4.1. Abrir e pechar a boca rápido e con forza.
- 4.2. Abrila a modo e pechala rápido.
- 4.3. Abrila rápido e pechala a modo.
- 4.4. Mostrar os dentes inferiores.
- 4.5. Mostrar os dentes superiores.
- 4.6. Mover a mandíbula de dereita a esquerda e de esquerda a dereita.
- 4.7. Facer o exercicio anterior, pero agora rápido.
- 4.8. Adiantar a mandíbula inferior todo o que se poida.
- 4.9. Falar sen voz, articulando ó máximo.
- 4.10. Falar mastigando.
- 4.11. Comezar pola vocal máis pechada e rematar pola máis aberta; **u, i, e, o, a**. Baixar pouco a pouco a mandíbula durante a emisión. Poñer un dedo na boca para a vocal **e**, dous para o **i**

e tres para o **a**. Notar como coa outra man colocada na articulación da mandíbula, diante do cartilaxe da orella, se abre e se pecha a boca.

- 4.12. Suprimir as consoantes dunha frase. A mandíbula mantén a abertura da vocal emitida e trabállanse os labios ou lingua como corresponda:

*As clases de teatro son moi útiles para os alumnos.*

**A ae e ea o o oi ú-i-e a-a o auo**

## 5. EXERCICIOS DE PADAL BRANDO

- 5.1. Imitar o son dunha campaiña: *ding-dong, ding-dong...*
- 5.2. Pronunciar de xeito sucesivo e rápido *ta/ka, ta/ka, ta/ka...*
- 5.3. Colocar o dorso da lingua para atrás e facer o ruído de gargarexar.
- 5.4. Tusir.
- 5.5. Bocexar.
- 5.6. Falar cos dentes pechados.
- 5.7. Bocexar coa boca pechada.

## 6. EXERCICIO DO LAPIS

Trátase dun dos exercicios máis eficaces para obter unha articulación clara, pois proporciona unha grande flexibilidade á mandíbula, ós labios, e moi especialmente á lingua, dándolle a mobilidade e a axilidade precisas.

Colócase un lapis na boca mordéndoo cos molares o máis atrás que se poida. Colocamos a lingua sobre o lapis. Nesta posición lemos un texto durante varios minutos.

Para proxectar a voz precisamos dunha correcta articulación, é dicir, dunha boa mobilidade de mandíbula, labios e lingua.

A mobilidade da lingua provoca unha grande actividade articulatória, que a converte no órgano máis importante da linguaxe.

Se tentamos inmovilizala durante a fonación, comprobaremos o difícil que nos resulta falar.





**ALTERAÇÃO**  
**DO TIMBRE**  
**DA VOZ**

1. VOZ GRAVE  
Carece de harmónicos agudos e posúe un timbre moi grave. Este trastorno pode levar á afonía.
2. ROUQUÉN VOCAL  
É unha voz substitutiva, grave e sen timbre e cunha extensión diminuída polo maltrato vocal. Pode producir nódulos e cordite trófica.
3. AFONÍA  
Pódese dar con ou sen inflamación. A voz detense na hipofarinxe. Os fragmentos vocais están vermellos e carentes de tensión.
4. VOZ BITONAL  
É inestable, con rouquén e caracterizada polo paso dun timbre agudo a un grave ou ó revés.
5. NASALIDADE  
Ten un timbre xordo e sen alcance. É propia de enfermos neurolóxicos e de xordos.
6. VOZ FUNGONA  
Trátase dun hipertimbre provocado pola contracción esaxerada dos resoadores orofarínxeos e por un estreitamento das cavidades nasais.
7. VOZ DE MADEIRA  
É rouca, grave. Prodúcese cando os pregamentos vocais non poden vibrar con normalidade.
8. VOZ PASTOSA  
Prodúcese cando hai unha articulación branda, inadaptación ós resoadores ou amigdalite. A voz carece de alcance e proxección.
9. VOZ DE BANDAS VENTRICULARES  
É unha voz xorda, grave, pouco intensa e sen alcance.
10. VOZ VELADA  
A voz está apagada e carece de harmónicos agudos. É síntoma de nódulo, pólipo ou cordite trófica.
11. VOZ DE FALSETE  
Dase cando existe un hiper-relaxamento da musculatura; carece de timbre e proxección (non confundila coa *voz de cabeza*).

## 12. VOZ GUTURAL

Emítese e retense na hipofarinxe esaxerando as resonancias farínxeas. Produce unha voz moi grave e dura.

## 13. VOZ CUBERTA

Carece de harmónicos agudos pola diminución da altura tonal e da intensidade e por un incorrecto rendemento da capacidade vibratoria dos pregamentos vocais.

## 14. VOZ ESCURA

É de alcance limitado e falta de timbre por insuficiencia de tonicidade da musculatura. A larinxe está nunha posición baixa e as cavidades de resonancia están relaxadas e a voz queda moi atrás. A articulación, moi laxa, faina incomprendible.

## 15. VOZ BRANCA

Carece de timbre e pode chegar á afonía; soa como se o son quedase dentro da boca.



# PATOLOGÍAS

As patoloxías máis frecuentes derivadas na maioría dos casos do mal uso ou abuso vocal son as seguintes:

1. AFONÍA FUNCIONAL (en estado inicial)

É de orixe psicóxena e vai, acompañada de situacións de grande estres e tensión. Maniféstase subitamente coa aparición de situacións temporais de afonía ás que sucede unha voz normal. O problema deriva da mesma situación de bloqueo. As cordas vocais non presentan ningunha situación de anomalía.

2. DISFONÍA PSICÓXENA FUNCIONAL

Os especialistas argumentan que é debida ó feito de falar en público, que provoca no actor unha confrontación entre o medo, o desexo e a necesidade, xerando unha neurose de angustia que despois dunha aguda segura da boca fai desaparecer a voz momentaneamente, mentres non remata a crise.

3. DISFONÍA INFLAMATORIA-LARINXITE CRÓNICA

É resultado dunha hiperfunción larínxea; maniféstase con rouquén, fatiga, dor e ton vocal grave. Entre as causas desencadeantes, ademais do tabaco, o alcohol, etc., encóntranse o abuso e mal uso da voz.

4. DISFONÍAS FUNCIONAIS

A alteración da voz está orixinada pola mala utilización dos mecanismos que interveñen na súa produción. E así encontramos:

4.1. *Fonopose hipercinética*

É característica das persoas nerviosas que utilizan o órgano fonador con moita tensión nas cordas. Tamén podemos conservar esa tensión na musculatura facial e no pescozo (xugulares). O patrón respiratorio é incorrecto e moitas veces os ombros érguense seguindo o ritmo respiratorio.

4.2. *Fonopose hipocinética*

É consecuencia da hipercinética, que produce unha diminución da capacidade de falar, acompañada de proído, tose, gargarexo e sensación de cansazo doloroso. O patrón respiratorio tamén é incorrecto e a intensidade da voz, frouxa.

4.3. *Nódulo vocal*

É un engrosamento de carácter benigno do epitelio, localizado no tercio anterior da corda vocal, o punto de maior vibración no acto de fonación. Preséntase simétrico e bilateral; a voz aparece con sopro, áspera, tendente a un ton grave. As persoas que o padecen adoitan

teren limitada a posibilidade de agudos (normalmente, as mulleres). Crese que a súa aparición se debe a factores normais, xa que en homes case non aparece e nas mulleres prodúcese na menopausa.

#### 4.4. *Pólipo vocal*

É un tumor benigno que aparece no bordo libre da corda vocal. Adoita presentarse unilateralmente. A maioría das veces dáse en homes, e moito menos en mulleres, que acusan unha fonación forzada na que se poden apreciar dous tons (diplofonía).

#### 4.5. *Úlcera de contacto*

Aparece no bordo dunha corda, xusto na zona en que entra en contacto con outra no momento de fonar. A sintomatoloxía é: fatiga vocal, ton de voz moi baixo, ataque glótico con gargarexos.

#### 4.6. *Monocordite vasomotor*

Neste caso, ademais de por algún exceso fonatorio, a causa pode ser orgánica; por exemplo, un catarro.

#### 4.7. *Hemorraxia submucosa de reprego vocal*

Hematoma que se produce no reprego vocal, debido a un exceso fonador ou a un esforzo. Non é moi frecuente; a súa aparición dáse en persoas que sufriron unha fraxilidade anterior, en situacións de fatiga, etc.



# **USOS AGRESIVOS**

1. Falar con aire residual ou case sen aire.
2. Provocar unha sobreactuación respiratoria forzando o proceso, tanto da inspiración como da expiración.
3. Utilizar un padrón respiratorio incorrecto.
4. Utilizar a voz cun nivel de intensidade elevado.
5. Debuxar posicións defectuosas coa lingua cando articulamos.
6. Colocar unha excesiva atención na respiración ó falar.
7. Utilizar defectuosamente e con frecuencia os falsos tons, agudos ou graves.
8. Abusar dos gargarexos, aclarar a voz ou tusir forzadamente.
9. Falar cunha voz moi monótona, pois a falta de variacións provoca tensións nas cordas.
10. Abrir pouco a boca ó falar, pois o peso da articulación recae nos labios e na lingua e o movemento da mandíbula é inexistente.
11. Expirar con brusquidade, expulsando case todo o aire ó iniciar un parágrafo.
12. Producir unha fonación tensa por sobreducción das cordas.
13. Traballar en situacións de grande tensión: rixidez, estres, bloqueo.
14. Enfrontarse a traballos vocais que entrañen fatiga, esforzo ou dificultade, sen preparación previa.





**TRES LECCIONES  
DE FONÉTICA NA  
LITERATURA  
DRAMÁTICA**

**O BURGUESES XENTILHOMME, de Molière. Acto I, escena IV***(Traducción do autor)***MESTRE**

¿Que queredes, pois, que vos aprenda?

**SEÑOR JOURDAIN**

Aprendédeme a ortografía.

**MESTRE**

Fareino encantado.

**SEÑOR JOURDAIN**

E despois aprenderédesme o almanaque para saber cando hai lúa e cando non a hai.

**MESTRE**

Moi ben. Para seguir o voso pensamento e tratar esta materia como filósofo hai que comezar, segundo a orde das cousas, por un coñecemento exacto da natureza das letras. Sobre iso teño que dicirvos que as letras se dividen en vocais, chamadas así, vocais, porque expresan as voces, e en consoantes, chamadas así porque soan como as vocais e marcan as diversas articulacións das voces: A, E, I, O, U.

**MESTRE**

A voz A fórmase abrindo moito a boca: A.

**SEÑOR JOURDAIN**

A, A, si.

**MESTRE**

A voz E fórmase aproximando a mandíbula inferior á superior: A, E.

**SEÑOR JOURDAIN**

A, E, A, E. Si, si, ¡que marabilla! ¡Ah, que fermoso é todo isto!

**MESTRE**

E a voz I, aproximando máis aínda ambas mandíbulas e separando os ángulos da boca cara ás orellas: A, E, I.

**SEÑOR JOURDAIN**

A, E, I, I, I, I. É certo ¡viva a ciencia!

**MESTRE**

A voz O fórmase abrindo de novo as mandíbulas e aproximando os labios polos ángulos, abaixo e arriba: O.

**SEÑOR JOURDAIN**

O, O, O. Tendes razón. ¡Que fermoso é saber cousas.

**MESTRE**

A voz U fórmase achegando os dentes sen xuntalos de todo e botando os labios para fóra, aproximándoos sen chegar a xuntalos de todo: U.

**SEÑOR JOURDAIN**

U, U. Non hai nada máis certo: U.

**MESTRE**

Os vosos labios sobresaen como se tivesedes fociño, e chegamos á conclusión de que se queredes facer burla de alguén xa sabedes como tendes que poñer os labios: U.

**SEÑOR JOURDAIN**

U, U, U. ¡É certo, que marabilla! ¿Por que non estudiaría eu antes todo isto?

**MESTRE**

Mañá veremos as outras letras, que son as consoantes.

**CYRANO DE BERGERAC, de Edmond Rostand. Acto I, escena III***(Traducción do autor)***CYRANO**

Seguide. Escóitovos.

**MESTRE**

Aconséllovos que alteredes un pouco a entoación. Por exemplo:

*Agresivo:*

Se tivese un tal nariz cortaríao de raíz.

*Amigable:*

Ó beberes, ¿bañades o nariz no vaso ou usades embude para o caso?

*Descritivo:*

¿É un cabo? ¿Un farallón? ¡Pero que estou dicindo, se é un petón!

*Curioso:*

¿De que vos serve ese accesorio? ¿De despensa? ¿De mesa de escritorio?

*Burlón:*

¿Tanto os paxaros queredes, que no rostro un poleiro lles poñedes?

*Brutal:*

¿Podedes fumar sen que o veciño ¡fogo! coma un tolo brade?

*Fino:*

Para pendurar as capas e os chapeos esa percha moi útil vos ha de ser.

*Atento:*

Mercádelle un quitasol ou trocarao en carbón o sol.

*Previsor:*

Ese nariz é un exceso; buscade na cabeza un contrapeso.

*Dramático:*

Procurade non serdes fedello. Se vos sangra, parecerá o Mar Vermello.

*Enfático:*

¡Oh nariz! ¿que vendaval te podería arrefriar? Só o Mistral.

*Respectuoso:*

Señor, a vosa man bico. O voso nariz dun soberano é digno.

*Inxenuo:*

¿En lembranza de quen alzou a natureza este cotarelo?

*Agasallador:*

Nariz coma o voso é para o perfume un grande gozo.

*Lírico:*

¿É unha concha? ¿Sodes Tritón?

*Rural:*

¿É un nariz ou é un melón?

*Militar:*

Se asexades un castelo, preparade o voso nariz. É algo serio.

*Practico:*

De xogalo á lotería, o premio gordo ese nariz sería.

## A LECCIÓN, de Eugène Ionesco.

(Traducción: Francisco Pillado)

### O PROFESOR

¡Silencio! (*Érguese, pasea polo cuarto coas mans nas costas; ás veces, detense no medio da sala ou perto da Alumna; acena ao falar; discursea sen esaxerar; a Alumna séguese coa ollada e, ás veces, encontra unha certa dificultade para facelo, pois debe virar a cabeza a cotío; unha ou dúas veces, non máis, vira por completo*). Polo tanto, señorita, o español é a lingua nai de quen naceron todas as linguas neoespañolas: o español, o latín, o italiano, o noso francés, o portugués, o romanés, o sardo ou sardanápoli, o español e o neoespañol, e tamén, en certos aspectos, o mesmo turco que, non obstante, ten máis semellanza co grego, o que resulta lóxico, pois a Turquía é veciña da Grecia e a Grecia está máis perto da Turquía do que estamos vostede e eu. Isto é simplemente a ilustración dunha lei lingüística moi importante, segundo a cal a xeografía e a filoloxía son irmás xemelgas... Pode tomar nota, señorita.

### A ALUMNA

(*Con voz apagada*). Si, señor.

### O PROFESOR

O que distingue as linguas neoespañolas entre elas e os seus idiomas dos outros grupos lingüísticos, tales como o grupo das linguas austríacas e neoastríacas ou habsbúrxicas, o mesmo que os grupos esperantista, helvético, monegasco, suízo, andorrano, vasco e pelota, así como os grupos das linguas diplomática e técnica, o que as distingue, digo, é a súa chamativa semellanza que fai máis difícil distinguilas entre si –falo das linguas neoespañolas entre elas, que se chegan a distinguir, non obstante, gracias aos seus caracteres distintivos, probas absolutamente irrefutábeis de extraordinaria semellanza, que fai indiscutíbel a súa comunidade de orixe e que, ao mesmo tempo, as diferencia fundamente– por

teren conservado os trazos distintivos de que veño de falar.

### A ALUMNA

¡Ooooh! ¡Siii, señor!

### O PROFESOR

Mais non nos deteñamos nas xeneralidades...

### A ALUMNA

(*Laiándose, seducida*). ¡Oh, señor...!

### O PROFESOR

Parece que isto lle interesa. Mellor, moito mellor.

### A ALUMNA

¡Oh, si, señor!

### O PROFESOR

Non se preocupe, señorita. Falaremos diso máis tarde... agás que non o fagamos. ¿Quen pode afirmalo?

### A ALUMNA

(*Encantada, a pesar de todo*). ¡Oh, si, señor!

### O PROFESOR

Todo idioma, señorita, saíbaos e recordeo *ata a hora da súa morte...*

### A ALUMNA

¡Oh! ¡Si, señor, ata a hora da miña morte... si, señor...!

### O PROFESOR

... e este é tamén un principio fundamental, toda lingua non é, en definitiva, máis que unha linguaxe, o que implica necesariamente que se compón de sons ou...

### A ALUMNA

Fonemas...

### O PROFESOR

¡Allo dicir eu, polo tanto non se gabe dos seus coñecementos. Élle mellor escoitar.

### A ALUMNA

Ben, señor. Si, señor.

### O PROFESOR

Os sons, señorita, deben ser collidos ao voo polas ás para non caeren en oídos xordos. Polo tanto, cando vostede se decidir a articular, élle recomendábel, na medida do posíbel, levantar

moi alto o pescozo e a mandíbula e pórse na punta dos pés. Así, observe.

**A ALUMNA**

Observo, señor.

**O PROFESOR**

Cale. Fique sentada e non interrompa... Cómpre que emita os sons moi altos e con toda a forza dos seus pulmóns, coa axuda das cordas vocais. Así. Atenda: “bolboreta”, “eureka”, “Trafalgar”, “papaiño”, “papá”. Deste xeito, os sons cheos cun ar quente, máis lixeiro que o ar que nos rodea, revoarán, revoarán sen correr xa o risco de caeren en oídos xordos, que son os verdadeiros abismos, as tumbas das sonoridades. Se vostede emitir varios sons a unha velocidade acelerada, estes sons agárranse uns aos outros automaticamente, formando así as sílabas, as palabras, en rigor frases, é dicir, agrupamentos máis ou menos importantes, reunións puramente irracionais de sons, baleiros de calquera sentido, mais irracionais de sons, baleiros de calquera sentido, mais xustamente por iso son quen de se manter, sen risco, nunha altura elevada nos ares. Soas, caen as palabras cargadas de significado, pesadas por mor do seu sentido, e terminan sempre esmorecendo, desmoronándose...

**A ALUMNA**

Nos oídos xordos...

**O PROFESOR**

Xustamente, mais non interrompa... e na peor confusión... ou estoupando como globos. Así, pois, señorita... (*A Alumna ten aspecto de sufrir*) ¿Que lle pasa?

**A ALUMNA**

Dóenme as moas, señor.

**O PROFESOR**

Iso non ten importancia. Non nos imos deter por tan pouca cousa. Continuemos...

**A ALUMNA**

(*Con aspecto de sufrir cada vez máis*). Si, señor.

**O PROFESOR**

Chamo de paso a súa atención sobre as consoantes que mudan de natureza nas unións. Os “f” convértense neste caso en “v”, os “d” en “t”, os “g” en “k”, e viceversa, como nos exemplos que lle sinalo: “tres horas, os nenos, o galo ao viño, a idade nova, velaí a noite”.

**A ALUMNA**

Dóenme as moas.

**O PROFESOR**

Continuemos.

**A ALUMNA**

Si.

**O PROFESOR**

Resumamos: para aprender a pronunciar precísanse anos e anos. Gracias á ciencia, podémolo conseguir en poucos minutos. Para facer saír as palabras, os sons e todo o que vostede gustar, saiba que cómpre expulsar implacablemente o ar dos pulmóns, e facelo pasar logo delicadamente, rozándoas, polas cordas vocais que, de súpeto, como arpas ou follas baixo o efecto do vento, tremen, axítanse, vibran, vibran, vibran, guturalizan ou asubían ou se esmagan ou asubían, asubían, pondo todo en movemento: a campaiña, a lingua, o padal, os dentes...

**A ALUMNA**

Dóenme as moas.

**O PROFESOR**

... os labios. Finalmente, as palabras saen polo nariz, a boca, as orellas, os poros, levando consigo todos os órganos que nomeamos, desraizados, nun voo poderoso, maxestoso, que non é máis que a chamada, impropriamente, voz, modulándose en cantiga ou transformándose nunha terríbel tempestade sinfónica con todo un cortexo... de ramos de variadas flores, de artificios sonoros: labiais, dentais, oclusivos, palatais e outros, ás veces cariñosos, ás veces amargados e violentos.

**Santiago Fernández**

# **A VOZ DO ACTOR**

**Manuais Casahamlet**  
**Teatro • 2**