

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DEL PERÚ**

FACULTAD DE ARTES ESCÉNICAS



Influencia del *Vocal Cross-training* en tres cantantes populares en
etapa de formación: Experiencia de laboratorio

Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Música que
presenta:

Laura Isabel Arriola Cuadra

Asesora:

Monica Maria Gastelumendi Fernandez Concha

Lima, 2022

RESUMEN

El canto lírico y el canto popular son estilos que por mucho tiempo se han considerado divergentes. Sin embargo, hace menos de 5 años surgió en la pedagogía vocal el término *Vocal Cross-training*, un tipo de entrenamiento que propone interrelacionar las herramientas de ambos estilos de canto con el fin de conseguir una retroalimentación entre ellos y una mejor ejecución vocal en general. Por ello, la presente investigación tiene como objetivo analizar cómo podría influenciar el *Vocal Cross-training* en la ejecución de cantantes populares en etapa de formación; para así brindar información podría resultar valiosa para las(os) estudiantes de la comunidad artística que desean optimizar su entrenamiento vocal, pedagogos vocales y profesionales de la voz en general. De esta forma la investigación, como herramienta metodológica, diseña un laboratorio en el que tres participantes se disponen a realizar el entrenamiento señalado, guiadas por dos maestras especialistas en canto lírico y canto popular. Finalmente, el análisis y discusión de resultados nos ha permitido concluir que el *Vocal Cross-training* influye favorablemente en la ejecución artística de las 3 cantantes populares del laboratorio. Los diversos ejercicios que propone el entrenamiento enriquecen considerablemente el manejo de aspectos de su técnica vocal como lo son: la coordinación fono respiratoria, los registros fonatorios, la resonancia, el rango vocal, flexibilidad y la producción vocal en general, logrando también la aplicación efectiva de estos al repertorio. Además, este permite desarrollar la propiocepción en las participantes, concediéndoles seguridad en ellas mismas respecto a sus voces y su capacidad para la interpretación en la performance.

Palabras clave: *Vocal Cross-training*, canto popular, canto lírico, cantante popular, registros fonatorios, voz resonante, coordinación fono respiratoria, entrenamiento vocal, propiocepción.

AGRADECIMIENTOS

Quisiera dedicar un espacio para reconocer el apoyo de las personas que me acompañaron a lo largo de mi carrera universitaria y de este proceso de investigación. Agradezco en primer lugar a mis padres por regalarme el don de la música, por su esfuerzo, constante apoyo y cuidados a largo de mi carrera; este logro sin duda es también de ellos.

Agradezco infinitamente a Mónica Gastelumendi, a la asesora de esta tesis, en primer lugar, por su calidad humana y profesional, por su paciencia y completa dedicación para con esta investigación. También quisiera expresar un profundo agradecimiento y admiración a mi maestra de canto, Cleia Luna quién además fue parte de este proceso de investigación. Gracias por tu calidad humana y profesional, por sembrar en mí el amor por la pedagogía vocal y la curiosidad constante por aprender. Agradezco también a Jacqueline Terry, quien fue parte fundamental del proceso del laboratorio, y creyó en el proyecto desde el primer momento.

Quiero agradecer además a las 3 talentosas participantes del laboratorio: Aixa, Layla y Melisa, por su entusiasmo y entrega durante las sesiones. También quisiera expresar mi agradecimiento a Lisette, quien con su ejemplo me motivo a dar lo mejor de mí para lograr una buena investigación y estuvo para mí cada vez que necesite de sus conocimientos. Y también a mis alumnas y alumnos, que me enseñan diariamente. Y quisiera agradecer profunda y especialmente a Bruno, por su compañía, por su incondicional apoyo, honesta escucha y amor. Finalmente, a Benito y a Lindo por su amor y compañía en mis largas jornadas de redacción.

ÍNDICE

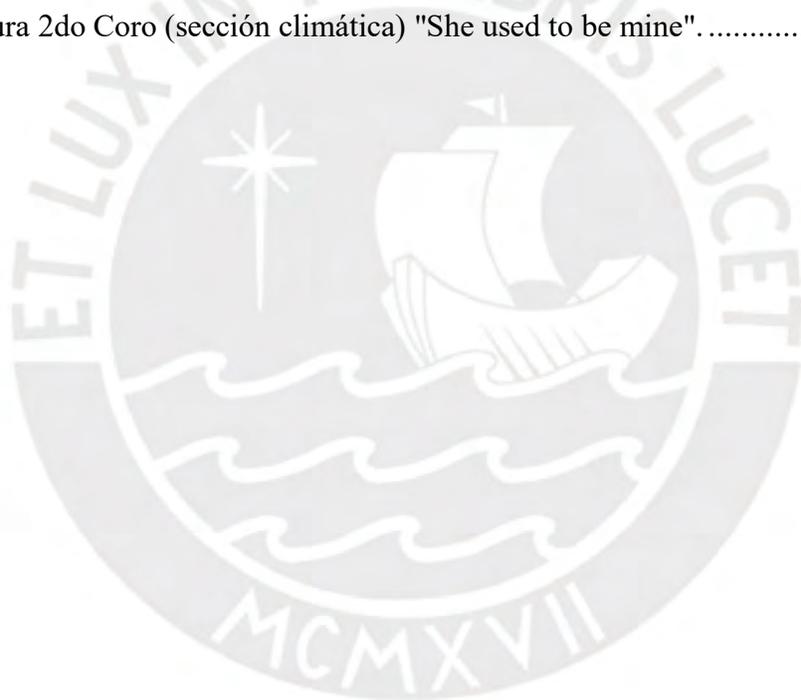
RESUMEN	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
ÍNDICE	iv
ÍNDICE DE FIGURAS	vi
ÍNDICE DE ANEXOS.....	vii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN.....	3
1.1. Justificación y motivación del tema:	3
1.2. Preguntas y Objetivos de investigación:.....	5
1.2.1. Preguntas	5
1.2.2. Objetivos	6
1.3. Hipótesis	6
1.4. Metodología	9
1.5. Marco Conceptual	11
1.5.1. Mecanismos fonatorios o registros vocales.....	12
1.5.2. Coordinación fono-respiratoria	13
1.5.3. Resonancia	14
1.5.4. Flexibilidad:.....	16
1.5.5. Vocal Cross-training	17
1.5.6. Propiocepción	19
1.6. Estado del arte	21
CAPÍTULO II: EL LABORATORIO.....	28
2.1. Presentación de los casos.....	29
2.1.1 Melisa.....	29

2.1.2. Layla	30
2.1.3. Aixa.....	30
2.2. Programación pedagógica para sesiones de laboratorio	31
2.2.1. Programación pedagógica para sesiones de entrenamiento en canto lírico	32
2.2.2. Programación pedagógica para sesiones de entrenamiento en canto popular.....	33
2.3. Registro del laboratorio	33
2.3.1. Entrenamiento de Canto lírico - Sesiones 1-7:.....	34
2.3.2. Entrenamiento de Canto Popular - Sesiones 8-12:	41
CAPÍTULO III: ANÁLISIS	57
3.1. Coordinación Fono respiratoria:.....	58
3.2 Mecanismos laríngeos o registros fonatorios:.....	61
3.2.1. Registro de cabeza o M2.....	62
3.2.2. Registro fonatorio de pecho o M1	66
3.2.3. Registro mixto	67
3.2.4. Unificación y transición entre los registros fonatorios.	71
3.2.5. Comparación de Variables Pre y Post “She Used to be Mine”: manejo de registros fonatorios:	73
3.3. Cambios en el rango vocal:.....	75
3.4. Resonancia, acústica del tracto vocal y estrategias resonanciales:	76
3.5. Flexibilidad	81
3.6. Propiocepción.....	82
CONCLUSIONES	87
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	90
ANEXOS.....	93

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ejercicio de Arpegio de 5tas - Primera etapa del laboratorio: Sección de calentamiento	36
Figura 2. Ejercicio Escala de 9na - Primera etapa del laboratorio: Sección de calentamiento.	37
Figura 3. Ejercicio Arpegio de 8va - Primera etapa del laboratorio: Sección de calentamiento. ...	37
Figura 4. Ejercicio Arpegio de 12va - Primera etapa del laboratorio: Sección de calentamiento.	37
Figura 5. Ejercicio Escala de 5ta - Primera etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.....	40
Figura 6. Ejercicio de Escala de 9na - Primera etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	40
Figura 7. Ejercicio de Arpegio de 8va - Primera etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	40
Figura 8. Ejercicio Arpegio de 12va - Primera etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento	40
Figura 9. Ejercicio Salto de 8va - Primera etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	41
Figura 10. Ejercicio Lip trill 1 - Segunda etapa del laboratorio: Sección de calentamiento.....	44
Figura 11. Ejercicio Lip Trill 2 - Segunda etapa del laboratorio: Sección de calentamiento.....	45
Figura 12. Ejercicio 1 Voz de cabeza - Segunda etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	46
Figura 13. Ejercicio 2 Voz de cabeza - Segunda etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	46
Figura 14. Ejercicio 1 Voz de pecho - Segunda etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento	47
Figura 15. Ejercicio 2 Voz de Pecho – Segunda etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento	47
Figura 16. Imagen explicación Registro Fonatorio Mixto	48

Figura 17. Ejercicio 1 Voz Mixta - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	49
Figura 18. Ejercicio 2 Voz Mixta - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	49
Figura 19. Ejercicio 3 Voz Mixta - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	49
Figura 20. Ejercicio 4 Voz Mixta - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	50
Figura 21. Ejercicio Head Mix - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	50
Figura 22. Ejercicio Chest Mix - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.....	51
Figura 23. Partitura inicio de la sección climática de "She used to me mine".	52
Figura 24. Ejercicio 2 Head Mix - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.	53
Figura 25. Partitura 2do Coro (sección climática) "She used to be mine".	55



ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Material Audiovisual.....	93
Anexo 2. Cuaderno de Campo Transcripción de las sesiones de laboratorio de VCT	94
Anexo 3. Entrevistas	95
Anexo 4. Bitácoras personales de las participantes del laboratorio.....	102
Anexo 5. Bitácoras de las participantes:	103
Anexo 6. Otros.....	103



INTRODUCCIÓN

Durante mucho tiempo se consideró que el canto lírico y el canto popular pertenecían a universos diferentes, y que un estudiante debía elegir irremediabilmente ser cantante lírico o popular. Inclusive se había inferido que, si un cantante lírico pretendía cantar repertorio de música popular imitando el sonido de un cantante popular, esta práctica podría interferir negativamente en el desarrollo de su técnica como cantante lírico, y viceversa. Sin embargo, hace menos de 5 años se empezó a incorporar un término en la vanguardia de la pedagogía vocal: el *Cross-training* en la voz cantada. El término, que proviene del ámbito deportivo, se refiere a “ejercitar músculos de maneras diferentes a como son usados normalmente con el fin de promover niveles de performance óptimos y disminuir el riesgo de lesiones”. Este tipo de entrenamiento ya avalado por la *NATS (National Association of Teachers of Singing)* consiste en interrelacionar las herramientas que ofrece el entrenamiento de canto lírico y el canto popular con el fin de genera un enriquecimiento en la producción vocal del cantante. La presente investigación estudia la influencia que puede tener el *Vocal Cross training* en la técnica vocal y ejecución de repertorio de cantantes populares en etapa de formación. En ese sentido la investigación tuvo como objetivo general, analizar la influencia del *Vocal Cross-training (VCT)* en la ejecución de cantantes populares en etapa de formación.

Para lograr dicho objetivo, la investigación decide como herramienta metodológica, realizar un laboratorio artístico con una duración de 12 semanas. Dicho laboratorio comprende dos etapas, en las que 3 cantantes populares realizaran este tipo de entrenamiento guiado por dos profesoras de canto especializadas en canto lírico para la primera etapa y canto popular para la segunda.

La investigación está dividida en tres capítulos, en el primero se desarrolla el planteamiento de la investigación y se abordan los conceptos que serán de utilidad para la comprensión de laboratorio y posterior análisis en cuestión. El segundo capítulo aborda el laboratorio en sí: se presenta el caso de cada participante, se comparte el proceso de programación pedagógica para las sesiones y se brinda el registro de las sesiones correspondientes a cada etapa del laboratorio, incluyendo la estructura, los ejercicios realizados y las indicaciones de las maestras especialistas.

El tercer capítulo se centra en analizar el proceso de las participantes durante el laboratorio de *VCT*, en base a los aspectos de la ejecución vocal que este haya abordado directa e indirectamente. Teniendo en cuenta que dicho análisis utiliza como herramienta principal el recojo de informaciones obtenidas de métodos cualitativos y cuantitativos.

Finalmente, se presentan las conclusiones y reflexiones obtenidas a lo largo de la investigación, seguidas de anexos que contiene el material audiovisual de las sesiones de laboratorio, información detallada de las entrevistas, cuaderno de campo y bitácoras personales. Todo ello con la finalidad de acercar la experiencia de laboratorio a los lectores interesados e inspirar a aquellos cantantes que con entusiasmo deciden ser estudiantes eternos.

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. Justificación y motivación del tema

Tuve el privilegio de nacer en una familia de artistas, particularmente de músicos, esto hizo que desde muy niña escuchara y admirara a diferentes cantantes. Junto a mi familia analizábamos a diversos cantantes y sus herramientas técnico-vocales e interpretativas. Hoy que estudio y me dedico profesionalmente al canto, considero que es posible admirar y deslumbrarse con la voz de un artista por diversos motivos y uno de ellos es la versatilidad. Esta característica además de ser muy apreciada por la audiencia es solicitada en cantantes profesionales pues les abre muchas oportunidades laborales principalmente a cantantes de sesión. Siguiendo la carrera de algunos cantantes que eran referentes para mi carrera artística pude observar que habían sido instruidos en canto lírico en determinada etapa de su formación. Esta variable constante en algunos de estos destacados cantantes es la que llamó mi curiosidad. Empecé a cuestionarme y plantear algunas interrogantes. ¿Quizá la formación que ellas y ellos llevaron en canto lírico influyó su ejecución como cantantes populares?, ¿Qué aspectos de la técnica vocal de un cantante popular se podrían ver influenciados por la técnica del canto lírico? ¿Es posible entrenar ambos tipos de canto al mismo tiempo? Sobre todo, ¿Cómo podría aplicar esto a favor de mi técnica vocal como cantante popular?

Empecé a investigar consultando con diversas fuentes y maestros de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Es así como aprendí que existe un tipo de entrenamiento vocal que entrelaza el canto lírico y el canto popular. Este entrenamiento propone que cada tipo de canto adopte las herramientas técnicas del otro para el aporte de su desarrollo técnico, generando así una retroalimentación. El objetivo de este entrenamiento es lograr voces versátiles, flexibles y

saludables a lo largo del tiempo. Este tipo de entrenamiento vocal tiene por nombre *Vocal Cross-Training*.

A modo de exploración decidí ejecutar algunos ejercicios y sobre todo repertorio del canto lírico bajo la supervisión de mi maestra de técnica vocal. Los resultados de esta exploración me resultaron muy valiosos, pues a mi parecer esta práctica enriqueció mi carrera como cantante popular.

Es así como decido emprender esta investigación de manera formal, pues considero que la información que brindará podría ser valiosa para la formación en técnica vocal de nuestra comunidad artística. Por ejemplo, la mayoría de intérpretes de las artes escénicas eligen estudiar la técnica del canto lírico o el canto popular para construir así los cimientos de su técnica vocal. Pero ¿Es siempre la mejor opción elegir solo uno de estos caminos? Considero que esta investigación puede ayudar a que la visión de los y las cantantes, sobre la técnica vocal, se amplíe y aprendan que un entrenamiento en ambos estilos de canto podría brindarles valiosas herramientas. A pesar de que uno decida dedicarse exclusivamente al canto lírico o al canto popular, estudiar ambas técnicas puede enriquecernos cual sea el camino que se decida tomar. “Siempre será mejor tener la mayor cantidad de colores en nuestra paleta” (Benson, 2018, p.12). Además de ser esta una investigación abundante en términos técnicos y que interactúa constantemente con la fisiología del aparato fonador, esta podría invitar a los y las cantantes a estudiar la fisiología de su aparato fonador. Comprender cómo funciona el aparato fonador resulta muy beneficioso para la práctica artística y en caso de querer dedicarse a la docencia, conocer esta información es indispensable.

Finalmente, esta investigación se considera relevante para el universo académico de nuestro país, especialmente para las artes escénicas. *El Vocal Cross-training* es un tema

perteneciente a la vanguardia de la pedagogía vocal y existe aún muy poca bibliografía al respecto, esto refuerza la relevancia de la presente investigación.

En las artes escénicas y en general en toda carrera profesional, el desarrollo de nuestras habilidades no tiene fecha de caducidad, estar en constante aprendizaje es un deber para con nuestra vocación, entorno artístico y sociedad. En particular los estudios profesionales en voz cantada y pedagogía vocal vienen desarrollándose con mayor frecuencia y volumen en la última década. Constantemente se descubren nuevas teorías o se desmienten creencias instaladas en la pedagogía vocal por muchos años. Es por esto que es de gran interés para los profesionales de la voz cantada estar al tanto de los artículos académicos, libros o investigaciones que tratan sobre nuevos enfoques de entrenamiento como el *Vocal Cross-training*.

1.2. Preguntas y objetivos de investigación

A continuación, se expondrán las preguntas y objetivos que guiarán el desarrollo de la presente investigación.

1.2.1. Preguntas

Pregunta General

¿De qué manera puede influenciar el *Vocal Cross-training* en la ejecución de 3 cantantes de populares en etapa de formación?

Preguntas específicas

- ¿Qué aspectos de la técnica vocal se ven involucrados en este tipo de entrenamiento vocal?
- ¿Qué ejercicios propone realizar el *Vocal Cross-training* para el desarrollo técnico de las participantes?

- ¿Cómo medir el impacto del *Vocal Cross-training* en la ejecución vocal de 3 cantantes populares en etapa de formación?

1.2.2. Objetivos

Objetivo General

- Analizar la influencia que puede tener el *Vocal Cross-training* en la ejecución de 3 cantantes de populares en etapa de formación.

Objetivos Específicos

- Señalar y conceptualizar qué aspectos de la técnica vocal se ven involucrados en este tipo de entrenamiento vocal.
- Indagar a cerca de los ejercicios que propone realizar el *Vocal Cross-training* para el desarrollo técnico de las participantes.
- Determinar las herramientas metodológicas para medir el impacto del *Vocal Cross-training* en la ejecución vocal de 3 cantantes populares en etapa de formación.

1.3. Hipótesis

La técnica vocal en general está conformada por diversos factores o aspectos, y dichos factores se ejecutan de manera distinta en el canto popular y en el canto lírico. Sin embargo, es posible que, al entrenar un aspecto, por ejemplo, el manejo de los registros fonatorios en un estilo de canto, como podría ser el lírico o académico, este entrenamiento podría influenciar la ejecución de este mismo aspecto en otro tipo de técnica como la popular. Este es justo el principio del *Vocal Cross-training*, y por lo tanto sus objetivos pueden ser muy variados. En la presente investigación nos centraremos en analizar su impacto en cantantes populares, a las que se les enseñará los principios del canto lírico y se cree que este entrenamiento hará más eficaz y versátil, su ejecución popular. A continuación, pasaremos a exponer cómo se podrían ver

influenciados los factores de la técnica vocal que serán atendidos en el transcurso del laboratorio que gesta esta investigación.

La coordinación fono-respiratoria es sin duda un gran factor a considerar, pues el repertorio que suele utilizar el canto lírico posee frases más largas y sostenidas. Además, las notas en diferentes alturas suelen ser más prolongadas; y, por lo tanto, se requiere un mayor flujo de aire en comparación al canto popular, pues el repertorio que esta técnica maneja suele tener frases más cortas y que no requieren necesariamente un flujo de aire muy demandante. Por lo tanto, el entrenamiento en canto lírico nos exige que se aprenda a dosificar el aire de manera muy eficaz y a controlar el flujo de este, lo cual podría beneficiar al manejo y control del flujo de aire que se necesita en el canto popular.

Otro factor relevante es la resonancia. A pesar de que no se estén utilizando las mismas estrategias para trabajar la resonancia en los dos tipos de técnica, el entrenar este factor en el canto lírico, nos familiariza con la sensación de cantar de manera resonante, sin esfuerzo, amplificando el propio sonido; lo cual es difícil de lograr en primera instancia en el canto popular, sobre todo porque esta suele presentar tensión en sus ejecutantes principiantes.

Otro factor importante es la flexibilidad cordal/muscular. En canto lírico se utiliza mayoritariamente el registro cordal M2, esto hace que las cuerdas vocales estén en constante estiramiento. Esto favorece mucho la flexibilidad al pasar al canto popular (adaptando estrategias) para así poder ejecutar diversos géneros de canto popular conocido también como CCM (Contemporary Commercial music).

Finalmente, otro factor a considerar, y que es un sub-aspecto de la flexibilidad, es la unificación y dominio de los diferentes registros cordales. Dentro del canto popular, hay diferentes tipos de configuración, es decir modificaciones del tracto vocal y uso de diferentes

registros para así generar diversas sonoridades y texturas, acordes al género/estilo que se desea interpretar. Tenemos principalmente dos registros, el registro de “pecho” y el de “cabeza”, que son en realidad dos tipos de coordinación cordal. Para hacernos entender mejor, digamos que el registro de pecho bien entrenado es negro, y el registro de cabeza igualmente bien entrenado, es blanco, entonces para obtener diversas sonoridades, debe utilizarse toda la escala de grises -voz mixta- que se forman entre ambos registros. La técnica del canto lírico trabaja principalmente el registro de “cabeza” es decir el blanco, un blanco muy puro. Si luego de trabajar el registro de cabeza, se decide hacer la escala de grises, ya tendré el blanco ganado y solo tendré que entrenar el registro de pecho (negro). De esta forma al entrenar ambos registros se obtendría la escala de grises, es decir la voz mixta y todos sus colores sonoros.

Un hecho que enriquece el valor de esta hipótesis es que diversas cantantes profesionales en Broadway o entidades musicales de este calibre han estudiado canto lírico como parte de su entrenamiento. Y hoy en día podemos apreciar en diversas ejecuciones de dichas cantantes populares, un gran dominio de su aire y fraseo, que le agregan belleza y musicalidad a sus interpretaciones; también podemos ver cómo poseen una gran potencia y resonancia sin presentar tensiones musculares. La característica más sobresaliente que poseen estas artistas es su enorme dominio de registros (cabeza, pecho, mezcla), efectos vocales y matices que lucen en sus interpretaciones.

Un ejemplo es el caso de Jessie Mueller. Actriz y cantante nacida en Evanston, dedicada principalmente al teatro musical, es una de las estrellas más destacadas de Broadway en la actualidad; desde su debut en el “Chicago Shakespeare Theater” en el 2005 su carrera solo ha ido en ascenso. Esta artista posee una gran versatilidad, es capaz interpretar con gran destreza piezas clásicas de alto nivel y también música popular (CCM), como el rock o pop. Tal es así que

recibió el premio “Tony Award for Best Actress in a Musical” por su performance interpretando a Carole King en *Beautiful: The Carol King Musical*, en el 2014. Jessie estudió la carrera de Teatro Musical en Syracuse University, terminando su licenciatura en el 2005. Al ingresar a la web de la universidad es posible observar el plan de estudios que ella siguió a lo largo de su carrera. Este plan nos confirma que Jessie Mueller, llevó específicamente cursos de canto lírico en sus primeros años de formación universitaria. Esta información resulta alentadora para la presente investigación.

1.4. Metodología

Para explicar la metodología de la presente investigación es importante mencionar que esta es de tipo analítica y exploratoria. Se va a describir y sobre todo analizar el proceso que se dará en el laboratorio correspondiente a la investigación. Por ende, al ser un laboratorio artístico, su propia naturaleza con un resultado teóricamente incierto, nos indica también que es una investigación de tipo exploratoria. Además, podemos decir que esta posee un enfoque longitudinal pues estudia una o más variables a través de un periodo que es determinado por el problema de investigación. Dicho laboratorio estará conformado por 5 personas, 2 maestros y 3 estudiantes de canto, ambos perfiles estarán detallados en la ficha técnica desarrollada unas páginas más adelante. El laboratorio tendrá una duración de 12 semanas, es decir 12 sesiones grupales de 75 min cada una, pues este es el tiempo mínimo requerido para que las cuerdas vocales, tracto vocal y sistema respiratorio empiecen a interiorizar las nuevas coordinaciones que se les enseñará durante el laboratorio. En cuanto al contenido y programación de cada sesión, estas serán parte del proceso de investigación, se llevarán a cabo durante un periodo correspondiente y serán explicados a cabalidad en el primer capítulo.

A continuación, pasaremos a explicar la metodología que esta investigación demanda. Lo primero que debemos de tener en cuenta es que “la experimentación en la investigación artística musical es un tema amplio, complejo y comprende tanto metodologías cuantitativas como cualitativas” (López-Cano & San Cristóbal, 2014, p.107). Y este es precisamente el caso de esta investigación. Comenzaremos entonces a explicar en primera instancia el método cuantitativo y su aplicación en este caso. Dentro de dicho método existen diferentes estrategias, una de ellas es el experimento, y es esta la que será de utilidad en esta investigación. Como se mencionó anteriormente se tendrá un grupo de estudiantes, que será objeto de investigación; a este grupo, la estrategia del método cuantitativo le da el nombre de “Grupo Piloto” y es así que a partir de ahora se le llamará a este conjunto de estudiantes.

Como segundo elemento de este método tendremos la comparación de variables pre y post, es decir, se le asignará a las integrantes del grupo piloto una tema de repertorio popular que sea demandante técnicamente para ellas, y dicho tema será ejecutado por ellos antes y después del piloto para realizar el análisis y comparación correspondiente. De ese modo se podrá establecer una relación causa-efecto entre los ejercicios realizados a lo largo de las sesiones de laboratorio y lo que se obtuvo con ellos.

A continuación, se pasará a explicar las técnicas de trabajo correspondientes al segundo método que emplea esta investigación, el método cualitativo. La primera técnica de trabajo será la observación externa, es decir, la responsable a cargo de la presente investigación observará continuamente las actividades y sucesos acontecidos en cada sesión del laboratorio, sin ella participar de dichas actividades. La segunda técnica de trabajo será la entrevista semiestructurada, que se le realizará a cada integrante del grupo piloto, durante y al finalizar el laboratorio. Estas entrevistas servirán de complemento para el análisis obtenido de la

observación externa y los resultados del método cuantitativo. Y la tercera y última técnica de trabajo del método cualitativo es el cuaderno de campo, este es de vital importancia para la responsable a cargo de la investigación pues aquí se realizarán, notas, registros, diario y reflexiones de campo, para que posteriormente toda esta información sea plasmada a forma de redacción en la sección central de la investigación.

1.5. Marco conceptual

De forma general la técnica vocal está conformada por diversos aspectos cómo podrían ser la coordinación fono-respiratoria, los mecanismos laríngeos o registros fonatorios, las diversas configuraciones del tracto vocal, la resonancia, agilidad, entre otros. Algunos de estos aspectos se manejan o tienen estrategias distintas tanto en el canto popular como en el canto lírico. Es decir, la técnica vocal es una sola y es saludable verla de ese modo. Lo que varía es su forma de ejecución para diferentes estilos. El *Vocal Cross-training* extrae y relaciona diferentes herramientas de estos tipos de canto, para lograr voces eficaces, equilibradas, resonantes, flexibles y resistentes a través del trabajo concurrente en distintos estilos musicales, tanto académicos como populares. En el caso de esta investigación, el *vocal cross-training* servirá para incorporar herramientas propias del canto lírico al entrenamiento del canto popular para así enriquecer o mejorar ciertos aspectos en la voz, como lo podría ser la coordinación fono-respiratoria o el manejo de los registros fonatorios, etc.

Será necesario explicar primero algunos términos que se utilizarán a lo largo de la investigación. Varios de ellos son aspectos de la técnica vocal que serán analizados en la investigación. Estos son la coordinación fono-respiratoria, la resonancia, la propiocepción, la flexibilidad y el manejo de los mecanismos o registros fonatorios. Es así que comprendidos

estos aspectos podremos integrarlos a la explicación del término principal de esta investigación, el *Vocal Cross-training*.

1.5.1. Mecanismos fonatorios o registros vocales

Diversos autores han estudiado e investigado sobre el concepto de registro vocal desde principios de 1900 y con ello las distintas configuraciones glóticas asociadas a cada uno. “Las definiciones que más han perdurado en el tiempo y que tienen mayor recurrencia en la academia son las que proponen autores como Hirano, Hollien, Sundberg y Seiner.” (Castillo, 2016, p.1)

Se debe tener en cuenta que los profesores de canto antes del siglo XIX no empleaban el término “registro” dentro de su vocabulario técnico. Si no que estos utilizaban los conceptos *voce do petto* y *voce di testa* que se traducen del italiano en voz de pecho y voz de cabeza. Esta clasificación surge de las sensaciones vibratorias que se experimentan al realizar sonidos graves y sonidos agudos. El inventor del laringoscopio y maestro de canto, Manuel García, fue uno de los primeros en esbozar el término en 1841 (Pérez y Pérez, 2006) y lo define como “una serie de sonidos consecutivos que son producidos por un mecanismo que difieren esencialmente de otra serie de sonidos igualmente homogéneos producidos por un mecanismo diferente, cualesquiera que sean las modificaciones del timbre y de la fuerza” (Castillo, 2016, p.1).

. Con el tiempo, emergieron varios autores, sobre todo cantantes y profesores de canto, como Mathilde Marchesi (1880) y Molinié (1927) quienes habían planteado distintas posturas sobre los registros aun basándose principalmente en aspectos perceptuales.

Una definición más contemporánea y simple de registro vocal es la que nos ofrece el Dr. Marco Guzmán (2016): “diversas configuraciones glóticas que se generan con una distinta biomecánica cordal y distinto timbre según la altura tonal que se emite de forma innata o aprendida según las necesidades fonatorias del emisor. No confundir el concepto con el de

clasificación” (p.1). Para comprender de forma simple y profundizar en el tema recomendamos la clasificación de registros propuesta por Hollien (1974) que es de gran utilidad a nivel de categorización y de objeto de estudio, estos son: el glottal fry, el registro modal o de pecho, registro mixto, el loft o de cabeza, además caracteriza un quinto registro, el de flauta o silbido en la zona más aguda.

Para los fines de la presente investigación, haremos uso de algunas siglas que hacen referencia a un par de registros vocales. Estos términos son M1 y M2, los cuales son utilizados principalmente en la fonoaudiología y en la pedagogía vocal actual. El M1 se referirá al registro modal o de pecho y el M2 al registro *loft* o de cabeza. Teniendo esto en cuenta, se exponen algunos aspectos de la técnica vocal a explorar y evaluar en el laboratorio de la presente investigación.

1.5.2. Coordinación fono-respiratoria

Si bien es importante conocer la anatomía y fisiología del aparato fonador, es igual de relevante sobre todo para los profesionales de la voz, comprender la coordinación que hay entre la respiración y la producción de la voz. Se habla de coordinación fono respiratoria, en primer lugar, para hacer diferenciación del funcionamiento de la respiración espontánea o muda - vale decir sin emisión vocal, pues las exigencias de la respiración fonatoria son mayores y variables. Y un ejemplo para comprenderlo es saber que mientras en situación de descanso, la relación entre inspiración y expiración es de 1:1,2 o 1, 9, en la respiración fonatoria es de 1:8 y en particular en el canto la relación podría dar diferencias aún mayores. (Seidner & Wendler,1982). Además, en la respiración espontánea no suele ser necesaria la acción de los músculos respiratorios (Guzmán, 2008).

La comprensión de la coordinación fono respiratoria le permitirá al cantante comprender qué acciones puede ejercer sobre el aire. Pues ellos deben desarrollar un sistema para controlar y moderar el flujo y la presión del aire espirado. Comprendiendo así que el manejo respiratorio debe adaptarse a la tarea fonatoria y al individuo. Teniendo en cuenta distintas variables como: la duración de la nota, la intensidad, frecuencia, registro fonatorio, fisionomía del cantante y su edad. Se busca una respiración dinámica y eficiente, es decir y excelente coordinación fono respiratoria.

1.5.3. Resonancia

La resonancia es un fenómeno físico a través del cual es posible reforzar y propagar una frecuencia de vibración natural. Es decir, es el proceso por el cual el producto básico de la fonación es reforzado en timbre y/o intensidad por las cavidades llenas de aire por las que pasa en su camino al exterior del cuerpo. El fenómeno de la resonancia implica que un cuerpo que vibra, en este caso las cuerdas o pliegues vocales, hacen vibrar a otro cuerpo próximo, como lo sería el aire contenido en el tracto vocal (Luna, 2018). El tracto vocal es una cavidad compuesta por varias estructuras anatómicas, que puede alargarse, acortarse, ensancharse y estrecharse en distintos puntos.

Un concepto que se desprende de la resonancia y que será de utilidad para la presente investigación es “voz resonante”. Es común escuchar a aquellos que entrenan su voz, decir que experimentan sensaciones de vibración en distintas partes del cuerpo. Comúnmente estas zonas son la boca, los labios, la zona anterior del rostro, los pómulos e inclusive los ojos. Si además dichas vibraciones van acompañadas de una sensación de facilidad en la producción vocal, es decir, una voz libre que se genera y percibe al público sin mayor esfuerzo muscular y sin tensiones durante su producción; se dice que se está haciendo uso de una voz resonante. Aquella

que se encuentra en el lugar correcto y que por consecuencia se proyecta bien en el espacio. (Guzmán, 2010). Sin embargo, aunque dichas sensaciones son muy relevantes en la correcta producción de la voz resonante, basarnos únicamente en ellas, que son de carácter subjetivo, podría resultar confuso y despertar distintas interrogantes. Por esto será importante comprender el fundamento fisiológico y acústico de lo que significa una voz resonante pues su comprensión favorecerá el análisis del proceso del laboratorio que se realizará en la investigación. Para comprenderlo será necesario mencionar dos aspectos de la producción de la voz: Las presiones acústicas en el tracto vocal y el proceso de conversión de energía de las cuerdas vocales.

Para hablar sobre las presiones acústicas en el tracto vocal debemos comprender que dentro de este se dan distintas resonancias (formantes) que se manifiestan a través de ondas estacionarias. Estas ondas pueden tener zonas de mayor presión y otras de menor presión. Esto va a variar dependiendo del sonido que se esté produciendo, es decir, al ir cambiando la configuración del tracto vocal para producir cada sonido nos daremos cuenta que las sensaciones de vibración también podrían ir modificando su localización - lugares donde las ondas estacionarias generan mayor presión -.

Esto nos ayuda a comprender que las posibilidades de configuración del tracto, por ende, nos dan diferentes resultados sonoros. Al profesional de la voz le corresponde explorarlos mediante el entrenamiento, y quedarse con aquellos que le generen sensación de facilidad de producción vocal, proyección en el espacio y las sensaciones de carácter subjetivo que se mencionaron anteriormente. Además de la economía vocal, resulta beneficioso descubrir y entrenar diferentes estrategias de resonancia que enriquezcan la performance de acuerdo con la interpretación, género musical o estilo propio.

Además de la sensación de facilidad en la producción vocal,

“los fonoaudiólogos, logopedas, foniatras o entrenadores vocales consideran la voz resonante como un objetivo en la producción de la voz en relación a la salud vocal ya que este tipo de producción no implica esfuerzo vocal ni tampoco está restringida a una intensidad vocal baja. Por lo tanto, como cualidad vocal, la voz resonante no debe ser ni una fonación apretada ni tampoco una fonación soplada (escape de aire)” (Guzmán, 2010, p.1).

Por tanto, una voz resonante implica también que esta sea emitida con una fonación fluida¹, que es la gradiente ideal entre la fonación presionada² y la aireada³ o soplada.

1.5.4. Flexibilidad

Un concepto al que se liga la flexibilidad en la voz cantada es la habilidad de navegar por las notas del rango vocal⁴ teniendo en cuenta, la velocidad (agilidad) y la facilidad. Es decir, “poder cambiar de una nota a otra (pertenecientes al rango vocal) con facilidad y eficacia. “La flexibilidad es antagonista de la rigidez” (Sundberg, J., Thalén, M., & Popiel, L., 2012, p.45) La flexibilidad nace gracias a la relajación de los músculos externos de la voz, como lo son el cuello, los hombros, la nuca, el pecho, también de la relajación del tracto vocal y en particular de las cuerdas vocales.

La flexibilidad relacionada a la agilidad tiene implicancia en varias características vocales buscadas por cantantes líricos y populares. Por ejemplo, en el canto popular se suelen ejecutar *Riffs* o melismas en algunos géneros musicales; estos son una sucesión de dos o más

¹ **Fonación fluida:** Timbre balanceado y mayor economía vocal.

² **Fonación Presionada:** Resistencia glótica excesiva, armónicos agudos fuertes. Genera timbre metálico o brillante.

³ **Fonación aireada:** Flujo de aire excesivo, armónicos agudos menos fuertes (pendiente espectral) y a veces con ruido de aire. Genera timbre aflautado, aireado o ruidoso.

⁴ **Rango Vocal:** Es la suma de notas, desde la más grave hasta la más aguda, que una persona puede emitir, independientemente de la calidad y del esfuerzo de esta emisión. También es conocido como extensión vocal.

notas que se ejecutan con rapidez con una sola emisión de aire y sílaba. Se usan principalmente como ornamento para alguna frase musical.

En el caso de la música clásica europea u occidental, un ejemplo de flexibilidad vocal es la ejecución de las cantantes de coloratura. Esto se da principalmente en el género de la ópera y estas cantantes tienen la capacidad de ejecutar con mucha velocidad sucesiones de notas en un estilo ornamentado bastante elaborado que incluye trinos, pasajes rápidos de escalas y saltos interválicos amplios. (Randel, M. 2003, p.191)

La agilidad también podría implicar el uso del vibrato, pues este adorno es símbolo de una voz flexible y relajada. Y como mencionamos anteriormente, la flexibilidad también contempla la posibilidad de hacer saltos interválicos grandes y precisos.

Un concepto relacionado también a la flexibilidad vocal hace referencia a la facilidad de transitar entre los registros vocales o mecanismos. Un cantante con flexibilidad tiene la facilidad de transitar entre dichos registros sin mostrar quiebres entre ellos, salvo que el estilo musical así lo pida. Un cantante con este tipo de flexibilidad que domina la transición entre estos registros fonatorios tendrá diversidad de posibilidades para expresar lo deseado, enriquecer su performance y satisfacer las demandas laborales de la industria musical actual.

Una vez expuestos los términos anteriores, en la siguiente subdivisión se explicará en qué consiste el tipo de entrenamiento que trata la presente investigación: *Vocal Cross Training* (VCT).

1.5.5. Vocal Cross-training

A continuación, se explicará cómo nace, cuál es su significado en la actualidad y, sobre todo, de qué forma lo utilizaremos el *Vocal Cross-training* en la presente investigación.

Este término pertenece a la vanguardia de la pedagogía vocal, por lo tanto, la información o base bibliográfica que se tiene es muy reducida. Es ahí justamente que nuestra investigación y laboratorio cobran relevancia. Hace 3 años, la NATS, la organización académicamente más respetable en el mundo para profesionales de la voz cantada; publicó un libro redactado por Norman Spivey y Mary Saunders Barton, ambos especializados en pedagogía y representantes de la NATS. Dicho libro es el único que aborda específicamente nuestro tema de investigación, pero es vasto en información, y al ser complementado con bibliografía y la propia experiencia, se logrará explicar el *Vocal Cross-training* a cabalidad.

Esta corriente nueva en la pedagogía vocal nace por una necesidad de encontrar nuevas estrategias que logren cumplir con las competencias requeridas por los estudiantes y el mercado artístico actual. Por lo tanto, a grandes rasgos podríamos decir inicialmente que lo que se busca lograr con el *Vocal Cross-training*, es conseguir voces equilibradas, flexibles y resistentes a través del trabajo concurrente en distintos estilos musicales, tanto académicos como populares (Spivey & Saunders, 2018).

Aunque a simple vista podría parecer que es “cantar en diferentes estilos”, va más allá. Este término proviene del ámbito deportivo, se refiere a “ejercitar músculos de maneras diferentes a como son usados normalmente con el fin de promover niveles de performance óptimos y disminuir el riesgo de lesiones” (Spivey & Saunders, 2018, p.71). No se trata solo de ajustes de resonancia o colocación, sino de coordinaciones musculares diferentes, siendo esto último lo más relevante.

Se busca que los pliegues vocales ejecuten coordinaciones diferentes a las habituales, que el cantante experimente estrategias respiratorias distintas, así como variadas configuraciones del tracto vocal. Es importante resaltar que este proceso no se da repentinamente, no sería seguro

para la salud vocal del cantante involucrado. Es un proceso largo y gradual. Solo un profesional puede guiar dicho proceso y saber por dónde comenzar según las necesidades vocales.

El concepto de *Cross-training* no sugiere que el cantante necesariamente deba o pueda ejecutar una performance tanto en ópera como en teatro musical con la misma experticia. Este en vez, sugiere que sea cual sea la trayectoria profesional que los artistas elijan, tengan la voz más preparada y eficaz para ello. Pero para lograrlo no se realizarán los ejercicios pertenecientes únicamente a la pedagogía tradicional del estilo elegido, sino que se extraerán herramientas de ambos estilos para lograr el objetivo específico de cada caso.

Como podemos percibir, el *Vocal Cross-training* puede tener diferentes objetivos según los casos particulares que requieran este tipo de entrenamiento. En esta investigación nos centraremos en un caso y objetivo específico; *Vocal Cross-training* para cantantes populares. Es decir, la metodología y programación de sesiones que se realizarán en el laboratorio artístico que presenta esta investigación, apuntan a que dicho entrenamiento esté enfocado en cantantes populares, que busquen modificar o generalmente mejorar algún aspecto de su voz cantada para lograr un fin específico en su ejecución técnica como cantantes populares.

1.5.6. Propiocepción

Durante el proceso de entrenamiento vocal que se realizará en el laboratorio de la presente investigación, será importante que las participantes desarrollen su capacidad de propiocepción. Esta sección tendrá como objetivo contextualizar, conceptualizar y analizar la importancia de este término en la pedagogía vocal y la presente investigación.

En la ejecución musical, los cantantes presentan una relación particularmente distinta con su instrumento. En comparación a otros instrumentistas como los pianistas o violinistas, cuyos instrumentos son objetos externos, los cantantes emiten sonidos que provienen de su aparato

fonador, es decir, se podría considerar al cuerpo mismo como el instrumento musical. La actividad del canto requiere estar en constante conexión con el cuerpo. Como mencionan Roa, Barco y Aponte en su artículo “Pedagogía de la Propiocepción Corporal en el cantante”:

Se hace indispensable que el cantante conozca las grandes posibilidades que su cuerpo y su voz tienen. Es a través de un diálogo interno como el cantante construye por sí mismo la doble mirada entre lo que está adentro y afuera, como discierne entre el contenido y la forma y percibe aquello que él mismo representa o con respecto al ser que lo personifica o encarna. (Roa & Aponte, 2020, p.2)

Y precisamente que el cantante explore y conozca las posibilidades de sonido que este tiene, es uno de los objetivos del *Vocal Cross-training*. Es por esto que es vital reconocer la importancia de la propiocepción en esta investigación.

Se puede entender la propiocepción aplicada al cuerpo, la escucha y las emociones, entendiendo que estos están inexorablemente interrelacionados. En cuanto a la propiocepción corporal podemos comprender que esta atiende la posición y movimientos que realiza nuestro cuerpo y particularmente nuestro aparato fonador al emitir diversos sonidos. La escucha es el principal regulador para la propiocepción en el canto y esta debe estar siempre a favor de la salud vocal y sobre todo de la interpretación artística. A partir de esto último sucede un giro en la pedagogía y psicología de la música en cuanto a propiocepción en el canto pues como explica Shifres, “lo dinámico, lo emocional, lo intersubjetivo que han sido negadas por la musicología hegemónica” (2015, p.54). Y es por esto que Roa, Barco y Aponte (2020) proponen que se debe realizar un giro pedagógico en cuanto a propiocepción y este consiste en superar la idea del cuerpo como puro instrumento. Entendiendo que esta tarea debe brindar “razones sensibles al cuerpo para que el estudiante sea un artista que evidencie con su voz su mundo interior” (p.15);

es decir, que el cantante no cese la tarea de conocerse y desee continuamente descubrir la relación íntima entre su cuerpo, voz y emociones. Partiendo de comprender que “su cuerpo tiene la fuerza y el potencial para simbolizar y la disposición para expresarse en favor del arte” (Roa, Barco & Aponte, 2020, p.15). Esta propuesta complementa los primeros planos de evolución de la propiocepción y es muy compatible con la visión pedagógica del *Vocal Cross-training* y en particular de la presente investigación.

1.6. Estado del arte

Durante mucho tiempo se ha considerado que el canto lírico y el canto popular son campos diferentes e inclusive, opuestos. Resulta útil por esto revisar de forma general el contexto histórico de ambos tipos de canto y también de la pedagogía vocal. La historia señala que “el arte del canto nació con el hombre mismo, con su primera expresión vocal. En sus orígenes fue una forma más elevada del lenguaje, probablemente inspirada por el culto primitivo” (Stein, 2000, p.1). Comprensiblemente de esta época no se tiene evidencia de lo que sucedía técnica o estilísticamente. El inicio más claro está alrededor del siglo IX con el Canto gregoriano, relacionado luego al canto lírico, y posteriormente alrededor del siglo XII con el canto de los juglares y trovadores, cuyo estilo de carácter narrativo hace alusión al canto popular. Aunque de estas épocas se tienen más precisiones sobre el canto, casi no existe evidencia de la preparación técnica y artística de los cantantes. Las referencias sobre el manejo de la respiración, la acción laríngea y la resonancia, inclusive hasta el siglo XVII son tan mínimas que son de poca utilidad. Al parecer era la performance lo que se tenía como prioridad en el canto de la época. (Miller, 1998).

Como señala el tercer capítulo Historical Overview of Voice Pedagogy del libro *Vocal Health and Pedagogy* (1998), fue alrededor de 1700 que Francesco Antonio Pistocchi fundó en

Italia una escuela de canto bolognesa, la cual realizó los primeros entrenamientos enfocados a la técnica vocal. Fue así que la reconocida Escuela Italiana se fue desarrollando con personajes como Jean-Baptiste Berard quien fue de los primeros en hablar y defender la respiración costo diafragmática como elemento esencial en la técnica vocal; o Castrato Tosi quien designó los registros vocales como *voce di petto* (voz de pecho) y *voce di testa* (voz de cabeza). Es así que la enseñanza del canto tuvo un desarrollo que derivó en varias escuelas además de la italiana, como la alemana, francesa y española, que son consultadas y consideradas hasta el día de hoy. Dichas escuelas entrenaron a diversas voces reconocidas históricamente en el canto lírico y en la historia del canto en general.

En cuanto a la historia y pedagogía en canto popular, esta no fue visibilizada y aceptada sino hasta 1950 que “se inaugura un nuevo paradigma de la enseñanza de la Técnica Vocal: la Pedagogía Vocal Contemporánea” (Alessandroni, 2013, p.9). Surge fundamentalmente de la construcción colaborativa del conocimiento entre profesores de canto. Y de hecho fue en 1966 que la Academia Estadounidense de Profesores de Canto (AATS) emitió un comunicado revelando las opiniones presentadas durante el período medio del siglo XX. En particular, se centra en el fenómeno del "canto popular". Y es así como se empieza a reconocer este tipo de canto en el mundo académico de las artes. En los últimos 65 años el canto popular o *CCM Singing* y su pedagogía ha crecido a pasos acelerados con ayuda del crecimiento de la ciencia. Y en particular los últimos 15 años, el volumen de investigaciones académicas, libros, estudios médicos, sobre este tipo de canto a aumento significativamente.

Por lo tanto, entendemos que el canto lírico tiene muchos años siendo entrenado profesionalmente y es coherente que presente mayor cantidad de bibliografía, escuelas y métodos de estudio. Como menciona la doctora en pedagogía vocal Anne Sciolla en su tesis doctoral

sobre pedagogía vocal, “la tradición vocal occidental se ha centrado en la formación clásica, principalmente la que se deriva de la escuela belcantista o italiana” (Sciolla, 2020, p.11). Esto aplica hasta el día de hoy en mayor o menor grado en ambos tipos de canto.

A pesar de la existencia de carreras universitarias especializadas en canto popular y sea hoy en día la música popular la que posee más escucha en el mundo; existe aún necesidad de información sobre la pedagogía, la ejecución y comprensión de la fisiología en el canto de Contemporary Commercial Music (CCM). Esto sucede en el mundo y sobre todo en nuestro país. Anne Sciolla (2020), señala que los casos de alumnos de canto popular que han desarrollado patologías o afecciones laríngeas son más comunes de lo esperado. Y este fenómeno se debe principalmente por la impartición de una técnica vocal deficiente, carente de información acerca de cuáles son los requerimientos o exigencias que demanda el canto popular o CCM.

Otros estudios exponen que efectivamente “la mayoría de los profesores de canto desean estar más capacitados para enseñar CCM, especialmente Teatro Musical. Y parecen indicar un fuerte interés en comprender la fisiología de producción vocal en CCM” (Weekly et al., 2003, p.17).

Esto nos muestra el grado de desinformación pedagógica que aún existe sobre el canto popular. Desde el área de la ciencia y la medicina, se ha analizado mucho a través de diversos exámenes que miden la presión de aire, la capacidad pulmonar, el nivel de resonancia y las facultades de modificación del tracto vocal, en el canto popular y clásico. Es en los resultados de estos exámenes que podemos apreciar algunas diferencias significativas. Por ejemplo, los cantantes líricos presentaron en general un 40% más de capacidad pulmonar que los cantantes populares demostrados en otros estudios (Kenny, et al, 2006).

La responsable a cargo de la presente tesis viene realizando investigaciones sobre dicho tema, desde el 2018, y por lo tanto ha realizado entrevistas a dos profesionales de la voz cantada con estudios en fonoaudiología para recolectar su opinión profesional sobre el tema en mención. Dichas entrevistas contienen información relevante pues en ellas se toca directamente el tema de investigación y de su contenido podemos obtener principalmente lo siguiente.

Algunas de las diferencias que se encuentran entre el canto lírico y el canto popular son: la coordinación fono-respiratoria, la sensación resonancial, el uso del tracto vocal y sus diferentes mecanismos de coordinación. En cuanto a la coordinación fono respiratoria, se reconoce que el flujo del aire necesario para el canto lírico es mayor que en el canto popular. La sensación resonancial en el canto lírico es siempre de un sonido potente o con gran volumen, pero con poco esfuerzo, mientras que en el canto popular no siempre se percibe este tipo de sensación. En cuanto a los mecanismos de coordinación del tracto vocal, encontramos diferencias en la configuración de este tanto en la parte baja como en el alta. El canto lírico utiliza mayormente la coordinación cordal M2, mientras que el canto popular utiliza ambas, M1 y M2, aunque con un poco más de frecuencia, M1. En cuanto a la coordinación del tracto vocal alto, en el canto lírico el paladar se encuentra mayormente elevado, la faringe amplia y laringe baja, mientras que en el canto popular esto es variable. Y como menciona el Dr. Marco Guzmán, cada configuración diferente del tracto vocal constituye por lo tanto un filtro acústico diferente y por ende el sonido vocal escuchado será distinto (Guzmán, 2010, p.1). Ambas entrevistadas mencionan que desarrollar una técnica o disciplina artística nueva nos será siempre enriquecedor. En el caso de la técnica vocal esto no es diferente. El canto lírico posee características técnicas muy específicas e intentar desarrollarlas inclusive de manera básica, podría beneficiar al cantante popular. Es decir, acostumbrar al aparato fonador a realizar diferentes actividades, nos brindará

una técnica vocal cada vez más flexible, versátil, sólida y sobre todo durable en el tiempo. Las opiniones de ambas expertas le brindan seguridad al inicio de esta investigación, pero es importante recordar que estas valiosas opiniones, se basan en teoría principalmente. He ahí la relevancia del laboratorio que se realizará, pues en este que se verán contrastadas todas estas teorías y llegaremos a conclusiones basadas en la praxis.

Continuando con la investigación sobre este tema, se descubre que ya existe un término avalado por la NATS para este tipo de entrenamiento. Uno en el que sin importar cuál tipo de canto sea el definitivo, se combinan las diferentes estrategias de ambos tipos de canto, para lograr resultados más eficaces en cuanto a la técnica vocal deseada. Este tipo de entrenamiento se llama, *Vocal Cross training*.

Podemos encontrar antecedentes al *Vocal Cross-training* en el libro *The Vocal Athlete* (2019). Pues LeBorgne y Rosenberg hacen referencia a un tipo de entrenamiento que invite al estudiante a ser un *hybrid singer*. Es decir, que cómo parte de su práctica el o la estudiante pueda interpretar tanto repertorio del canto lírico cómo popular. Este concepto se acerca con mucha precisión al enfoque del *vocal cross-training*.

El término *Vocal Cross training* pertenece a los últimos años de investigación dentro de la pedagogía vocal. Por lo tanto, la información o base bibliográfica que se tiene sobre esto es muy reducida. Y es ahí justamente que nuestra investigación y laboratorio tienen relevancia. Como señala Anne Sciolla en su tesis doctoral, en los últimos dos años “el vocal cross-training se ha convertido en un tema de mayor interés en la pedagogía vocal universitaria” (Sciolla, 2020, p.1). En dicha investigación, la autora entrevista a 15 reconocidos maestros de canto que implementan el cruce entre ambos estilos de canto en el entrenamiento de sus estudiantes. Aunque la investigación no trata sobre *Vocal cross-training* como tema central, sí aborda el tema

de forma parcial. Se habla sobre los conflictos que encontraron dichos maestros en la práctica de dicho entrenamiento. Resulta relevante para nuestra investigación saber que “el 100% de los entrevistados creían que incorporar italiano clásico facilita la ejecución del repertorio popular y ayuda a profundizar la comprensión de la voz y sus mecanismos a través del estudio de la ornamentación y técnicas de canto melismático” (Sciolla, 2020, p.85). Además, un 46% creía firmemente que, si no se guiaba correctamente la adaptación de las herramientas del canto lírico al popular, esto podría poner en peligro las voces de los estudiantes, sobre todo en cuanto a la presión subglótica ⁵(Sciolla, 2020).

Hace 2 años apenas, la NATS, la asociación más grande y académicamente respetada de su tipo en el mundo; publicó un libro redactado por Norman Spivey y Mary Saunders Barton, ambos especializados en pedagogía y representantes de la NATS. *Cross-Training in the Voice Studio: A Balancing Act* es el único libro que aborda específicamente nuestro tema de investigación, pero abundante en valiosa información para la investigación y laboratorio.

El enfoque que nos muestran Spivey y Saunders (2018) sobre el *Vocal Cross-training* y la pedagogía vocal en general, es que el conocimiento y el entrenamiento deben estar integrados por el aporte en común de los miembros de la comunidad artística. Sobre todo, de los maestros; en este caso la retroalimentación que podría generar la interacción y trabajo en conjunto de maestros de canto lírico y de canto popular. Refuerzan que para aprender algo nuevo, como es en este caso el *CVT*, no debemos renunciar a algo o descalificar lo que hayamos aprendido previamente, sino que esta sea la oportunidad para agregar algo a las fortalezas que ya han sido obtenidas.

⁵ **Presión Subglótica:** Es la presión que genera el aire de los pulmones en nuestra caja torácica al llenarlos, y que empuja a las cuerdas vocales (glotis) desde abajo hacia arriba.

El Cross-Training in the Voice Studio: A Balancing Act propone ser una guía para desarrollar una voz equilibrada, flexible y resistente mediante el entrenamiento concurrente simultáneo en canto lírico y canto popular. Esta combina las mejores prácticas de la pedagogía tradicional lírica y pedagogía de canto contemporáneo o de teatro musical (Spivey & Saunders, 2018). La presente lo toma como guía para el desarrollo del laboratorio en cuestión.



CAPÍTULO II: EL LABORATORIO

El presente capítulo aborda el proceso del laboratorio de *Vocal Cross-Training* en el que participaron 3 cantantes en proceso de formación. Para lograr el objetivo principal de esta investigación se necesita analizar lo sucedido en dicho laboratorio. Para eso es imprescindible conocer a detalle el proceso de este. El objetivo del presente capítulo es narrar desde la planificación pedagógica hasta lo sucedido en las sesiones en cuanto al proceso de las cantantes. De esa manera se facilitará la comprensión de análisis final. En el marco de la metodología, se logró realizar esta narrativa gracias a las herramientas de recojo de información del análisis cualitativo. En este caso las principales herramientas fueron la observación externa, grabaciones multimedia de las sesiones y el cuaderno de campo que la responsable a cargo de la investigación realizó con sumo detalle de lo sucedido en cada sesión. Es así como se logra tener un resumen sustancioso y con información de gran valor para las personas predispuestas en conocer más de cerca este tipo de entrenamiento.

La estructura del presente capítulo consta de 3 secciones. La primera es la presentación de los casos de las participantes. Contar con su historial académico nos permite comprender en qué consistió su formación previa y nos permite realizar un mejor contraste posteriormente. La segunda sección expone el proceso de planificación pedagógica para las sesiones de entrenamiento del laboratorio y la tercera sección presenta las sesiones en sí mismas, divididas en dos etapas: el entrenamiento en canto lírico y el entrenamiento en canto popular. Esta sección muestra los temas abordados, la dinámica de trabajo, los ejercicios empleados, el repertorio utilizado y su forma de entrenamiento.

2.1 Presentación de los casos

Presentaremos los antecedentes de formación artística de cada cantante, además de un resumen de sus fortalezas y debilidades en cuanto a su técnica vocal. Para la elección de las participantes se hizo un dedicado proceso de selección en base a una ficha técnica con perfiles específicos que se puede encontrar en la sección de [Anexos](#).

Adicionalmente es relevante mencionar que teniendo en cuenta los aspectos éticos de esta investigación, se solicitó a modo de protocolo un acta de consentimiento a cada participante. Ya que sus nombres, información académica, imagen y performance serán mostrados de forma pública en esta investigación. Dichos documentos se pueden apreciar en la sección de [Anexos](#).

2.1.1 *Melisa*

Melisa nació en Lima-Perú, tiene 22 años y su clasificación vocal es Soprano. Empezó su formación artística en el Coro Municipal de su distrito cuando tenía 15 años. En dicho Coro llevaba clases de técnica vocal, interpretación, desarrolló su oído armónico y aprendió las bases para ejecutar armonías vocales. Actualmente cursa el 4to año de la carrera de Educación Musical en la Escuela Nacional Superior de Folklore "José María Arguedas" con especialidad en Canto para el género de Música Criolla. Hasta el momento ha llevado 8 ciclos del curso de Canto. Ella menciona que el programa de dicho curso no le ha sido muy enriquecedor. Es por esto que hace 5 meses decidió complementar su formación con clases particulares de técnica vocal. Melisa posee una emisión vocal saludable, es muy afinada y tiene un muy buen oído musical.

Comprende la respiración costo-diafragmática y está entrenando su internalización. Su voz es flexible, ha desarrollado principalmente su registro vocal M1, pues este es el más requerido para la Música Criolla. Ha estado trabajando en su registro M2 y cada vez suena más timbrada. Sobre los aspectos que debe trabajar apreciamos que presenta inconvenientes en el uso de sus registros

vocales primarios y la unificación entre ellos. Aún se presentan quiebres en su pasaje (transición de M1 a M2). Además, presenta un poco de tensión en la zona más aguda de su registro vocal M1.

2.1.2. Layla

Layla nació en Lima-Perú, tiene 23 años y su clasificación vocal es Soprano. A los 16 años empezó su formación vocal con clases particulares y sobre todo participando en diversos talleres de montaje de Teatro Musical. Actualmente cursa el 3er año de la carrera de Producción Musical en el Instituto Superior Orson Welles, en dicha institución ha llevado 4 ciclos (dos años) de entrenamiento vocal. En cuanto a su técnica vocal observamos que emite sus registros primarios M1 y M2 sin tensión. Además, puede transitar entre ellos de forma fluida y sin quiebres. Utiliza la respiración Costo-diafragmática correctamente. Muestra un vibrato estable y voz flexible. En cuanto a los aspectos por trabajar observamos que su registro M2 no ha sido entrenado en toda su capacidad y aunque identifica sus registros vocales, le cuesta trabajo encontrar y ejecutar su registro mixto rápidamente. Finalmente se aprecia que no es del todo precisa en su afinación al cantar saltos melódicos de intervalos amplios.

2.1.3. Aixa

Aixa nació en Lima-Perú, tiene 18 años y su clasificación vocal es Soprano. A los 10 años empezó a cantar en el coro “Voces Peruanas” dirigido por el maestro Julio Cesar Zavala, donde estimuló su oído armónico y llevó clases de técnica vocal que fueron fundamentales para su formación artística. A los 15 años ingresó al elenco vocal de la escuela Projazz, donde recibió clases de técnica vocal y teoría musical. Posteriormente, a los 17 años continuó con su formación en la escuela de música Tempo donde actualmente estudia teoría musical, lenguaje musical y clases personalizadas de técnica vocal. Es en este último año que Aixa ha desarrollado su voz

considerablemente. Aixa posee a su corta edad, una voz potente, muy ágil, flexible y afinada. Utiliza la respiración costo-diafragmática. Identifica y puede ejecutar sus registros vocales M1, M2 y Mix. Ha estado trabajando la fluidez en la transición entre sus registros, pero algunas veces se escuchan quiebres en las transiciones. Por último, presenta un poco de tensión en la zona más alta de su registro vocal M1.

Las 3 participantes son muy talentosas, responsables con la práctica de su instrumento y tienen interés en seguir desarrollando su voz. Podrían mejorar la disciplina hacia su práctica artística, pues cuando se lo han propuesto con ahínco, han logrado los progresos más significativos.

2.2. Programación pedagógica para sesiones de laboratorio

Se elaboró un sílabo como primera acción para la programación pedagógica del laboratorio. Este contiene la sumilla, enfoque, objetivos, contenido, metodología, y sistema de evaluación de dicho laboratorio. A continuación, se presentará la sumilla y objetivos principales.

Sumilla:

El laboratorio es de carácter práctico-exploratorio y se propone desarrollar la técnica vocal y la ejecución de repertorio en cantantes populares en etapa de formación a través del enfoque pedagógico que propone el *Vocal Cross-Training*. Este busca integrar estrategias de entrenamiento vocal del canto lírico y canto popular para obtener voces versátiles, equilibradas, sanas y flexibles. Se profundiza en ejercicios técnicos que se aplican a la interpretación del repertorio asignado.

Objetivos:

- Explorar las posibilidades que ofrece el *Vocal Cross-Training*.
- Fortalecer la base de una técnica vocal eficaz, saludable y acorde a las competencias requeridas del mercado artístico actual.

- Entrenar la coordinación fono-respiratoria.
- Experimentar una sensación de “voz resonante”.
- Desarrollar el registro vocal mixto.
- Explorar diversas estrategias de resonancia y sus posibilidades tímbricas.
- Unificar los registros fonatorios o coordinaciones cordales.
- Buscar la homogeneidad de sonido en el rango vocal.

El sílabo completo se puede encontrar directamente en la sección de [anexos](#). Contar con esta información fue clave para planear más a detalle cada sesión del laboratorio.

El laboratorio tiene 2 etapas, la primera enfocada en el entrenamiento en canto lírico y la segunda en canto popular. La segunda etapa busca integrar lo aprendido en la primera. Cada etapa tuvo un proceso diferente, que se explicará a continuación.

2.2.1. Programación pedagógica para sesiones de entrenamiento en canto lírico:

El proceso de planificación pedagógica de las sesiones de entrenamiento en canto lírico partió de una propuesta planteada por la responsable a cargo de la investigación. Se basó en la observación y análisis que obtuvo de diferentes planes educativos de varias instituciones de formación musical que incluía la carrera profesional de canto lírico.

Una vez realizado el primer boceto de programación pedagógica para las primeras 7 sesiones, dicha propuesta fue enviada a la maestra Jacqueline Terry, quien dictaría la sección de entrenamiento en canto lírico del laboratorio. Luego de revisar el boceto, propuso algunos cambios en el enfoque de las sesiones y la elección del repertorio. Se decidió acoger estas sugerencias y de ese modo llegamos a la versión final de la planificación.

Dado que la investigación y el laboratorio son de carácter exploratorio, la maestra en canto lírico, en canto popular y la autora de la investigación acordaron ser flexibles a los cambios

sobre la marcha de la planificación pedagógica por sesión, según los avances de las participantes. La prioridad era el desarrollo técnico de las participantes y, por lo tanto, la planificación debía adaptarse al estado de las participantes y no viceversa.

2.2.2. Programación pedagógica para sesiones de entrenamiento en canto popular

El proceso de planificación pedagógica de las sesiones de entrenamiento en canto popular partió también de una propuesta planteada por la responsable a cargo de la investigación. Se basó principalmente en su formación profesional y experiencia en el ejercicio docente. Además, tuvo como importante referencia el libro *El Cross-Training in the Voice Studio: A Balancing Act*. Una vez realizado el primer boceto de planificación, este fue revisado y complementado por la maestra Cleia Luna Cook, quien dictaría la segunda etapa del laboratorio. Ella al revisarlo estuvo de acuerdo con este, dio alcances y sumó valiosa información.

Se acordó que el desarrollo de la planificación de esta segunda etapa dependía del proceso observado en la primera; y por lo tanto estaba sujeta a modificaciones. La maestra Luna tendría acceso a las grabaciones de las primeras sesiones dirigidas por la maestra Terry y la responsable a cargo de la investigación también le iría compartiendo sus apreciaciones. Así todas las participantes estaríamos al tanto del proceso para ofrecer las apreciaciones necesarias. Adicionalmente se estableció que al ser este un laboratorio de carácter exploratorio, el desarrollo del contenido sería flexible y siempre al servicio del proceso de las participantes del laboratorio.

2.3. Registro del laboratorio

En esta sección se expondrá lo sucedido en las 12 sesiones del laboratorio de *Vocal Cross-training*. Se mostrarán los temas abordados, la dinámica de trabajo, los ejercicios empleados, el repertorio utilizado y un resumen general del desenvolvimiento de las alumnas en

el proceso. Como hemos señalado anteriormente, el laboratorio está conformado por dos etapas, el entrenamiento en canto lírico y luego el entrenamiento en canto popular. Y es en este orden que se mostrará el desarrollo del laboratorio.

2.3.1. Entrenamiento de Canto lírico - Sesiones 1-7

Esta primera etapa del laboratorio fue dictada por Jacqueline Terry, soprano peruana de importante trayectoria artística, continuamente requerida para los principales montajes de la ópera nacional. Reconocida por la crítica especializada, ha participado en innumerables conciertos con la Orquesta Sinfónica Nacional, la Orquesta Filarmónica de Lima y la Orquesta de la Ciudad de los Reyes. Los últimos años se ha especializado en la pedagogía vocal y ha realizado una maestría en fonoaudiología, posee una gran experiencia como docente, dictando clases de canto a cantantes líricos y populares.

La maestra Jacqueline Terry compartió sus expectativas personales sobre el laboratorio y mencionó que a pesar de que no conocía el término “*Vocal Cross-training*”, en base a su experiencia siempre sostuvo la hipótesis que un entrenamiento con una exigencia vocal, como el que ella realiza para canto lírico, podría establecer un buen fundamento técnico para cualquier género musical popular. Cuando se le propuso ser parte del laboratorio de esta investigación ella sintió mucha emoción pues consideró esta que era una gran oportunidad para constatar sus hipótesis.

Los objetivos de esta primera etapa son principalmente que las alumnas puedan explorar y entrenar arduamente su registro vocal M2 (voz de cabeza), que experimenten la sensación resonancial de potencia sin excesivo esfuerzo o tensión y mejoren su coordinación fono respiratoria y desarrollen la flexibilidad de su voz.

Antes de iniciar la primera sesión, las alumnas tuvieron un encuentro gestado por la autora de la investigación para explicarles detalles técnicos, resolver inquietudes y sobre todo para que puedan conocerse entre sí y generar un ambiente más cómodo para ellas. Este encuentro fue vital para que el inicio del laboratorio fuese ameno y eficaz.

Al iniciar las sesiones la maestra se dirigió a las participantes y les mencionó que el entrenamiento será exigente y que no se dejen amilanar por las posibles dificultades que se puedan presentar, como quiebres en la transición de sus registros, sentir su voz inestable o débil en algunas zonas de su rango vocal. Les recomendó que continúen el entrenamiento. Les menciona además que recuerden que la técnica se instala con la repetición de un correcto ejercicio, para así memorizar esa coordinación muscular. Les recomendó entregarse al entrenamiento y que tengan la confianza para preguntar lo que deseen.

Adicionalmente la maestra expuso la importancia de la propiocepción como una herramienta valiosa para el entrenamiento de los ejercicios. Señaló que el entrenamiento vocal requiere de esta habilidad para desarrollarse y mejorar. Y los requisitos para conseguirla son la observación y la escucha, mencionó que hay que tener cuidado en quedarse solo en la escucha. Es necesario observar nuestro cuerpo cuando se está cantando y no solo abstraerse escuchando.

2.3.1.1. Estructura de las sesiones

Pre - calentamiento y entrenamiento físico)

Todas las sesiones de esta etapa de entrenamiento en canto lírico tuvieron la misma estructura pedagógica, la maestra propone empezar las sesiones haciendo ejercicios aeróbicos. Se realizaron 20 polichinelas y sentadillas con el fin de aumentar la temperatura corporal de las participantes y también mejorar su concentración.

Calentamiento:

Posteriormente, se realizaba el calentamiento vocal, este duraba aproximadamente 15 minutos y estaba conformado por 3 u 4 ejercicios realizados con el ejercicio *Boca Chiusa*, que consiste en emitir el fonema M. La maestra les indica que, si bien los labios permanecen cerrados, estos no deben ejercer algún tipo de presión, solo deben estar juntos. Los ejercicios realizados en esta sección de calentamiento eran los siguientes: Quintas, Novenas, Arpeggio de Octavas y Arpeggio de doceava. Este último ejercicio se incorporó al calentamiento a partir de la cuarta sesión. Durante esta sección las participantes realizaban los ejercicios al mismo tiempo, la maestra hasta este momento no se detenía a revisar el trabajo de cada una de forma individual. Los ejercicios de calentamiento no se realizan con metrónomo.

La maestra para esta sección del calentamiento les recordaba a las participantes que deben tener presente hacer uso de la respiración costo-diafragmática, hacer participar la mejor dotación de aire y que sientan que todo su cuerpo está involucrado en la experiencia de realizar los ejercicios. También les mencionaba que era normal que las notas agudas les demanden un poco más de esfuerzo y concentración.

A continuación, se mostrará la partitura de cada ejercicio realizado en la sección del calentamiento. Los ejercicios están C mayor a modo de ejemplo.

- Arpeggio de Quintas:



Figura 1.

Ejercicio de Arpeggio de 5tas - Primera etapa del laboratorio: Sección de calentamiento

- Escala de 9na:



Figura 2.

Ejercicio Escala de 9na - Primera etapa del laboratorio: Sección de calentamiento.

- Arpeggio de 8va:



Figura 3.

Ejercicio Arpeggio de 8va - Primera etapa del laboratorio: Sección de calentamiento.

- Arpeggio de 12va:



Figura 4.

Ejercicio Arpeggio de 12va - Primera etapa del laboratorio: Sección de calentamiento.

Entrenamiento:

La siguiente sección de las sesiones de esta primera parte del laboratorio, fue el entrenamiento vocal. Esta sección era la más extensa, de 40 a 50 minutos y los ejercicios que se realizaban eran más exigentes y específicos en comparación a la sección de calentamiento. La maestra trabajaba dichos ejercicios de forma individual, dando ejemplos, guiándolas de forma personalizada y brindando retroalimentación.

Esta sección se conformó por 4 u 5 ejercicios practicados siempre con metrónomo. Estos eran: Quintas, Novenas, Arpeggio de Octava, Arpeggio de Doceava y Saltos de Octava. Estos dos últimos ejercicios empezaron a practicarse a partir de la segunda sesión. La diferencia entre este

entrenamiento y la sección anterior es que estos eran emitidos con tres sílabas: Re, Ro y Ra en vez de con *boca chiusa*. Es decir, cuando se trabajaba por ejemplo el ejercicio de 5tas, se realizaba una vuelta por acorde con Re, otra con Ro y Ra, es decir se realizaban tres vueltas por acorde. Cada ejercicio seguía este mismo patrón.

La maestra les indicaba que la vibración de la “R” sea sonora y evidente. Les explicó la importancia de la apertura correcta de la boca con 2 dedos de distancia entre el labio superior e inferior y de realizar los moldes vocales de cada sílaba correctamente. Por ejemplo, el molde vocal de la O debía realizarse prolongando los labios y descolgando ligeramente la mandíbula. Explicaba que en el molde de esta vocal el espacio interno del tracto vocal era particular, pues el paladar blando se levanta y la parte posterior de la lengua baja ligeramente. Mencionaba que esa posición del tracto vocal es vital para el entrenamiento.

Los ejercicios de esta sección tenían como nota más grave G3 y progresivamente llegaron hasta A5 como nota más aguda. Los ejercicios eran guiados por la maestra, quien tocaba el piano e iba subiendo o bajando la tonalidad por semitonos. En las sesiones iniciales la maestra les pedía a las participantes que inhalen antes de cada vuelta y con el pasar de las sesiones les fue pidiendo que ejecuten 2 o 3 vueltas de un ejercicio con una sola toma de aire.

La maestra durante estas primeras 7 sesiones les reiteraba constantemente a las participantes, la importancia de buscar la mejor dotación de aire, haciendo uso de la respiración costo diafragmática (expansión de costillas y descenso del diafragma). Ella les menciona que profundizar el aire y comprometer todo el cuerpo en el entrenamiento es clave para conseguir homogeneidad en el sonido, así como cuidar la afinación y evitar la excesiva tensión en la laringe. En relación a la coordinación fono-respiratoria, la maestra les mencionaba durante el trabajo en las sesiones que no había problema en inhalar por la boca, y que en realidad era

inevitable e inclusive lo más conveniente en algunas ocasiones. Lo que no debía suceder era que se inhale únicamente por la boca.

En cuanto al manejo de los registros vocales, la maestra les indicaba que buscaran un sonido homogéneo en toda la extensión de los ejercicios. Les mencionaba que, si la mente les planteaba la posibilidad de cambiar de registro, la voz iba a esperar un momento para hacerlo. Este concepto de homogeneidad también aplica para el volumen. La maestra explicaba que toda la extensión de un ejercicio debía cantarse con un volumen parejo o en todo caso sólo los agudos podrían sonar naturalmente más fuerte. Les indicaba que no “pesen” o les den más fuerza a las notas graves. Señalaba que debían mantener esas notas ligeras para que de esta manera puedan subir con ligereza y libertad. Además, les indicaba que realicen los ejercicios de forma ligada evitando emitir algún sonido o aire antes de ejecutar la nota deseada.

La maestra les pedía a las participantes que envíen su sonido hacia adelante y que este no debe ser encapsulado ni enviado hacia arriba. Debían tener en cuenta que esto les iba a demandar más flujo de aire. Mencionaba que la voz debe darse plena, con determinación y emitir la mayor cantidad de armónicos posibles. Estas fueron las indicaciones que la maestra brindaba a lo largo de los entrenamientos realizados con las participantes y también el enfoque que se impartió en esta primera parte de entrenamiento en canto lírico del laboratorio de *Vocal Cross-training*.

A continuación, se pasará a explicar la siguiente y última sección correspondiente a la estructura de las primeras 7 sesiones.

Se mostrará la partitura de cada ejercicio realizado en la sección del calentamiento. Los ejercicios están C mayor a modo de ejemplo.

- Escala de 5ta:



Figura 5.

Ejercicio Escala de 5ta - Primera etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

- Escala de 9na:



Figura 6.

Ejercicio de Escala de 9na - Primera etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

- Arpeggio de 8va:



Figura 7.

Ejercicio de Arpeggio de 8va - Primera etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

- Arpeggio de 12va:



Figura 8.

Ejercicio Arpeggio de 12va - Primera etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento

- Saltos de 8va:



Figura 9.

Ejercicio Salto de 8va - Primera etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

Repertorio:

La incorporación de la práctica del repertorio se dio a partir de la 5ta sesión. Y se daba una vez terminado el entrenamiento vocal con los ejercicios mencionados. El repertorio seleccionado como se mencionó anteriormente fue la Lección N#3 del método Concone Op 85. Las participantes mediante Google Drive tenían acceso a los audios de referencia, pistas y partitura. El procedimiento que la maestra brindó para estudiar dicha lección fue el siguiente: Primero debían solo escuchar la lección reiteradas veces mirando siempre la partitura, sin cantar aún nada. Luego probarían cantar la melodía únicamente con *boca chiusa* y en compañía del audio de referencia. Después probarían cantar el ejercicio con las sílabas Re, Ro o Ra, a capella y con metrónomo; teniendo un piano como herramienta para corroborar la correcta entonación de los intervalos. Y finalmente, ya podrían cantar la lección acompañadas por la pista instrumental.

2.3.2. Entrenamiento de Canto Popular - Sesiones 8-12

Esta segunda parte del laboratorio fue dictada por la especialista Cleia Luna Cook, cantante profesional, educadora vocal y candidata a Magister en Fonoaudiología con especialización en rehabilitación de la voz y motricidad orofacial. Lleva 12 años ayudando a cantantes a preservar su salud vocal y realizar el potencial de su voz a través del entrenamiento funcional de ésta. Le apasionan la técnica vocal basada en evidencia, el estudio de la voz patológica y normal y el arte de la interpretación e improvisación musical. Desde el año 2010

formó parte de la PUCP, como profesora de Canto Popular en la especialidad de Música. En paralelo, se desempeña como cantante y productora musical en eventos públicos, privados y corporativos, y como vocalista de sesión para cine, publicidad y producciones discográficas.

La maestra Cleia Luna, quien conoce el *Vocal Cross-training* y sus conceptos relacionados, considera esta experiencia artística como única y muy beneficiosa para nuestra comunidad artística peruana. Manifestó su enfoque sobre lo que ella espera y nos da pie para exponer lo que esta investigación espera del laboratorio y los objetivos que se tienen trazados. La maestra Luna nos invita comprender que, si bien esperamos ver resultados en el desempeño de las participantes cantando el repertorio asignado, esto es secundario. Considera que lo más importante de esta experiencia es que las participantes tengan la posibilidad de explorar a través de *Vocal Cross-training (CVT)* todas las facetas de su voz, la extensión de su rango vocal y sobre todo, las posibilidades de integración entre sus registros vocales. Es de gran importancia que conozcan esta manera de entrenamiento y que luego de manera autodidacta puedan seguir aplicando el *VCT* en su día a día. También le parece importante que pierdan el miedo a los límites de su registro tanto en el agudo como el grave, o alguna emisión particular. Ella menciona que la idea es generar un ambiente de aprendizaje sin prejuicios en el que las participantes puedan de forma abierta, entregarse a la experiencia de conocer su voz a profundidad. Finalmente, todo esto se debe ver reflejado no solo en una canción, si no en la forma en la que ellas de aquí en adelante aborden el repertorio deseado. Se busca que las participantes logren abordar el futuro repertorio teniendo en cuenta todas las posibilidades que les ofrece su voz en cuanto a sus registros vocales y sus variantes sonoras. Es decir, contar con diversas estrategias para cantar las mismas notas y cumplir con el objetivo principal de ofrecer una interpretación o performance de calidad.

Al comenzar la primera sesión, la maestra Luna les preguntó a las participantes qué esperaban de esta segunda etapa y cómo se sentían respecto al repertorio escogido “*She Used To Be Mine*”. Las tres participantes manifestaron mucha predisposición a seguir aprendiendo y a descubrir las posibilidades de sus instrumentos. En cuanto al repertorio, mencionaron que la canción les resultaba compleja y retadora por toda la variedad de registros y recursos vocales que ésta presenta. La especialista les mencionaba, como expresó también en sus expectativas previas al inicio del laboratorio, que el objetivo de la segunda etapa no era la canción en sí misma, es decir, el objetivo no era una meta de performance. El repertorio es un medio para explorar las posibilidades en las voces de cada una. Ella mencionaba que el clímax de la canción se puede lograr de diversas maneras, con diferentes registros y esa es precisamente la esencia del *Vocal Cross training*. Indicaba que todo iba depender de lo que les hiciera sentir más cómodas y lo que les pida la interpretación. Aclaró que la meta no es que todas puedan tener la misma solidez en todos los registros vocales, sino que dispongan de diversas opciones y sepan que tienen muchos sonidos a su disposición.

Antes de iniciar con el entrenamiento la maestra le refuerza a las participantes información sobre los registros vocales dando conceptos fisiológicos, mostrando imágenes y videos de la ejecución de algunas cantantes. Esto con el fin de empezar esta segunda etapa del laboratorio con conceptos claros y un lenguaje común en cuanto a terminología.

2.3.2.1. Estructura de las sesiones

Las sesiones de esta etapa del laboratorio no tienen siempre una misma estructura a diferencia de la etapa anterior. La maestra Luna indicó que el calentamiento realizando ejercicios aeróbicos es muy útil e importante, pero este no se realizaría en las sesiones, pues ya han aprendido a realizarlo con la maestra Terry y por esto les solicitó que realizaran los

ejercicios aeróbicos previamente a las sesiones. Es así como se procederá a exponer la estructura de las sesiones.

Calentamiento:

El calentamiento vocal duraba aproximadamente 15 min y estaba conformada por 2 o 3 vocalizaciones realizadas con el ejercicio de tracto vocal semi ocluido, *Lip Trill*. La maestra les indicaba que dichos ejercicios debían realizarse con la mayor relajación posible, la vibración labial debía ser burbujeante y lenta. Estos ejercicios alcanzaban a trabajar hasta 2 octavas de rango vocal y se utilizaba el glissando como herramienta para transitar entre los intervalos, la maestra les indicaba que mientras más gradual se trabajen los glissandos, mejor se entrenaría la zona media de su rango vocal y la transición de sus registros vocales. Dichos ejercicios alcanzan notas bastante agudas alrededor de A5 y para lograrlas la maestra les indicaba que debían “adelgazar” el sonido. Les señalaba que no hay inconveniente en que el sonido sea de volumen bajo pues el objetivo es que saliera de forma libre y ligera. Los ejercicios que se realizaron en esta sección se detallan debajo. Se utiliza la tonalidad de C o F como referencia pues cada ejercicio recorría por semitonos, todas las tonalidades.

- Lip Trill con Glissandos de 5ta y 8va:

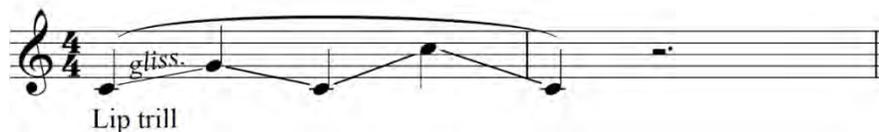


Figura 10.

Ejercicio Lip trill 1 - Segunda etapa del laboratorio: Sección de calentamiento.

- Lip Trill con Glissando y Arpeggio de 8va



Figura 11.

Ejercicio Lip Trill 2 - Segunda etapa del laboratorio: Sección de calentamiento.

Entrenamiento:

Los ejercicios que conformaron esta segunda sección eran muy diversos, variaban de sesión a sesión y tenían diferentes objetivos. La propuesta pedagógica para esta sección fue la práctica de ejercicios que entrenen los registros vocales de forma aislada y otros que busquen la unificación y homogeneidad de éstos. Se expondrán dichos ejercicios en tres grupos, aunque esto no represente el orden cronológico en el que se presentaron en las sesiones.

Entrenamiento M2 o Voz de cabeza

Un grupo de ejercicios buscaba entrenar principalmente el registro vocal M2 o voz de cabeza. Dichos ejercicios alcanzaban en promedio la nota B5 y el objetivo era ejecutar esas notas de forma ligera, flexible, nítida, relajada y resonante, más no necesariamente con potencia. La maestra continuamente les daba la indicación de “adelgazar” el sonido en las notas más agudas. Para lograr el sonido ligero deseado les indicaba soltar y relajar la mandíbula e inclusive mencionaba que las participantes podían imaginar que casi estaban inhalando al momento de llegar a esas notas agudas, cómo lo podría ser C6. Dichos ejercicios se ejecutaban con diversas formas de expresión, legato, staccato y en su mayoría glissandos. Cabe destacar que la maestra Luna les mencionó que notas cómo C6 no se iban a ejecutar con frecuencia en el repertorio de música popular, pero entrenar la emisión de esas notas sí resulta útil y sano como trabajo

funcional para el instrumento. Los ejercicios que se realizaron en esta sección se detallan a continuación. Se utiliza la tonalidad de C solo como referencia, pues cada ejercicio recorría por semitonos varias tonalidades.

- Glissando ascendente de 8va y Arpeggio descendente en Staccato con vocal “U”



Figura 12.

Ejercicio 1 Voz de cabeza - Segunda etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

- Glissando en Salto de 8va ascendente y descendente Vocal “U”:

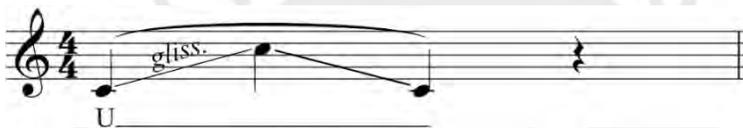


Figura 13.

Ejercicio 2 Voz de cabeza - Segunda etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

Entrenamiento M1 o Voz de pecho

Estos ejercicios buscaban entrenar de forma aislada el registro vocal M1 o de pecho. Para un grupo de estos ejercicios la especialista le solicitaba a las participantes que busquen un sonido lo más parecido al habla y que mantengan un volumen en 5 o 6 de una escala del 1 al 10. Además, les indicaba que al ir subiendo las notas, ellas debían aligerar el sonido y que también no “pesen” los graves, sino intentar mantenerlos ligeros y presentes. Les recordaba que este registro no requiere una coordinación fono-respiratoria muy demandante sino al contrario, el flujo de aire que éste demandaba era similar al del habla.

Para otro grupo de ejercicios en este registro vocal, la maestra Luna les propuso buscar un sonido oscuro, parecido al de un tenor o un señor. Este debía sonar bostezado, portentoso y debían levantar el paladar blando. La especialista indicaba que el objetivo de este tipo de ejercicio no era entrenar la transición de un registro de pecho a uno mixto, sino mantener ese sonido modal hasta donde se pueda de forma sana. Para esto recomendaba buscar el vibrato, pues mencionó que este ayudaba a evitar la tensión. Los ejercicios que se realizaron en esta sección se detallan a continuación. Se utiliza la tonalidad de C solo como referencia, pues cada ejercicio recorría por semitonos varias tonalidades.

- Arpeggio de 5ta con vocales A y E:

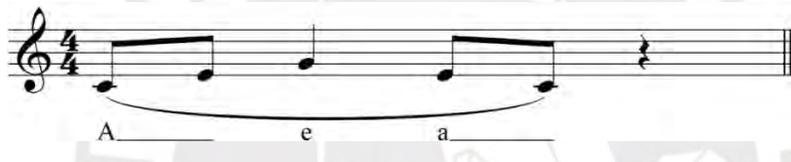


Figura 14.

Ejercicio 1 Voz de pecho - Segunda etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento

- Arpeggio de 3ra con vocal A:



Figura 15.

Ejercicio 2 Voz de Pecho – Segunda etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento

Entrenamiento de Voz Mixta

A este grupo de ejercicios se les dedicaba más tiempo en las sesiones de la segunda etapa del laboratorio. Buscaban entrenar el registro vocal mixto y todas sus posibilidades. La maestra aclaró que este registro no se presentaba únicamente con un sonido, sino que tiene una cantidad casi infinita de posibilidades sonoras haciendo un símil a una escala de grises, uno decidía de acuerdo con lo que se deseaba en el repertorio, qué color utilizar.

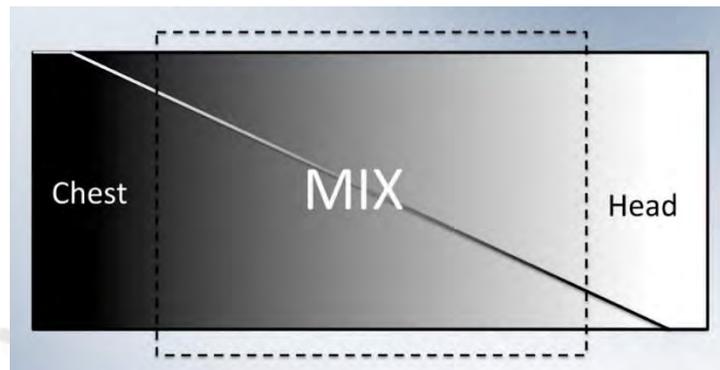


Figura 16.
Imagen explicación Registro Fonatorio Mixto

Para explicar con más claridad la maestra utilizó el siguiente gráfico. En el que el color negro simbolizaría el registro de pecho, el color blanco el de la voz de cabeza y toda la escala de grises representaría todas las posibilidades que ofrece el registro de voz mixta.

La maestra Luna realizaba diversos ejercicios, algunos buscaban entrenar la voz mixta en general y otros trabajar registros mixtos con más predominancia de voz de pecho o de voz de cabeza. Basándonos en el gráfico podría decirse que se buscaba entrenar grises oscuros, también grises claros y toda la escala de grises en general. Para los ejercicios que tenían como objetivo unificar el sonido de todo el rango vocal y entrenar la voz mixta en general, la maestra les indicaba que la emisión de voz debía ser parecida al habla, que intentasen mantener un sonido ligero y pensar que la emisión era la de una niña de 11 años resultaba muy útil. Para estos

ejercicios la maestra indicó que se utilizaría el “*twang*”⁶ como valiosa herramienta, y que estos sonidos debían ser estridentes, brillantes y metálicos. La maestra probó diversos sonidos sin alturas, dichos sonidos fueron: Nei, wawawa, ñañaña, y se decidió usar el que le salía con más potencia a cada participante. Una vez que cada participante encontró la sílaba más estridente, la maestra Luna les indicó que agreguen un sonido “lloroso” con el fin de darle un poco de más apertura. Los ejercicios principales que se realizaron en esta sección se detallan a continuación. Se utiliza la tonalidad de C solo como referencia, pues cada ejercicio recorría por semitonos varias tonalidades.

- Arpeggio de 8va con “Nei”:



Figura 17.

Ejercicio 1 Voz Mixta - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

- Arpeggio de 12va con “Nei”:



Figura 18.

Ejercicio 2 Voz Mixta - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

- ¡Hey Taxi! Salto de 8va:



Figura 19.

Ejercicio 3 Voz Mixta - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

⁶ *Twang*: Estrategia resonancial o de resonancia que genera una calidad vocal que se caracteriza por producir un sonido brillante y estridente al cantar. La principal característica fisiológica es el estrechamiento del espacio o tubo epiglótico.

- ¡Hey Taxi! Salto y Arpeggio de 8va:



Figura 20.

Ejercicio 4 Voz Mixta - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

Como se mencionó anteriormente también hubo ejercicios que buscaban entrenar ciertas zonas específicas del registro de voz mixta. Estas zonas son conocidas como *Head Mix* y *Chest Mix*. El término hace referencia a un registro vocal mixto con predominancia de registro de voz de cabeza y el segundo con predominancia de voz de pecho.

Para los ejercicios de *Head Mix* la maestra Luna les solicitaba a las participantes que buscaran un sonido metálico y brillante. Les comentaba que el objetivo de algunos de estos ejercicios no era buscar un sonido bello, sino más bien un sonido que se podría considerar “feo” es decir, muy estridente, nítido y sin fugas de aire. Les mencionaba que debían mantener esa predominancia de registro de cabeza, pero con moldes vocales muy parecidos al habla para conseguir un sonido acorde a la música popular y así tomar distancia de un sonido que podría ser similar al lírico. A continuación, un ejemplo de los ejercicios realizados para entrenar *Hed Mix*, se utiliza la tonalidad de C solo cómo referencia, pues cada ejercicio recorría por semitonos varias tonalidades.

- Arpeggio descendente de 5ta:



Figura 21

Ejercicio Head Mix - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

Para los ejercicios destinados a entrenar el registro de *Chest Mix*, la maestra Luna hizo mucho énfasis en la búsqueda de un sonido hablado. Es por esto que uno de los principales ejercicios de este tipo utilizaba expresiones cotidianas como “¡Hey!”. Les solicitaba además que no llegaran a cambiar a un registro más ligero, si no que intenten mantener la predominancia de pecho. Estos ejercicios también entrenaban sonoridades como el *Belting*, pues este conocido concepto vocal suele ejecutarse con el registro de Chest Mix o mezcla de pecho. Para estos ejercicios la maestra indicó que se trataba de realizar un sonido parecido a un grito, pero con total control. Les solicitaba a las participantes no buscar volumen, si no brillo y les dió algunas herramientas para lograrlo. Una de ellas era pensar que la voz era emitida por alguien que estaba muy lejos o también que le agreguen un sentido de queja o llanto al sonido. A continuación, un ejemplo de los ejercicios realizados para entrenar Chest Mix, se utiliza la tonalidad de C solo como referencia, pues cada ejercicio recorría por semitonos varias tonalidades.

- ¡Hey! Escala de 5ta descendete

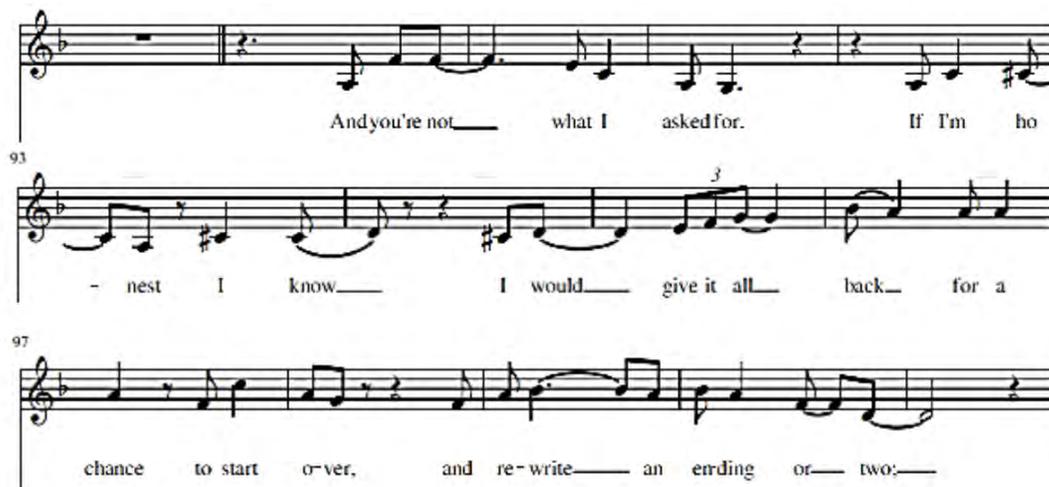


Figura 22.

Ejercicio Chest Mix - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

Repertorio

Como se ha mencionado anteriormente el repertorio seleccionado fue “She Used To Be Mine”, la práctica de este se incorporó a partir de la sesión 10 y se trabajó un fragmento específico de la canción. Dicho fragmento es el siguiente y va del compás 88 al 101. La partitura completa de la canción se encuentra en la sección de [Anexos](#).



The image shows a musical score for the song "She Used To Be Mine". It consists of three staves of music in a single system, with lyrics written below the notes. The first staff starts at measure 93 and ends with the lyrics "And you're not what I asked for. If I'm ho". The second staff starts at measure 93 and ends with the lyrics "- nest I know I would give it all back for a". The third staff starts at measure 97 and ends with the lyrics "chance to start over, and re-write an ending or two;". The music is written in a single treble clef with a key signature of one flat (Bb) and a 4/4 time signature. The lyrics are: "And you're not what I asked for. If I'm honest I know I would give it all back for a chance to start over, and re-write an ending or two;".

Figura 23.

Partitura inicio de la sección climática de "She used to be mine".

La maestra Luna como parte del entrenamiento propuso que dicha frase sea ejecutada en registro mixto con mayor proporción de voz de cabeza. Y para esto explorar diversos sonidos, explicó que se incorporaría una herramienta llamada “*twang*”. Explicó que los sonidos ejecutados con dicha herramienta debían ser estridentes, muy brillantes y metálicos. Y para conseguirlo la maestra explora con las participantes diversos sonidos sin alturas: Nei nei, wawa, ñaña, y para el entrenamiento se decidió usar sonido que le salga con más potencia a cada participante. Después de que las participantes encontrarán la sílaba más estridente, la maestra indicó que le agregaran un sonido lloroso a dicha sílaba para darle un poco de más apertura.

Además, también un poco de fuerza abdominal, haciendo alusión a la ejecución de una sentadilla o un ejercicio similar. De esta manera se realizó un ejercicio previo a la ejecución del fragmento musical seleccionado.

El ejercicio utilizado fue el siguiente:

- Arpeggio de 8va con sílaba Nei (1 3 5 8 8 8 8 5 3 1): La maestra dió la indicación de dar un poco más de peso y estridencia a las notas graves del arpeggio. Pues explicó que precisamente esas notas eran las más difíciles de sonar potentes en registro de head mix. La maestra les explicó que para que las notas agudas suenen potentes y resonantes, como lo exigía el momento de la canción, debería “llorar” dichas notas. En el ejemplo se utiliza la tonalidad de C solo como referencia, pues el ejercicio recorría por semitonos varias tonalidades.



Figura 24.

Ejercicio 2 Head Mix - 2da etapa del laboratorio: Sección de entrenamiento.

Posteriormente al ejercicio se practicó el fragmento seleccionado con las indicaciones dadas previamente para el ejercicio anterior. La maestra escuchó a cada participante y les dió indicaciones acordes a las necesidades particulares de cada una. Adicionalmente al finalizar la sesión la maestra Luna les recomendó, como parte del entrenamiento, ejecutar toda la canción con el registro *head mix* como si no tuviesen otra posibilidad. Explicó que tener un buen *head mix* era una gran herramienta para ejecutar notas agudas, pues si un cantante tiene un espectáculo de más de 1 hora, varias veces a la semana o inclusive dos shows en un solo día, no sería realista ni sano para nuestro instrumento *beltear* todas las notas agudas del repertorio.

En la sesión 11, la maestra Luna inició el segmento de entrenamiento del repertorio, recomendando que se debe ir de menos a más en esta canción y en la mayoría del repertorio. Esto aplica para las dinámicas, interpretación, resonancia y para la elección de registros vocales. La maestra sugirió que al inicio utilicen su registro mixto y posteriormente fueran sacando el *belting*. Señaló que en la referencia de “*She used to be mine*” interpretada por Jessie Mueller, ella realiza *belting* para el coro final. La maestra mencionaba que no necesariamente se tiene que realizar de esa misma manera, sino que sería recomendable primero buscar una emisión sana, nítida y luego de eso, ver si se le puede poner más potencia o intensidad. La maestra decidió practicar la parte climática de la canción, para que de esta manera pudiera ver cuáles eran las necesidades técnicas que tenían las participantes y así abordarlas. El fragmento fue el siguiente y va del compás 88 al 149:

88
And you're not what I asked for. If I'm ho
93
- nest I know I would give it all back for a
97
chance to start o-ver, and re-write an ending or two;
102
For the girl that I knew, Who'll be re-ckless just e-nough.

108
Who'll get hurt, but who learns how to toughen up when she's bruised,

114
and gets used by a man who can't love, and

119
then she'll get stuck and be scared of the life that's inside
her. Growing stronger each day, 'til it finally reminds
her, to fight just a little to bring back the fire in her eyes.

133
That's been gone but used to be mine.

139
Used to be

145
mine. She

Figura 25.
Partitura 2do Coro (sección climática) "She used to be mine".

Luego que cada participante cantó el fragmento mencionado, la maestra dio varias indicaciones. Propuso que sólo para fines de estudio, desconecten momentáneamente las emociones. Mencionó que esta sección es muy eufórica y de no ser tratada con la mente calmada, se corre el riesgo de exigirle demás al instrumento.

Indicó que en secciones como primer coro (del compás 37 al 70), se debían acentuar solo algunas sílabas para ir construyendo el clímax y no agoten sus esfuerzos sin sentido. Además, indicó que las notas graves fueran emitidas de forma muy parecida al habla y que sean aprovechadas para “descansar”. Para la emisión larga de la palabra “mine” (compás 137 al 143) indicó que esta no sea pesada ni que se intente engrosar el sonido. Sugirió llevar las notas climáticas al quejido, cerca al llanto, porque eso las iba a alejar del grito. Explicó además la importancia de tener pautados los momentos precisos para respirar y la correcta apertura mandibular, abriendo considerablemente la boca.

La última sesión del laboratorio fue dedicada en su mayoría a la práctica del repertorio. Posterior al calentamiento, la maestra les pidió a todas las participantes que canten la canción completa con la pista. La maestra escuchó a cada participante y les dió indicaciones personalizadas según las necesidades observadas, el detalle de dicho proceso será analizado en el siguiente capítulo de la investigación. Las recomendaciones brindadas estuvieron relacionadas principalmente a la elección de registros vocales y estrategias para trabajar la resonancia. De esta manera finaliza la segunda etapa del laboratorio dirigida por Cleia Luna.

Posteriormente a la última sesión, se destinó un día adicional para realizar la muestra artística final del laboratorio de *Vocal Cross-training*. Dicha fecha se realizó 4 días luego de la última sesión, estuvieron presentes las maestras Jacqueline Terry y Cleia Luna, las participantes, la responsable a cargo de la presente investigación e invitados allegados a las participantes. Cada participante interpretó la canción trabajada a lo largo del laboratorio. “She Used To Be Mine”. La muestra artística fue grabada tanto en audio como en video. La ejecución de cada participante sería considerada la muestra “post laboratorio” para el análisis de comparación de variables.

CAPÍTULO III: ANÁLISIS

“Ha sido increíble, muy diferente a todo lo que he vivido. Se han abierto las puertas a muchas posibilidades sonoras. Integrar ambas etapas del laboratorio ha sido demasiado enriquecedor”

(Layla, entrevista 2).

El presente capítulo abordará de forma dedicada el análisis que busca responder a la pregunta principal de la presente investigación. Como se mencionó en la Metodología planteada en el primer capítulo de la tesis, la investigación cuenta con diversas fuentes de información: audio y video de cada sesión del laboratorio, un cuaderno de campo proveniente de la observación externa sobre el desarrollo de cada sesión, entrevistas semi estructuradas que se les realizaron a las participantes y las bitácoras personales que redactaron las participantes sesión a sesión. A continuación, se procederá a mostrar y hacer dialogar toda esta suma de información para poder analizar la influencia que tendría el laboratorio de *Vocal Cross-training* en las tres participantes.

Es importante mencionar que la estructura del presente capítulo fue diseñada con fines didácticos para conseguir el óptimo entendimiento del análisis. Pues como sugiere el modelo no lineal de la voz de Titze & Abbott (2012), con el que la presente investigación está de acuerdo, la producción de la voz es un proceso sofisticado que implica la coordinación de diversos sistemas y órganos. La fonación afecta a la respiración, la resonancia afecta a la fonación, la articulación afecta a la resonancia, como ellos mencionan “todo afecta a todo”.

El capítulo está estructurado en 6 secciones, cada una correspondiente un aspecto de la ejecución vocal que se vio influenciado por el entrenamiento del laboratorio. Estos lo son: la coordinación fono respiratoria, el manejo de los registros fonatorios, el rango vocal, la resonancia, flexibilidad y la propiocepción.

3.1. Coordinación Fono respiratoria

Esta coordinación fue desarrollándose en las participantes progresivamente y de forma favorable en diversos aspectos en los que la coordinación fono respiratoria repercute.

En cuanto a la durabilidad de las notas ejecutadas, se apreció lo siguiente: En las sesiones 1 y 2 la maestra indica realizar una toma de aire por cada arpegio ejecutado en los ejercicios de la sección de entrenamiento (5tas, 8va, 9na y 12va). Las participantes ejecutaron los ejercicios de dicha manera y según la data recolectada de sus bitácoras personales y entrevistas, las tres expresaron que el entrenamiento de estas dos primeras sesiones les resultó muy demandante. A excepción de Aixa quien demostró habilidad en cuanto capacidad de aire desde la primera sesión.

En la sesión 03, la maestra les solicitó hacer 3 arpegios consecutivos de 5ta con una sola toma de aire. Layla lo intentó, pero aún sin poder lograrlo, la maestra le indicó que priorice la calidad sonido y que regrese a la indicación anterior de realizar una toma de aire por cada arpegio. En el ejercicio de arpegios de 9na, la maestra les pide realizar 2 arpegios consecutivos con una toma de aire. Melisa lo intentó, pero no lo pudo lograr. Su sonido era inestable, la maestra le da la misma indicación que a Layla. Melisa realizó una toma de aire por cada arpegio y su sonido mejora considerablemente. Para el ejercicio de salto de 8va, la maestra Terry propone realizar tres saltos consecutivos solo con una toma de aire y las participantes esta vez sí lograron realizarlo satisfactoriamente.

Posteriormente en la sesión 4 y 5 se pudieron observar cambios considerables. Por ejemplo, en la cuarta sesión la maestra dió la indicación de realizar los tres arpegios de 5ta de forma consecutiva y ejecutados con una sola toma de aire. La maestra le pidió a Layla realizar el ejercicio de esta manera y la participante lo logró satisfactoriamente. En el ejercicio de Arpegio

de 9na, la maestra dió la indicación de hacer dos arpegios consecutivos con una sola toma de aire, Melisa lo logra en la cuarta sesión y Aixa en la quinta sesión. En el ejercicio de arpegio de 8va, la maestra da la indicación de realizar tres arpegios consecutivos con una sola toma de aire. Aixa lo logra satisfactoriamente en la cuarta sesión y Melisa en la quinta.

La indicación general para el ejercicio de arpegio de 12va era realizar 3 arpegios en la misma tonalidad, pero con diferentes sílabas. El primero se ejecutaría con la sílaba Re, el segundo con la sílaba Ro y el tercero con Ra. En las sesiones 4 y 5 la maestra propuso realizar los dos primeros arpegios de forma consecutiva con una sola toma de aire y respirar velozmente por la boca, para realizar el 3er arpegio. En ambas sesiones las tres participantes lograron realizar el ejercicio con eficacia.

Las alumnas demostraron progresos considerables en cuanto a la durabilidad de su aire. Se constató que en las sesiones 6 y principalmente 7, las tres participantes lograron ejecutar 3 arpegios consecutivos con una sola toma de aire en los ejercicios de arpegios de 5ta, 8va y 9na. También consiguieron ejecutar dos arpegios consecutivos con una sola toma de aire en el arpegio de 12va. Observamos de esta manera que, a lo largo de las 7 sesiones correspondientes a la primera etapa del laboratorio, se obtuvo un progreso considerable en las participantes en cuanto a la dosificación del aire y durabilidad del sonido.

En cuanto a la comparación de variables pre y post laboratorio, con relación a la canción “She used to be mine”, se observó y analizó lo siguiente: Dentro de la sección climática de la canción específicamente en el minuto 3:15, se presentan dos notas largas con la palabra “mine”, cada nota dura 9 segundos ininterrumpidos. En el video prelaboratorio, Aixa y Layla no lograron dicha durabilidad en esa sección y se percibía agotamiento. En cambio, en el video de la muestra final del laboratorio, es decir en el video post, ambas lograron que las dos notas largas duraran el

tiempo óptimo, sonando con la estabilidad y potencia necesarias. Estos cambios observados en el repertorio demuestran que el entrenamiento favoreció la coordinación fono respiratoria de las participantes.

Esto que se observó es respaldado por las respuestas que dio Layla, en una de las entrevistas que se le realizaron al preguntarles si había percibido algún cambio en su coordinación fono respiratoria: “(...) la forma en la que utilizo el aire ha cambiado gracias al laboratorio. Ahora puedo dosificarlo y utilizarlo a mi favor. Siento que esa coordinación ha mejorado mucho”.

Además de la dosificación del aire y durabilidad del sonido, hay algunos otros aspectos de la coordinación fono respiratoria que son importantes de analizar. Reconocer cuándo y de qué manera respirar según el contexto del repertorio, es muy importante y debe entrenarse. En la comparación de los videos pre y post de la participante Aixa, se observó que en el primer video no escogía adecuadamente los momentos para respirar. En cambio, en el video post, este inconveniente se resuelve, dando fluidez a sus frases. Esta percepción es corroborada por lo que ella manifiesta en una de sus entrevistas: “(...) tengo mucha más conciencia de mi respiración. Sobre todo, en saber en qué momento es mejor respirar. Ahora que tengo eso más claro, siento que me fatigo menos”.

En la segunda etapa de entrenamiento en canto popular, la maestra Cleia Luna impartió información relevante acerca de la coordinación fono respiratoria y su relación con los registros vocales. Cleia Luna explicó la importancia de conocer el volumen de aire que deben utilizar para la emisión del registro vocal que se desee ejecutar, dependiendo de la potencia que la sección musical requiera y sus dificultades técnicas personales. Comentó que para lograr un sonido con potencia como lo requería toda la zona de clímax en *She Used To Be Mine* que va del minuto

2:11 al 3:36, podría ser útil ejecutar ciertas secciones con un registro de voz mixta con predominancia de voz de cabeza y otras con más predominancia de voz de pecho. Explicó que para lograr un *Head Mix* potente, se necesitaba una buena dotación de aire para lograrlo. En cambio, el registro de pecho o *mix* con predominancia en pecho, como lo podría ser el *belting*, se podría requerir una menor dotación de aire para lograr un sonido potente, libre y sano.

Esta información resultó muy útil para las participantes, en particular para Aixa. En su video prelaboratorio y durante las sesiones de laboratorio de la segunda etapa, se percibió que la emisión de ciertas frases pertenecientes a la zona climática de la canción se escuchaba tensas al querer ser ejecutadas con un registro de *Chest Mix* con sonoridad de *belting*. Luego de las explicaciones y entrenamiento impartido por la maestra luna, se puede apreciar en su video post laboratorio, que dichas frases sonaron menos tensas y con la potencia requerida. Esto es respaldado por la apreciación de la participante, quien manifestó en una de las entrevistas lo siguiente: “también entendí mucho más cómo funciona la respiración en el canto y sobre todo cómo utilizarlo a mi favor dependiendo del registro en el que esté cantando”.

3.2 Mecanismos laríngeos o registros fonatorios

Este aspecto es uno de los más ricos en información en el proceso del laboratorio de VCT. Como se mencionó anteriormente, se ha decidido revisar los registros fonatorios de forma aislada solo por fines didácticos en el análisis y explicación de la investigación. Los registros y el resultado final que escuchamos en la voz cantada son indisociables del fenómeno de la resonancia ya que el tracto vocal interactúa con los armónicos generados en los pliegues vocales.

Como sabemos, el entrenamiento vocal y repertorio del canto lírico utiliza mayoritariamente el registro de cabeza o M2. Por lo tanto, la primera etapa del laboratorio

dirigido por la maestra Terry priorizó inevitablemente el entrenamiento de este registro. Y de hecho eso era uno de los principales intereses del enfoque del laboratorio. Comenzaremos entonces a analizar lo sucedido respecto a este registro fonatorio.

3.2.1. Registro de cabeza o M2

“¡He amado el registro que trabajamos con Jacquie! Ese sonido, yo no lo tenía y yo no sabía que podía hacerlo, amé el sonido que logré” (Layla, entrevista 2).

Las tres participantes tenían entrenamiento vocal previo y nivel técnico muy similar. Reconocían su registro de cabeza, podían acceder a este con facilidad y lo ejecutaban de forma sana. Y aunque su fonación no era fluida en toda su extensión, esta no era excesivamente aireada ni tampoco hiperfuncional o apretada. En la primera sesión del laboratorio, la maestra Jacqueline le preguntó a las participantes cuál era su problemática técnica actual. A lo que las participantes tuvieron respuestas similares. Melisa expresó: "Debo reforzar mis agudos, mi registro de cabeza. He estado cantando música Criolla y eso ha hecho que deje un poco de lado mis agudos", Layla respondió: "Necesito afianzar mi voz de cabeza, no la he podido trabajar lo suficiente" y Aixa: "Me falta resistencia y más confianza para llegar a las notas altas". Es satisfactorio para la investigación apreciar al finalizar el laboratorio, que las participantes lograron un notorio progreso en su registro fonatorio de cabeza (m2). Inclusive una de ellas considera dicho logro como el más notorio de su experiencia en el laboratorio.

A lo largo el análisis se hará referencia en varias oportunidades a lo sucedido en las sesiones de entrenamiento, se recuerda que se puede acceder a los videos y al cuaderno de campo de cada sesión del laboratorio en la sección de [Anexos](#).

Desde las primeras sesiones se pudieron percibir cambios en el registro de cabeza de las participantes. Todos los ejercicios que la maestra Terry proponía entrenaban dicho registro e iba por ende fortaleciéndolo y resolviendo dudas de las participantes.

En las primeras tres sesiones se pudieron apreciar distintos inconvenientes que las participantes presentaron y que fueron superando poco a poco gracias a las indicaciones de la maestra Terry, que pueden encontrar más a detalle en el capítulo anterior, y también gracias a la disposición que ellas mostraban en el entrenamiento.

Algunas de las dificultades mencionadas fueron las siguientes. En la primera sesión del laboratorio, en el ejercicio de Arpegio de 9na, podemos apreciar que alrededor de la nota mi 4 el sonido de Melisa era un poco aireado y su cuerpo se percibía algo tenso; se le indicó que aumente su toma de aire. En la sesión 02 en el ejercicio de Arpegio de 9na, con las sílabas Re, Ro y Ra, Aixa inicia las notas graves con registro de pecho y al subir cambia a registro de cabeza, esto le generaba inestabilidad y un sonido no homogéneo. La maestra a modo de entrenamiento le indicó que intente ejecutar todo con un mismo registro. En esa misma sesión se implementa el ejercicio de Arpegio de 12va. A las alumnas les costó encontrar un sonido fluido y presente con este ejercicio, sobre todo a Layla. En la tercera sesión realizan un ejercicio de saltos de 8va, y se puede apreciar que a Aixa y a Melisa les cuesta un poco ir directamente a la 8va superior.

Además de las dificultades percibidas, durante las primeras 3 sesiones, las participantes también tuvieron momentos satisfactorios como se podrá apreciar posteriormente en el análisis sobre los cambios en el rango vocal y en otros aspectos. Se decidió agrupar las dificultades en este registro fonatorio para exponer información de forma ordenada y que esto ayude a la comparación posterior.

En la sesión 04 se empiezan a percibir progresos sonoros en su registro M2. En los ejercicios de Arpegio de 9na y 12va, el sonido de Melisa se percibe más libre, potente, unificado y fluido en comparación a sesiones anteriores. Lo mismo sucede con Aixa en el ejercicio de Arpegio 12va. En la sesión 05 en el ejercicio de arpegio de 9na Layla tuvo un excelente desempeño y la maestra le expresó lo siguiente: “hoy noto que lograste algo y que espero que lo guardes para para toda su vida como cantante, hoy lograste corregir algo muy importante”. En el ejercicio de Arpegio de 8va, Melisa mostró una fonación cada vez más fluida, un sonido libre y potente. En el ejercicio de Arpegio de 12va, se oyó un poco aireado y apretado el sonido de Aixa a diferencia de los otros ejercicios. Como se mencionó el proceso no fue lineal, lo cual en el canto y en toda disciplina artística es común y debemos ser invitados a la perseverancia.

En la sesión 06 se continuó con el entrenamiento y se fue logrando ampliar el límite superior del rango vocal de las participantes. Para la última sesión de la primera etapa del laboratorio, se pueden observar cambios contundentes. Estos se pueden percibir con mayor claridad en los ejercicios de Arpegio de 5tas y 12, en los que las participantes muestran una ejecución con fonación fluida, un sonido potente, libre y ágil. La maestra las felicita por los cambios que fueron evidentes en las 3 participantes.

Esta percepción de claro progreso en las participantes en este registro fonatorio, obtenida de la observación externa, se respalda en lo expresado por las participantes en la entrevista que se les realizó al finalizar la primera etapa del laboratorio. Aixa expresó “(...) empecé a sentirme muy cómoda con mi voz de cabeza y mis agudos. (...) Ahora siento que conozco mucho mejor mi voz de cabeza”. Layla al preguntarle cómo siente que han impactado en su técnica las primeras 7 sesiones de entrenamiento, responde: Después de estas 7 primeras sesiones siento que mi voz ha mejorado mucho, sobre todo mi registro de cabeza. He alcanzado notas que no habría

imaginado”. Y Melisa expresa algo muy similar: “Mi registro de cabeza, está mucho más fuerte, puedo llegar mucho más arriba que antes. Ahora me fatigo mucho menos con los agudos”.

Cómo se puede apreciar la primera etapa del laboratorio de VCT trabajó constantemente en buscar un sonido estable, limpio, una voz resonante y fonación fluida en el registro de cabeza. Las indicaciones de la maestra Terry principalmente sobre la coordinación fono respiratoria, solicitarles realizar los ejercicios con un mismo registro, la búsqueda de un sonido homogéneo e invitar a las participantes a tener la habilidad de la propiocepción despierta fueron factores fundamentales. Las participantes tuvieron un proceso, que como todo proceso no fue lineal pero que sí estuvo en constante ascenso. Claramente los ejercicios e indicaciones de la maestra Terry lograron resultados tangibles en la voz de las participantes y en particular en su registro M1.

En la segunda etapa del laboratorio, este progreso continuó en ascenso. La maestra Cleia Luna siguió el proceso de las participantes durante la primera etapa del laboratorio por lo tanto eso se tuvo en consideración en la programación de las sesiones de la segunda etapa y los ejercicios a trabajar. En diversas sesiones se vieron ejercicios que siguieron entrenando la voz de cabeza de las participantes. Se hicieron ejercicios de *glissando* y *staccato* de 8va, en los que las participantes alcanzaron las notas más altas ejecutadas con registro de cabeza o m2 en todo el proceso del laboratorio. Los ejercicios proponían alcanzar notas como B5 o C6, al inicio a las participantes se les dificultó un poco, pero gracias al entrenamiento previo y las indicaciones de Cleia, como el relajar la mandíbula y adelgazar el sonido, lograron realizar los ejercicios y alcanzar dichas notas. Fue así como en la segunda etapa del laboratorio se consolidó el progreso en este registro fonatorio, mejorando los índices de resistencia glótica en la fonación de las participantes.

3.2.2. Registro fonatorio de pecho o MI

Por la naturaleza del repertorio popular, este registro fonatorio se entrenó principalmente en la segunda etapa del laboratorio, y mostró enriquecedor para las participantes. En base a lo previamente observado en la ejecución de las participantes, se buscaba lograr una fonación fluida, resonante y, sobre todo, libre de tensión o presión excesiva. Y satisfactoriamente, eso fue lo que sucedió.

Como en todo proceso al inicio las participantes mostraron ciertas dificultades al realizar los ejercicios, pero las indicaciones de la maestra Luna favorecieron la pronta mejora en la fonación del registro de pecho. Por ejemplo, en la sesión 08 la maestra realizó un ejercicio para entrenar el registro mencionado, este consistía en hacer un Intervalo de 2da con glissando y con la vocal O. La participante Melisa al inicio emitió un sonido que se percibía pesado, se infiere que hubo un exceso de presión subglótica. La maestra le indicó que disminuya un poco la intensidad y que intente mantener ligeras las notas graves. Melisa intentó realizarlo nuevamente con las indicaciones de la maestra y el sonido se percibió más libre. En la sesión 09 se propone un ejercicio que consistía en realizar dos Arpeggio de 5tas de forma consecutiva y a Aixa le sucede algo similar a lo que le sucedió a Melisa en la sesión anterior. Su sonido se percibía presionado. Y he hecho en este mismo ejercicio se percibió mejoría en la fonación de Melisa en este registro, este se mostró más libre y homogéneo. Posteriormente en la misma sesión (09) que fue en la que más entrenaron el registro de pecho, la maestra propuso un ejercicio para trabajarlo de forma aislada. En el que debían ejecutar un arpeggio de quinta imitando el sonido de un señor o un tenor, la maestra mencionó que el objetivo en ese ejercicio no era mezclar si no mantener ese sonido hasta donde se pueda de forma sana. Las indicaciones eran dar un buen volumen o intensidad, mantener una buena apertura de sus bocas, buscando un sonido parejo, bostezado y

portentoso. Las participantes se mostraron sorprendidas por la peculiaridad del ejercicio y les sorprendió aún más los resultados. Se observó que Layla y Melisa, lograron rápidamente un sonido portentoso, resonante, libre. Aixa al inicio le costó encontrar el sonido, y se percibía tensión. La maestra le indicó que busque emitir las notas con vibrato, eso le ayudaría a evitar la tensión. Además, le mencionó que tomara el ejercicio de forma menos seria, que era de carácter exploratorio y que inclusive lo haga a modo de broma, tratando de imitar a un señor. Aixa lo intentó nuevamente y esta vez logró el sonido deseado, resonante y fluido.

Durante las siguientes sesiones se continuó entrenando el registro de pecho y la fonación fluida de este. Las participantes lograron una fonación menos presionada y se infiere que se consiguió la pertinente disminución de la presión subglótica. Su sonido se percibió con la potencia necesaria, pero sobre todo con más libertad y facilidad en la producción de sonido. Esta percepción se ve respaldada por las respuestas de las participantes a las preguntas realizadas en la segunda entrevista. A la participante Layla, se le preguntó: ¿Consideras que el manejo de tus registros vocales ha cambiado?, ella respecto a este registro respondió: “(...) hace mucho tiempo que no entrenaba los registros más de pecho y también el *belting*, entonces sentí que inicié descolocada. mi pecho y *belt* estaban muy pesados, similar al grito. Y ahora siento que ha mejorado, logré aligerarlo y encontrar un brillo muy interesante”. A esa misma pregunta Melisa respondió entre otras cosas lo siguiente: “... he encontrado un pecho y *chest mix* sano!! subir con potencia de forma sana ha sido muy satisfactorio”.

3.2.3. Registro mixto

Como se ha observado anteriormente, las participantes tuvieron un proceso enriquecedor para sus registros fonatorios de cabeza y pecho durante el laboratorio. Como la mezcla o *Mix* es precisamente la gradiente que se encuentra entre esas dos configuraciones mecánicas de los

pliegues vocales, podemos comprender que, al mejorar la ejecución de esos dos registros, el enriquecimiento por consecuencia del registro de *Mix* es esperable, y así se dio durante la segunda etapa del laboratorio. Esto gracias a que la maestra Luna propuso en todas las sesiones ejercicios que entrenaran el registro mixto, ya sea con más predominancia de registro de cabeza cómo lo sería el *Head Mix* como un *Mix* con más porcentaje de registro de pecho como lo es el *Chest Mix*.

El proceso no fue lineal, entrenar este registro era relativamente nuevo para ellas, sus sonidos y sensaciones durante la exploración realizada a través de los ejercicios fueron cambiando sesión a sesión. Sin embargo, al finalizar las sesiones se pudo percibir un proceso que resultó enriquecedor para las participantes y un progreso notable en la fonación de este registro y sus gradientes.

En la octava sesión del laboratorio, la respuesta de las participantes al primer ejercicio para entrenar el *Head Mix* se percibió de forma favorable. Este consistía en realizar un arpeggio de 5ta descendente por intervalos de 3era y articularlo con las palabras *Never never never*. Las tres participantes, respondieron favorablemente al ejercicio consiguiendo un sonido con la compresión necesaria. La maestra les sugirió agregar una intención de tristeza o queja para enriquecer más el sonido y las participantes lograron llegar hasta A3 manteniendo el *Head Mix*. Lo cual se percibe como un resultado satisfactorio.

Como se mencionó el proceso no fue lineal, en la sesión 09 se realizó un ejercicio que tenía como objetivo trabajar el *Chest Mix*. A la participante Aixa le costó encontrar el sonido ligero indicado por la maestra, pues cuando iba subiendo se percibía una fonación hiperfuncional. La maestra le dio varias indicaciones, como imaginar que el sonido es emitido por alguien que está lejos y con la repetición Aixa fue encontrando un sonido más libre y menos

presionado. Por otro lado, Melisa al ir subiendo las notas en el ejercicio no lograba mantener el *chest mix* cambiaba a registro de cabeza. Luego de las indicaciones de la maestra logró realizar el ejercicio con la potencia necesaria, pero forma libre y sana.

En la misma sesión, se propuso un ejercicio para entrenar el *Head Mix* de las participantes implementado la sonoridad *Twang*. Este tuvo como objetivo fortalecer el *Head Mix* en la zona media del rango vocal. La maestra Luna explicó que es precisamente en esa zona el *Head Mix* podría sonar débil. Se percibieron respuestas diferentes en las participantes: Aixa encontró el sonido rápidamente y logró la estridencia solicitada también en la zona media de su rango vocal. Melisa encontró el sonido luego de algunas indicaciones de la maestra y este sonaba necesaria en la zona alta de su rango vocal, pero fue disminuyendo en la zona media, fue mejorando con las repeticiones. Y Layla encontró compresión en el sonido, pero este se percibía aún con poca intensidad. La maestra le indicó repita las notas graves cuando esté practicando.

Posteriormente, en la sesión 10 se pudo observar que las respuestas de las participantes a los ejercicios que entrenaban el registro mixto eran cada vez más favorables. Se decidió trabajar el *Head Mix* de las participantes, utilizando un fragmento del repertorio como herramienta de entrenamiento. La aplicación al fragmento de la canción significó un reto mayor al tener que considerar otras variables inherentes al repertorio. Al inicio se presentaron algunas dificultades, como Layla que al ejecutar el fragmento accedía a un *Mix* más pesado, es decir un *Chest Mix*, y no al *Head Mix* solicitado. Melisa si identificó y ejecutó el fragmento con *Head Mix* pero el sonido no tenía la potencia que el momento de la canción demandaba. El *Head Mix* de Aixa se percibía con una buena compresión, pero ejecutó fragmento cambiando constantemente y a veces de forma brusca de registro fonatorio. Y la maestra les brindó indicaciones personalizadas para mejorar la ejecución en *Head Mix* de las 3 en ese fragmento, una de esas fue el aumento en la

toma de aire. Se infiere que el aumento de la toma de aire aumentaría la presión subglótica y por lo tanto la resistencia glótica mejoraría, teniendo como resultado un flujo de aire menor y un sonido más comprimido.

En la sesión 11 se percibieron notables progresos. También entrenaron los registros mixtos utilizando toda la zona climática de la canción que va del compás 88 al 149 (cuya partitura se puede apreciar en el capítulo anterior). La maestra le brindó indicaciones personalizadas a cada una y se observó que las 3 participantes respondieron favorablemente a ellas. Se percibió un mayor control en la elección de registros de *Head* y *Chest Mix* en Aixa y Melisa fue encontrando un sonido equilibrado, potente, libre y fluido en su registro Mixto.

En la última sesión se percibió un progreso notable en el manejo del registro mixto de las participantes. Melisa presenta un *Mix* resonante en varias zonas y en otras se percibe aún inestable al intentar ejecutar el *Chest Mix*. La maestra Luna felicita a Aixa por el sonido que ha logrado con su *Head Mix*, le expresa que evidentemente se percibe un progreso. Le indica que debe seguir trabajando en la elección de sus registros mixtos para lograr que las zonas que demanden un sonido más potente o comprimido se den de ese modo y no al revés como estuvo observando en algunas ocasiones.

Como se ha podido observar, las participantes tuvieron la oportunidad de identificar y explorar las posibilidades sonoras que les ofrece su registro Mixto, además se pudieron notar progresos en la fonación de estos, ya sea consiguiendo la compresión necesaria en el caso del *Head Mix*, como logrando una fonación menos presionada en su *Chest Mix*. Esta observación se respalda en las expresiones manifestadas por las participantes en la segunda entrevista que se les realizó. Aixa mencionó: "...también mi mix lo noto mucho mejor, siento que la potencia en mi registro mixto ha mejorado mucho. He descubierto que con el *twang* he encontrado una

estrategia increíble para llegar a notas más altas sin esfuerzo”. Melisa expresó algo similar: “¡He encontrado un pecho y *chest mix* sano! subir con potencia de forma sana ha sido muy satisfactorio”.

3.2.4. Unificación y transición entre los registros fonatorios

Las tres participantes del laboratorio de *VCT* expresaron en sus entrevistas que habían percibido cambios en su habilidad técnica para transitar entre sus registros fonatorios y también en la homogeneidad sonora que percibían en su rango vocal. Aixa expresó: “soy mucho más consciente de las posibilidades de mis registros, de cómo darles más textura a mis interpretaciones variando de registro vocal. Si, siento que puedo variar con facilidad de un registro a otro”. Layla también expresó: “Siento que mis registros están más unificados”. Y Melisa también menciona algo muy similar en una de sus respuestas de la segunda entrevista: “Siento que mis registros están mucho más unificados y los cambios entre mis registros, ahora fluye mucho mejor”.

En la primera etapa del laboratorio la maestra Terry solicitó constantemente que las participantes busquen un sonido homogéneo y la extensión de los ejercicios que proponía, como el ejercicio de Arpegio de 9na o 12va, entrenaba inevitablemente la transición entre los registros fonatorios de las participantes. En las primeras sesiones se pudo observar que precisamente estos dos aspectos mencionados les generaron dificultades a las participantes, en algunos ejercicios se percibían cambios bruscos de sonoridad.

Desde la tercera sesión se percibieron cambios, las participantes empezaron a lograr que sus registros suenen más unificados y sus transiciones sean casi imperceptibles. Como se puede notar en la tercera sesión en la participante Melisa en el ejercicio de Arpegio de 9na o en Aixa en el ejercicio de Arpegio de 12va. Lo mismo sucedió con Layla en la 5ta sesión en el ejercicio de

Arpegio de 9na. La homogeneidad sonora de su rango vocal y la unificación de sus registros fonatorios se puede percibir ya de forma estándar en todas las participantes en las sesiones 06 y 07 del laboratorio.

En la segunda etapa del laboratorio dirigida por Cleia Luna este aspecto continuó desarrollándose y tratándose de forma más específica. En la sesión 09, la maestra propuso un ejercicio que consistía en realizar un intervalo de 8va. La primera nota debía ser emitida con registro de pecho y se debía subir en un glissando hacia la 8va superior haciendo una transición al registro de cabeza. Las participantes lograron realizar el ejercicio con las indicaciones brindadas. Posteriormente en la misma sesión la maestra Luna propuso otro ejercicio para practicar la transición entre los registros fonatorios. La maestra les mencionó que este tipo de ejercicio era bastante demandante para el instrumento, que por supuesto lo practiquen porque resulta muy beneficioso pero que su exploración dure máximo 25 minutos.

El ejercicio consistía en ejecutar tres fonemas distintos (U, IU, A) con una misma nota sin interrumpirla, además cada fonema sería emitido con un registro distinto. El primero debía ser emitido con registro de cabeza, el segundo con Mix y el tercero con registro de pecho. Se percibió que a las tres participantes les costó realizar el ejercicio. No podían hacer las transiciones de registro o les costaba identificarlos en una misma nota. Con las repeticiones e indicaciones lograron mejorar la ejecución del ejercicio parcialmente. Ellas mencionaron que seguirían practicando dicho ejercicio durante la semana.

Posteriormente en la sesión 11, la maestra propuso hacer un ejercicio de Arpegio de 12va con la sílaba “nei” y haciendo uso de la herramienta “twang”, las tres participantes lograron realizar toda la extensión del ejercicio con un sonido homogéneo y con transiciones de registro imperceptibles.

3.2.5. Comparación de Variables Pre y Post “She Used to be Mine”: manejo de registros fonatorios

Analizando los videos pre y post de la Layla, podemos observar cambios contrastantes. En el primer video se puede percibir que la participante ejecuta la sección de Precoro y Coro con un registro de Mix de cabeza o *Head Mix*. Considerando que es una zona íntima en la canción, de igual manera el registro se percibe inestable y con fonación aireada, como se puede apreciar en el siguiente [fragmento](#). En cambio, al escuchar el mismo fragmento en el [video](#) post laboratorio, sucede algo diferente. Las notas más agudas de esa sección se perciben con una fonación fluida, se escucha un sonido con la compresión y brillo necesarios.

Otro fragmento que muestra un progreso significativo en la ejecución de Layla fue la zona climática de la canción (compás 88 al 149), en particular la emisión del fragmento de las dos palabras “mine”. En el primer video esta zona no presenta la potencia o intensidad necesarias, inclusive se percibe una fonación un poco aireada, como se puede observar en el siguiente [video](#). El sonido que se escucha en el mismo fragmento en el segundo video es completamente distinto. La participante logra ejecutar el fragmento con el registro de Chest Mix con sonoridad de Belting como se puede apreciar en el siguiente [video](#). Estos dos cambios expuestos revelan en Layla un progreso significativo en el manejo de los registros fonatorios.

Analizando los videos de Melisa, se puede observar un progreso importante en la emisión de su registro de cabeza y por lo tanto de *Head Mix*, dentro de la zona climática de la canción, en particular el compás 127 se presenta la palabra “Finally” que debe ser emitida en la nota D5 y con el registro de *Head Mix*. Como se puede apreciar en el primer [video](#), su emisión no suena con la intensidad, es decir con la compresión que la sección demanda, en cambio como se puede

apreciar en el segundo [video](#), esta vez sí se percibe un sonido brillante, fluido, con la compresión necesaria.

En la participante Aixa, se puede observar progresos en la emisión de su registro de pecho y *Chest Mix*. En el primer video se observó que gran parte de toda la zona climática de la canción está emitida con una fonación presionada o hiperfuncional en el registro de pecho, como se puede apreciar en el fragmento del siguiente [video](#). En cambio, en el segundo [video](#) tanto en la sección climática como en la primera parte de la canción se puede escuchar un sonido más libre, estable, brillante, es decir, con una fonación menos presionada.

Continuando con el análisis de los videos pre y post de Aixa, también pudimos percibir un progreso sustancial en su registro de cabeza y *Head Mix*. El primer Coro de la canción (compás 36) en el primer video de la participante Aixa, es ejecutado con el registro de *Head Mix*, este se percibe poco resonante y a ella algo incómoda como se puede apreciar el siguiente [video](#). En cambio, como se puede notar en el segundo [video](#), el registro está mejor ejecutado, pues se percibe un sonido brillante, flexible, con la intensidad necesaria. Inclusive en la emisión de la palabra “lonely” el progreso es aún más evidente en comparación al video prelaboratorio.

Como se puede observar las tres participantes mostraron progresos en el manejo de sus registros fonatorios, tanto durante las sesiones, como en la aplicación al repertorio seleccionado *She Used To Be Mine*. Por lo tanto, se puede inferir que el progreso en las participantes radica principalmente en lo siguiente: disminución de la presión subglótica excesiva en las notas agudas del registro de Pecho y *Chest Mix*, logrando un sonido que se percibe más libre, sano y una fonación menos presionada. Además, un aumento de la resistencia glótica en la ejecución del

registro fonatorio de Cabeza y *Head Mix*, logrando un sonido más comprimido, estable, potente y resonante.

3.3. Cambios en el rango vocal

La información escrita en el cuaderno de campo durante las sesiones del taller describió cambios en el rango vocal de las participantes desde las primeras sesiones de entrenamiento.

En la primera etapa del laboratorio dedicada al entrenamiento lírico, la maestra Terry iba explorando en cada ejercicio el límite superior del rango vocal de las participantes. Dichos ejercicios pertenecían a la sección de entrenamiento de las sesiones. El propósito era retarlas a alcanzar nuevas notas dándoles las herramientas, pero cuidando siempre su salud vocal y calidad de sonido.

En la primera sesión, la nota más alta que las tres participantes ejecutaron fue C5 en el ejercicio de Arpegio 9na. Y fue emitida con el registro M2 (voz de cabeza). En la sesión 02 se incorporó el ejercicio de Arpegio de 12va y las participantes Layla y Aixa logran ejecutar F5 y F#5 con registro de cabeza. En la tercera sesión la nota más alta emitida fue G5 y en la cuarta fue Ab5. En ambas sesiones dichas notas fueron ejecutadas por las 3 participantes en los ejercicios de Arpegio de 5ta, 8va, 9na y 12va. En la sesión 05 se mantuvo el límite del rango vocal de las participantes.

Y, finalmente, en las sesiones 06 y 07, las participantes logran ejecutar por primera vez la nota A5 con registro M2 en diferentes ejercicios. Melisa lo logra en el ejercicio de Arpegio de 5ta en la sexta sesión y Aixa lo logra en el ejercicio de arpegio de 8va en la 7ma sesión.

La maestra Terry fue ampliando el rango de notas de los ejercicios según la respuesta de las participantes. Y como se puede observar, las 3 participantes fueron ampliando el límite superior de su rango vocal a lo largo de la primera etapa del laboratorio.

En la segunda etapa del laboratorio de VCT, la maestra Luna propuso diversos ejercicios teniendo en cuenta lo logrado en la primera etapa del laboratorio. Es así que las participantes lograron ejecutar con el registro vocal M2 (voz de cabeza) notas como G5, Ab y A en diferentes ejercicios a lo largo de las 5 sesiones de esa 2da etapa del laboratorio. Pero es en la 9na sesión, en el ejercicio de Glissando de 8va con vocal U para entrenar la voz de cabeza, que las participantes Aixa y Melisa ejecutan C6 y Layla B5, siendo estas las notas más altas emitidas en laboratorio de VCT. Es precisamente por aquellas notas que las participantes expresaron en sus entrevistas, como se menciona en la sección de propiocepción, que el entrenamiento logró que ellas emitieran notas que jamás se habrían imaginado.

Todo lo observado indica que el VCT estimuló el aumento progresivo del límite superior del rango vocal de las participantes con un sonido resonante.

3.4. Resonancia y acústica del tracto vocal

“Lo que más he disfrutado es conocer más mi voz, todas las sesiones me sorprendía por algo, descubrir todas las posibilidades sonoras que tengo es fascinante” (Aixa, entrevista 2)

El análisis respecto a este aspecto de la técnica y producción vocal se basará principalmente en el concepto de “voz resonante” explicado en el primer capítulo de la investigación y también en las estrategias de resonancia que las participantes pudieron experimentar e incorporar a su ejecución musical.

En la primera etapa del laboratorio, se pudo percibir que la sensación de facilidad y libertad en producción vocal fue desarrollándose progresivamente y de forma favorable en las participantes. Además de un sonido que infiere una fonación fluida, es decir con la compresión necesaria, sin la hiperfunción del instrumento.

En las primeras sesiones, se pudo observar que las participantes fueron descubriendo configuraciones nuevas en su tracto vocal, y que al inicio sus voces no se escuchaban del todo libres o resonantes, inclusive se percibió una emisión hiperfuncional en ciertos fragmentos del entrenamiento. Esto es respaldado por lo que menciona Layla en su bitácora personal correspondiente a la sesión 02:

En esta sesión me di cuenta de que he estado emitiendo mi sonido de forma incorrecta. Eso ha conllevado a que la proyección de mi voz suelte un sonido muy fuerte, que se convierte en cansancio y agotamiento. Casi al final de la clase, la profesora nos hizo hacer un ejercicio que me hizo darme cuenta de que puedo tener una proyección saludable, libre y un volumen que no suene forzado sin hacerme daño. (Bitácora personal Layla Gutierrez – ver [Anexo](#))

Algo muy similar sucedía con Aixa y Melisa, como se puede percibir por ejemplo en el ejercicio de Arpegio de 12va en la sesión 02 y 03 del laboratorio.

En las sesiones 04 y 05, se empiezan a notar progresos, las voces de las participantes suenan más resonantes, libres, timbradas, llenas de armónicos. Estos se pueden apreciar principalmente en la sección de entrenamiento de las sesiones. En particular Layla muestra avances muy notables en la facilidad y a la vez potencia que ha logrado en la producción de su voz, como se puede percibir en el ejercicio de Arpegio de 9na en la sesión 05.

Ya en las sesiones 06 y 07 se puede percibir claramente una sensación de fácil producción de la voz en las participantes, logrando un sonido potente, libre, homogéneo. Estos se pueden observar en el ejercicio de Arpegio de 9na en la sesión 7 en Layla, en el ejercicio de Arpegio de 5tas en la sesión 09 en Melisa y en el caso de Aixa en el Arpegio de 12va de la sesión 07 del laboratorio. Laya en la segunda entrevista que se le realizó menciona “(...) Al finalizar las

sesiones con Jacquie sentí ese registro [voz de cabeza] mucho más resonante, timbrado con mayor volumen y puedo acceder a ese lugar con facilidad.” Esta observación personal de la participante respalda la percepción explicada anteriormente.

Las indicaciones de la maestra Jacquie en cuanto a resonancia, eran principalmente “enviar el sonido hacia afuera/adelante” y cuidar los moldes vocales. Y como se pudo observar lograron efectos positivos en la producción vocal de las participantes.

Uno de los objetivos trazados en la planificación del laboratorio plantea que este sirva como un medio de exploración que invite a las participantes a conocer las posibilidades sonoras que su instrumento les ofrece. Eso fue precisamente lo que sucedió.

Las participantes respondieron favorablemente a las indicaciones de la maestra Luna, continuaron desarrollando la sensación de libertad en la producción de sus voces, y experimentaron sensaciones de resonancia nuevas, como lo fueron el *twang* o el *belting*. Como lo señala Melisa en su bitácora personal respecto a la sesión 09: “Los ejercicios que experimentamos en clase fueron nuevos para mí, explorar esos sonidos me pareció interesante”.

Como se mencionó anteriormente, en esta segunda etapa del laboratorio las participantes continuaron desarrollando la sensación resonancial de producir sonidos potentes con libertad y facilidad. En algunas sesiones la maestra Luna propuso trabajar un ejercicio de Arpeggio de 8va con descenso en Staccato, que tenía precisamente ese objetivo. Las participantes mostraron progreso en el transcurso de las sesiones. En la sesión 08 respondieron favorablemente, aunque algunas notas agudas arriba de A5 no se percibían resonantes y se quebraban en ocasiones como sucedió en Layla. En la Sesión 09 se continuó con la práctica del ejercicio y finalmente en la sesión 11, las tres participantes lo ejecutaron y se pudo percibir un sonido de fácil producción, potente, sin tensión en su producción y sobre todo libre.

Esta percepción se ve respaldada en el análisis de comparación de variables. En el que se pudo apreciar voces más resonantes en los videos post laboratorio de las participantes. Por ejemplo, en el primer video de la participante Aixa, la zona climática de la canción (compás 88 al 149) no se percibió una sensación de fácil producción de la voz, si no una con tensión en su producción, como se puede apreciar en el siguiente [video](#). En cambio, en el mismo fragmento del segundo [video](#), y en general en toda la canción las intensidades están mejor reguladas, y en varias secciones la producción vocal de Aixa se percibe resonante y libre. Otro ejemplo del progreso de las participantes en cuanto al concepto de voz resonante es el caso de Layla, quien en el primer video, carecía de potencia en el la zona climática mencionada, la sensación resonancial que se percibía era débil y con poca proyección en el espacio como se puede corroborar en en el siguiente [video](#). Posteriormente como se puede apreciar en el segundo [video](#), sucedió un cambio significativo. En dicho video se escuchó una voz más poderosa sonoramente y con sensación de libertad en su producción, es decir una voz más resonante.

Desde la primera sesión de la segunda etapa, la maestra propuso ejercicios que permitieron la exploración de sensaciones o estrategias para trabajar la resonancia nueva para las participantes. Este proceso no fue lineal, pero si fue en ascenso de forma general.

Una estrategia resonancial bastante trabajada fue el “twang”, las participantes tenían una idea previa general sobre dicha estrategia, pero esta no había sido entrenada. En la sesión 08 la maestra propuso realizar un ejercicio utilizando la palabra *never* haciendo intervalos de 3ra, en general ese primer acercamiento fue bueno, las participantes respondieron favorablemente a las indicaciones de la maestra y exploraron la sonoridad. En las sesiones 09 y 10, se entrenó dicha estrategia más a profundidad. Las participantes en sus bitácoras personales fueron expresando distintas ideas. Algunas que les gustaba descubrir esas sonoridades, expresaban que la sensación

era extraña, otras graciosas, e inclusive Layla expresó que no le gustaba pues pensó que podría cambiar su forma de cantar. Esto nos permite observar que el proceso de descubrir nuevas estrategias para abordar la resonancia no es sencillo pues genera dudas, satisfacciones, etc. Y que la constancia y el tiempo entrenando correctamente, son la clave.

Es así como en las sesiones 11 y 12 en el ejercicio de Arpeggio de 8va y de 12va con la sílaba Nei y *Never* correspondientemente, se pudo percibir progresos en las participantes. Se percibió en varios fragmentos una fonación fluida, con estridencia y poder acústico, pero con el menor estrés de impacto. Como es evidente en 6 sesiones no es factible consolidar y dominar dicha estrategia resonancial. Sin duda el laboratorio les permitió explorar los primeros peldaños para continuar con su desarrollo. Esta percepción es respaldada por lo que expresó Aixa en la segunda entrevista que se le realizó: “Sin duda entrenar con Cleia, los sonidos en twang hicieron que conecte con una sensación resonancial muy interesante, siento que la potencia en el mi registro mixto ha mejorado mucho gracias a eso”. Melisa también menciona: “(...) conocer el twang en el mix, ha sido una forma muy interesante de resonar con potencia”. Además, en el análisis de comparación de variables, se pudo observar que en el primer video de la participante Aixa, en fragmento de la sección climática de la canción el *Head Mix* carecía de potencia y brillo, como se puede apreciar en el siguiente [video](#) al interpretar la frase “*finally reminds her*”. En cambio, en el 2do [video](#), después de haber entrenado el “twang”, se percibió un sonido más intenso, libre y brillante. Y precisamente a Layla en los primeros versos le sucedió algo muy similar, en el primer [video](#): se pudo apreciar una voz no resonante y las notas en *head Mix* no tenían la estridencia necesaria, con muy poca intensidad. Sin embargo, en el segundo [video](#) se puede apreciar un progreso notable. Se percibió un sonido rico en armónicos y variedad de calidades sonoras que enriquecieron su performance.

3.5. Flexibilidad

Este aspecto de la técnica vocal se decidió incluir en el análisis del *Vocal Cross Training*, pues se considera que entrenar cierto repertorio perteneciente al canto lírico, como el que ejecutan las cantantes de coloratura, adicionado al entrenamiento con ejercicios vocales que demandan velocidad, cómo los impartidos por Jacqueline Terry en la primera etapa del laboratorio, podría estimular la agilidad vocal en el repertorio popular. Esto podría visibilizarse en la ejecución de melismas o *riffs*.

Las distintas fuentes de información para análisis que tiene esta investigación brindaron pocos datos acerca del proceso de las participantes en cuanto a la flexibilidad. Esto se debe principalmente a que el repertorio escogido no presenta fragmentos que contengan suficiente cantidad de melismas.

La participante Layla es la que más información brindó al respecto. En la primera entrevista se les consultó a las participantes si habían percibido algún cambio o mejoría en su técnica vocal después de las primeras 7 sesiones de laboratorio. Layla respondió: “Sí totalmente, siento que mi técnica ha mejorado muchísimo. Inclusive siento que hablo mejor. Mi voz ha dado un giro de 180 grados”. Posteriormente se le preguntó qué aspectos de su técnica sentía que se habían enriquecido, a lo que ella respondió: “(...) percibo que mi voz está más flexible sobre todo en la zona alta de mi rango vocal, siento mis agudos más ligeros y ágiles, con más capacidad de movimiento”.

La segunda entrevista que se les realizó a las participantes contenía la siguiente pregunta: ¿Al finalizar el laboratorio, consideras que la flexibilidad de tu voz ha cambiado de alguna manera? Aixa y Melisa respondieron que en cuanto agilidad no habían percibido mayor cambio. Sin embargo, Layla respondió lo siguiente: “Sí ha mejorado completamente y lo pude comprobar

en otro repertorio que venía cantando”. Dicho repertorio tenía un fragmento con unos melismas ejecutados con el registro vocal de voz de cabeza, Layla le envió el presente [audio](#) a la responsable a cargo de la investigación en el que se puede apreciar su agilidad vocal.

Esto nos aclara que VCT estimuló en Layla cambios en cuanto a la flexibilidad de su voz y estos fueron beneficiosos.

3.6. Propiocepción

“Este laboratorio, me ha servido a niveles que no puedo explicar con palabras. Esta oportunidad ha cambiado tanto la percepción de mí misma y mi voz. He recuperado la seguridad en mí misma, eso es invaluable para mí” (Layla, entrevista 2).

Este aspecto del canto no fue considerado por la investigación desde un principio, sin embargo, este se visibilizó en el proceso del laboratorio, considerándolo como un factor importante a ser analizado. Este aspecto habla de la percepción que tuvieron las participantes, sobre ellas mismas durante y posterior al laboratorio. Es importante destacar que las fuentes de recojo de información que se utilizaron para este análisis fueron: entrevistas y bitácoras personales por ello se expondrán y analizarán sus propias expresiones.

Como se mencionó en los capítulos anteriores, uno de los objetivos de este laboratorio, era desarrollar la capacidad de propiocepción en las participantes. Una herramienta para lograrlo es el autoconocimiento, que se regula a través de la escucha, las sensaciones, la observación y las emociones. Se buscó que las participantes tuvieran la posibilidad de explorar a través de *Vocal Cross-training* (VCT) todas las facetas de su instrumento y que de forma abierta y sin prejuicios pudieran entregarse a la experiencia de conocer su voz a profundidad.

Sobre esto podemos observar que las tres participantes pasaron por un proceso de autoconocimiento que empezó con la sorpresa y curiosidad. Tanto en sus entrevistas como en sus

bitácoras expresan frases similares sobre este aspecto. Por ejemplo, Layla menciona en su entrevista número 2: “He alcanzado notas que no habría imaginado, me ha sorprendido en general todo lo que mi voz es capaz de hacer”. Esta otra frase expresa Aixa en su entrevista número 1: “Me sorprendieron las notas que llegué hacer, nunca pensé que podría llegar tan arriba, estoy sorprendida de la versatilidad de mi voz”. Melisa menciona en su bitácora sobre la sesión número 10: “en esta sesión estoy descubriendo nuevos sonidos de mi voz” y su entrevista número 2: “descubrir que puedo hacer una misma nota de diversas maneras, es increíble. Se me ha abierto la posibilidad de sonidos”.

El laboratorio les dio la oportunidad de conocer sus voces y sus diversas posibilidades y ellas lo expresaron con claridad. En la entrevista 1 se le pregunta a Aixa: ¿Qué aspectos de tu técnica vocal crees que se han visto enriquecidos? y ella responde: “La respiración y también el autoconocimiento de mis registros. Ahora siento que conozco mucho mejor mi voz de cabeza y puedo ejecutarla con más certeza”. Y cuando se le pregunta en la entrevista n2: ¿Qué fue lo que más disfrutaste de esta experiencia?, ella expresó: “Lo que más he disfrutado es conocer más mi voz, todas las sesiones me sorprendía por algo, descubrir todas las posibilidades sonoras que tengo ha sido maravilloso”.

Layla por su lado expresa algo muy semejante, pues al preguntarle: ¿Qué tal tu experiencia en todo el laboratorio en general? ella responde “Ahora conozco más mi voz, se me han abierto las puertas a muchas posibilidades sonoras. Amo el vocal cross y su forma de entrenar. Integrar ambas etapas del laboratorio ha sido demasiado enriquecedor”. Y Melisa expresa también frases muy similares como “Me llevo muchas cosas positivas de este último bloque, nuevos aprendizajes sobre el canto popular, nuevos términos aprendidos y mucha mayor

conciencia sobre mi voz y lo que voy ejecutando. He aprendido mucho y descubierto muchas cosas nuevas” (bitácora sesión final).

El autoconocimiento podría lograr que la propiocepción involucre seguridad, como por ejemplo Aixa mencionó: “Empecé a sentirme muy cómoda y segura con mi voz de cabeza, inclusive me atreví a probar canciones con notas bien agudas, las ejecutaba como estuvimos entrenando con Jacquie y sentí que sonaban super, creo si la hiciese de cantante lírica jaja” (entrevista 1). Layla también expresó que paralelamente al laboratorio venía preparando un repertorio que le resultaba complicado y le generaba inseguridad, pero al finalizar la primera etapa del laboratorio sintió la seguridad para ejecutarlo y estuvo orgullosa del resultado.

Es inevitable que cuando uno empieza a conocer su voz, también se encuentre con sonidos o aspectos que no nos agradan y que por lo tanto nos podría dar temor ejecutar. Como lo expresó Layla en su bitácora personal: “Hoy no siento que haya descubierto algo nuevo en mi voz, si no que me he reencontrado con la zona que menos me gusta de ella. Esta zona brillante, chillona, fuerte que me desagrada, supongo que iré encontrando nuevas estrategias para solucionarlo”. Esto de igual manera es provechoso, pues al reconocer que se tienen aspectos por trabajar, se deciden buscar nuevas herramientas para lograr sonidos alternativos, lo cual es válido y nos podría evitar momentos incómodos en la performance.

Estos procesos también generaron conciencia sobre su salud vocal, pues como menciona Aixa: “conocer mejor mi voz hizo también que pueda reconocer mejor las sensaciones de tensión o sobre esfuerzo, así he conseguido fatigarme menos”.

Como mencionan Roa, Barco y Aponte (2020) el desarrollo de la propiocepción invita a que el cantante no cese la tarea de conocerse y desee continuamente descubrir la relación íntima entre su cuerpo, voz y emociones. Esto sucedió en el laboratorio y es expresado por las

participantes, Layla menciona en su bitácora personal: “me siento realmente animada de seguir estudiando” y en su entrevista 2 también dice: “...he sentido que puedo y quiero seguir avanzando, porque antes me sentía estancada pero ahora que se han abierto las puertas a muchas posibilidades”

Finalmente, el desarrollo de la herramienta de la propiocepción también repercutió favorablemente en la capacidad interpretativa y aspecto emocional de las participantes. Lo cual se considera sumamente valioso. Layla expresó en la segunda entrevista que se le realizó: “Me sentí bien, pues conocí mi voz, la aprecié verdaderamente y pude agradecerle por permitirme sentir todo eso. (...) y regocijarme con el sonido que salía de mi cuerpo tuvo un efecto muy positivo pues me abrió las puertas a la interpretación”.

Por su lado Aixa respecto a su performance en *She used to be Mine* manifestó lo siguiente: “en la última sesión cuando canté la canción, recuerdo que conecté profundamente conmigo misma, fue muy especial porque como ya había pautado todo lo técnico y sabía que podía lograrlo, me pude concentrar en conectar. Todo eso ha ayudado a que cuando yo interprete una canción se muestre más mi esencia”.

Estas valiosas manifestaciones de las participantes nos permiten inferir que el ejercicio de la propiocepción favorece a la interpretación escénica, porque conocer su voz a profundidad, les permite conectar emocionalmente de forma más profunda. Y no solo eso, un aspecto que la presente investigación identifica como un resultado muy valioso, es la seguridad que las participantes manifestaron sentir en sí mismas y eso sus voces a raíz de esta experiencia. Como se puede apreciar en lo que mencionó Layla en la segunda entrevista: “Esta oportunidad ha cambiado tanto la percepción que tengo de mí misma y de mi voz. He recuperado la seguridad en mí misma, eso es invaluable para mí.”. Melisa expresó en su bitácora personal: “tengo más

confianza al cantar”. Y Aixa expresó algo muy similar: “nunca me había sentido tan segura cantante, he ganado mucha seguridad gracias al laboratorio”: Como mencionó Roa, Barco y Aponte (2020), la tarea de la propiocepción debe brindar “razones sensibles al cuerpo para que el estudiante sea un artista que evidencie con su voz su mundo interior” (p.15). Y precisamente eso fue lo que sucedió en el laboratorio de VCT de nuestra investigación, brindando satisfacción a todos sus miembros.



CONCLUSIONES

El *Vocal Cross Training* generó un impacto positivo en la técnica vocal y por lo tanto en la ejecución artística de las 3 cantantes populares del laboratorio de la investigación. Este sirvió como un valioso entrenamiento para que las participantes conocieran su voz de manera más profunda y explorasen la diversidad de sonidos que su instrumento es capaz de emitir. Los diversos ejercicios que propuso el entrenamiento enriquecieron el manejo de varios aspectos de su técnica vocal como lo son: la coordinación fono respiratoria, los registros fonatorios, la resonancia, el rango vocal, flexibilidad y la producción vocal en general, logrando también la aplicación efectiva de estos al repertorio. Además, la experiencia del laboratorio permitió desarrollar el concepto de propiocepción en las participantes, concediéndoles incluso desarrollar la seguridad en ellas mismas respecto a sus voces y su capacidad para la interpretación en la performance.

Lo anterior permite corroborar de forma parcial la hipótesis planteada, pues el enriquecimiento del manejo de los aspectos de la técnica vocal mencionados sí se dio, pero no de la manera exacta en la que se formuló en la hipótesis. Así mismo ésta no contempló el desarrollo de la propiocepción como un posible beneficio del entrenamiento ni el aumento del rango vocal de las participantes. Los resultados obtenidos sobrepasaron favorablemente lo planteado en la hipótesis.

En base al análisis obtenido de la observación externa, cuaderno de campo, entrevistas, bitácoras personales de las participantes y comparación de variables pre y post laboratorio, la investigación concluye lo siguiente en cuanto al manejo de los aspectos de la técnica vocal de las participantes que fueron influenciados por el *Vocal Cross training*:

- En cuanto al manejo de la coordinación fono respiratoria, las participantes mostraron progresos considerables respecto a la dosificación de aire y durabilidad del sonido. Logrando realizar de una sola toma de aire ejercicios técnicos de larga duración. En la ejecución del repertorio seleccionado “She used to be mine”, también se evidencia dicho progreso, pues lograron la durabilidad optima (9 segundos ininterrumpidos) de la nota cumbre de la pieza. Además, las participantes encontraron nuevas estrategias fono respiratorias relacionadas al volumen de aire que deben inspirar de acuerdo con el registro fonatorio, la intensidad que se desee ejecutar y las especificaciones técnicas de cada una, logrando así un mejor control sobre la presión subglótica y resistencia, encontrando así una fonación más fluida.
- El manejo del registro fonatorio de cabeza (M2) de las participantes mejoró considerablemente. Al finalizar el laboratorio se percibe con una fonación más fluida, sonido más resonante y mejor comprensión. Se puede inferir que el entrenamiento logró un aumento en la resistencia glótica de las participantes.
- Al finalizar el laboratorio las participantes lograron emitir su registro de pecho con una fonación menos presionada. Este se percibe con el poder sonoro necesario, pero con sensación de mayor facilidad en la producción vocal. Se puede inferir que hay una disminución de la presión subglótica
- Al finalizar el laboratorio de *VCT*, las participantes lograron identificar y explorar las posibilidades sonoras que les ofrece su registro Mixto. Se notaron considerables progresos en la fonación de estos, ya sea consiguiendo la comprensión o brillo necesarios en el caso del Head Mix, como logrando una fonación menos presionada y ligera en su *Chest Mix*, sin perder la intensidad deseada.

- Se presentó un notable progreso en la habilidad técnica de las participantes para transitar de un registro fonatorio a otro. Logrando así, un sonido más homogéneo en la extensión del rango vocal.
- Las participantes presentaron aumento de notas en el límite superior de su rango vocal. En promedio aumentaron 5 semitonos, emitidos con voz resonante en su registro fonatorio de cabeza.
- Se presentó un claro progreso en la producción vocal de las participantes, logrando de forma paulatina voces emitidas con más libertad, mejor proyección en el espacio, mayor cantidad de armónicos, fonación más fluida y una percepción de facilidad en la producción vocal. Es decir, al finalizar el laboratorio las participantes presentaron voces más resonantes (haciendo referencia al concepto de “Voz resonante”, explicado en el capítulo uno de la investigación).

Además de los resultados obtenidos en cuanto al manejo de los aspectos de la técnica vocal que se vieron influenciados por el entrenamiento, el proceso del laboratorio logró desarrollar la propiocepción en las participantes. Gracias a ello, las participantes incrementaron su autoconocimiento vocal, logrando mayor conciencia y control sobre sus voces, abriendo nuevas posibilidades en sus ejecuciones artísticas. El desarrollo de esta herramienta enriqueció la capacidad interpretativa y aspecto emocional de las participantes. Además, un aspecto que la presente investigación señala como un resultado interesante y valioso que se deriva de la propiocepción, es la seguridad que las participantes manifestaron sentir en sí mismas y en sus voces gracias a la experiencia en el laboratorio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acevedo K, Guzmán M. (2020). Efectos del entrenamiento respiratorio aislado en las variables respiratorias y vocales. *Revista de Investigación e Innovación en Ciencias de la Salud.*; 2(2), 56–69.
- Alessandroni, N. Pedagogía Vocal comparada. Qué sabemos y qué no. *Arte e Investigación*, 15 (9), 7-13.
- Benson, E. A. (2018). Functional training for all styles. *American Music Teacher*, 67(6), 10-13.
<https://static1.squarespace.com/static/5cd2f6485ef93b0001597976/t/5cd308eafa0d603155914bf/1557334256861/Modern+Voice+Pedagogy+Article.pdf>
- Castillo, Adrián. (2016, 1 de abril). *Registros vocales: Mecanismos laríngeos para el control del tono, categorización e historia*. Pontificia Universidad Católica de Chile.
<https://fonoaudiologia.uc.cl/noticias/registros-vocales-mecanismos-laríngeos-para-el-control-del-sono-categorizacion-e-historia/>
- Guzmán, M. (2010, agosto). *Acústica del tracto vocal*. Voz profesional.
<https://www.vozprofesional.cl/articulos-de-voz>
- Guzmán, M. (2009, mayo). *La "colocación" de la voz*. Voz profesional.
<https://www.vozprofesional.cl/articulos-de-voz>
- Guzmán, M. (2011, mayo). *Medidas Aerodinámicas de la fonación*. Voz profesional.
<https://www.vozprofesional.cl/articulos-de-voz>
- Guzmán, M. (2011, junio). *Registros vocales en el canto*. Voz profesional.
<https://www.vozprofesional.cl/articulos-de-voz>
- Guzmán, M. y Calvache, C. (2018). Medidas aerodinámicas de la fonación: bases teóricas y clínicas. *Areté*, 8(2), 1-10. <https://doi.org/10.33881/1657-2513.art.182S01>

- Keny, D. T., y Mitchell, H. F. (2006). Acoustic and perceptual appraisal of vocal gestures in the female classical voice. *Journal of Voice - Official Journal of the Voice Foundation*. Elsevier Science Ltd.
- Leborgne, W. D. y Rosenberg, M. (2019). *The vocal athlete* (2ª ed.). Plural Publishing, Inc.
- Luna, C. (2018). Fisiología de la fonación en la voz cantada [Diapositiva de Power Point]. Curso de Pedagogía Vocal. Pontificia Universidad Católica del Perú
- Luna, C. (2018). Fisiología del ejercicio y aprendizaje motor aplicados al entrenamiento vocal [Diapositiva de Power Point]. Curso de Pedagogía Vocal. Pontificia Universidad Católica del Perú
- Miller, R. (2017). Historical overview of voice pedagogy. En R. T. Sataloff (Ed.), *Vocal health and pedagogy: science, assessment and treatment* (3ª ed., pp. 11-24). Plural Publishing, Inc.
- Pérez de Urbina, A. y Pérez, A. (2006). Manuel García, profesor de canto e inventor del laringoscopio y precursor de la laringoscopia (1805-1906). *Revista de Patología Respiratoria*, 9 (3), 130-140.
- Roa, H., Barco, U., y Aponte, J. (2020). Pedagogía de la propiocepción corporal del cantante: un estudio exploratorio en estudiantes universitarios. *Civilizar: Ciencias Sociales y Humanas*, 20(38), 11-28. <https://doi.org/10.22518/jour.cesh/2020.1a05>
- Randel, M. *The Harvard dictionary of music* (4.a ed.) Cambridge, Mass.
- Sciolla, A. L. (2020). *Exploring the awareness of voice science in college-level vocal instructors: a study of the importance of understanding physiology in vocal pedagogy* [Tesis de doctorado no publicada]. Gwynedd Mercy University.

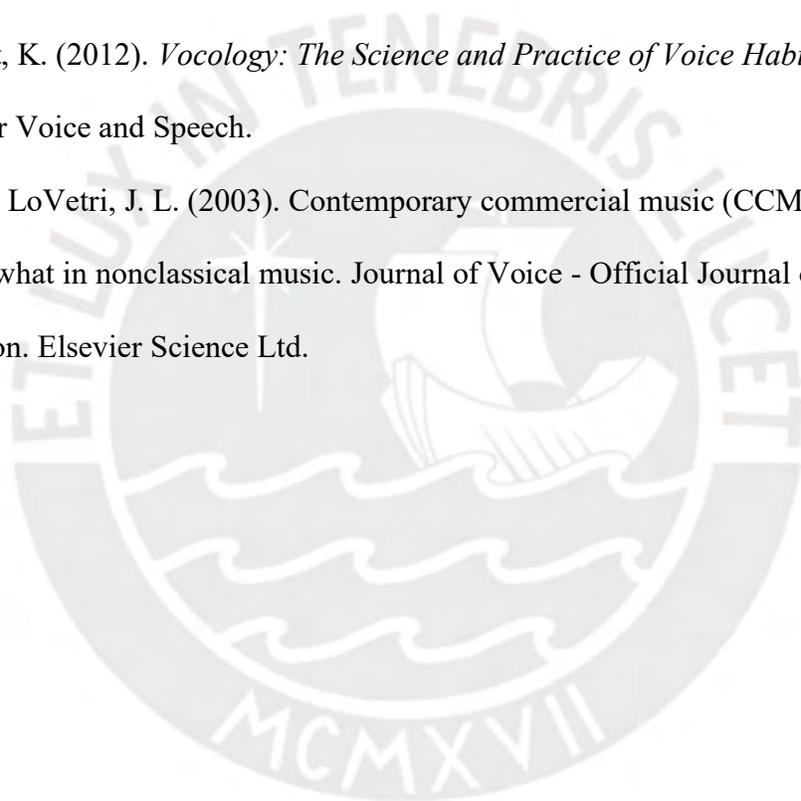
Spivey, N. y Saunders, M. (2018). *Cross-training in the Voice Studio: A Balancing Act* (1ª ed.). Plural Publishing, Inc.

Stein, H. (2000). El arte de cantar: su dimensión cultural y pedagógica. *Revista musical chilena*, 54 (194), 41-48.

Sundberg, J., Thalén, M., y Popiel, L. (2012). Substyles of belting: Phonatory and resonatory characteristics. *Journal of Voice - Official Journal of the Voice Foundation*. Elsevier Science Ltd

Titze, I. y Abbott, K. (2012). *Vocology: The Science and Practice of Voice Habilitation*. National Center for Voice and Speech.

Weekly, E. M., y LoVetri, J. L. (2003). Contemporary commercial music (CCM) survey: Who's teaching what in nonclassical music. *Journal of Voice - Official Journal of the Voice Foundation*. Elsevier Science Ltd.



ANEXOS

Anexo 1.- Material Audiovisual

Grabación de las Sesiones 1 a la 12 de laboratorio de VCT (Enlaces de YouTube)

- Sesión 01 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/Ym1k1HgQV8s>
- Sesión 02 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/ErqtHK8gWdo>
- Sesión 03 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/U9GypZvv6qw>
- Sesión 04 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/al0QStwgCqY>
- Sesión 05 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/zzeOKgwYanE>
- Sesión 06 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/AVcYNHAtpfs>
- Sesión 07 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/mH6Qf56TXaQ>
- Sesión 08 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/12d-CJkYegA>
- Sesión 09 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/dU8pbYMgCGI>
- Sesión 10 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/-ruLjjuw3h0>
- Sesión 11 – Laboratorio de VCT <https://youtu.be/YJKGQLvV1HQ>
- Sesión 12 – Laboratorio de VCT https://youtu.be/oRy3gRf_jBs

Videos de comparación de variables Pre y Post Laboratorio de las participantes:

Participante Aixa

- Video Pre laboratorio: https://www.youtube.com/watch?v=C_C44k3-E18
- Video Post laboratorio: <https://www.youtube.com/watch?v=MZqjNF5ldA8>

Participante Layla

- Video Pre laboratorio: <https://www.youtube.com/watch?v=hRCli0ymmLU>
- Video Post laboratorio: <https://www.youtube.com/watch?v=GwAmneI4BhQ>

Participante Melisa

- Video Pre laboratorio: <https://www.youtube.com/watch?v=ns3ZQJ0G1Hk>
- Video Post laboratorio: <https://www.youtube.com/watch?v=qeJ76hEnJtc>

Anexo 2.- Cuaderno de Campo: Transcripción de las sesiones de laboratorio de VCT

(Enlaces de Google Drive)

- Bloque I: Entrenamiento lírico
<https://drive.google.com/drive/folders/11dCWAtWyZYIvAu-O5w0DjJrGeK9ojoPp?usp=sharing>
- Bloque II: Entrenamiento popular
https://drive.google.com/drive/folders/1_6rm1INzimRttpuOZT3axq0C9DX0hXj4?usp=sharing



Anexo 3.- Entrevistas

Entrevistas 1: realizadas al finalizar la primera etapa del laboratorio:

1. Aixa Gutiérrez (22 de noviembre de 2021, 4:52pm)

¿Qué tal tu experiencia en esta primera parte del laboratorio?

Me gustó mucho, sentí que esta primera parte me ayudó mucho con mi respiración. Sentía que mejoraba, sesión a sesión. Me estuve grabando y así también pude ir corrigiendo y mejorando. Me sorprendió las notas que llegué a hacer, nunca pensé que podría llegar tan arriba, ni con voz de cabeza. Encontré una zona en la que mi voz brilla mucho. Inclusive antes de las primeras 7 sesiones de laboratorio estuve practicando una canción y no me gustaba como estaba sonando, sentía que no tenía las herramientas. Ahora que han terminado estas 7 sesiones, me fue mucho mejor y ahora sí sabía cómo hacer.

¿Consideras que tu técnica se ha visto enriquecida o beneficiada en estas primeras 7 sesiones?

Sí, considero que mi técnica se ha visto enriquecida o beneficiada en estas primeras 7 sesiones.

¿Qué aspectos de tu técnica vocal crees que se han visto enriquecidos?

Respiración y también el autoconocimiento de mis registros. Ahora siento que conozco mucho mejor mi voz de cabeza y puedo ejecutarla con más certeza. También ha mejorado mi dicción, sobre todo de la vocal O, ahora siento que pronuncio mejor.

¿Cómo consideras que fue tu desempeño en estas sesiones?

Todo bien, he aprendido a no juzgar mucho mi voz y ser paciente en el calentamiento. O sea, al inicio mi voz va despertando y de ahí todo va bien. No dejarme amilanar por los flips o gallitos.

¿Qué fue lo que menos disfrutaste o te desagradó de esta primera experiencia?

No hubo nada que me incomodara, aprendí todo.

¿Hay algún aspecto de tu voz que descubriste en estas sesiones que no esperabas describir?

Estoy sorprendida de la versatilidad de mi voz. Empecé a sentirme muy cómoda con mi voz de cabeza y mis agudos. Inclusive estuve probando canciones con notas bien agudas, las ejecutaba como estuvimos entrenando con Jacquie y sentí que sonaban super. Sí la haría de cantante lírica.

2. Layla Gutiérrez (23 de noviembre de 2021, 12:33pm)

¿Qué tal tu experiencia en esta primera parte del laboratorio?

Ha sido muy diferente a todo lo que he vivido, la maestra Jacquie ha sido muy precisa y me ha sabido guiar, eso ha sido muy bueno para mí. Hice cosas que no pensé que sería capaz de hacer. Después de estas 7 primeras sesiones siento que mi voz ha mejorado mucho, sobre todo mi registro de cabeza. He alcanzado notas que no habría imaginado. Ahora conozco más mi voz, me gusta más su sonido.

¿Consideras que tu técnica se ha visto enriquecida o beneficiada en estas primeras 7 sesiones?

Sí, totalmente. Siento que mi técnica ha mejorado muchísimo. Inclusive siento que hablo mejor. Mi voz ha dado un giro de 180 grados.

¿Qué aspectos de tu técnica vocal crees que se han visto enriquecidos?

La respiración, la forma en la que utilizo el aire ha cambiado. Siento que mis vocales están mejor formadas. Siento que mis registros están más unificados. Mi voz está más flexible sobre todo en las notas agudas, está más ágil y ligera.

¿Cómo consideras que fue tu desempeño en estas sesiones?

Siento que me entregué a todo lo que la maestra me pedía, eso me lo agradezco mucho. Igual siento que pude dar más, pero di lo mejor que pude.

¿Qué fue lo que más disfrutaste de esta primera experiencia?

Amé el ambiente de confianza. Sentí que la maestra Jacquie confiaba mucho en nosotras y eso me motivaba mucho. Me encantó la retroalimentación del grupo, fue beneficioso hacer las clases en grupo en ese sentido.

¿Qué fue lo que menos disfrutaste o te desagradó de esta primera experiencia?

Quizá la actitud de resistencia en la clase. Me hubiese gustado ser más cercana a Melisa para decirle que acepte la experiencia.

¿Hay algún aspecto de tu voz que descubriste en estas sesiones que no esperabas describir?

Sí, la ligereza y la versatilidad. Siento que mi voz se ha aclarado mucho.

3. Melisa Saavedra (24 de noviembre de 2021, 5:15pm)

¿Qué tal tu experiencia en esta primera parte del laboratorio?

Sentí un gran cambio, porque hace mucho tiempo no entrenaba mis agudos. Fue un gran reto y valió la pena definitivamente

¿Consideras que tu técnica se ha visto enriquecida o beneficiada en estas primeras 7 sesiones?

Sí, totalmente.

¿Qué aspectos de tu técnica vocal crees que se han visto enriquecidos?

Mi registro de cabeza, está mucho más fuerte, puedo llegar mucho más arriba que antes.

¿Cómo consideras que fue tu desempeño en estas sesiones?

Creo que en general fue bueno.

¿Qué fue lo que más disfrutaste de esta primera experiencia?

Cuando empecé a notar los cambios en mi voz.

¿Qué fue lo que menos disfrutaste o te desagradó de esta primera experiencia?

La frustración de ver que el instrumento no respondía como uno quisiera, en las primeras sesiones.

¿Hay algún aspecto de tu voz que descubriste en estas sesiones que no esperabas describir?

No mucho. Más que nada ahora me fatigo mucho menos con los agudos.

Entrevistas 2: realizadas al finalizar toda la experiencia del laboratorio.

1. Aixa Gutiérrez (18 de enero de 2022, 1:42pm)

¿Qué tal tu experiencia en todo el laboratorio en general?

Me encanto demasiado todo, realmente siento que mi voz ha tenido un gran cambio este año y sobre todo con el laboratorio.

¿Consideras que tu técnica se ha visto enriquecida al finalizar el laboratorio?

Sí, completamente.

¿Consideras que tu coordinación fono respiratoria ha cambiado o mejorado?

Sí, tengo mucha más conciencia de mi respiración, sobre todo al saber en qué momento es mejor respirar. Ahora que tengo eso más claro, siento que me fatigo menos.

¿Consideras que el uso de tus registros vocales ha cambiado o mejorado?

Sí, mi registro de cabeza ha mejorado mucho y también mi mix. Lo noto mucho. Soy mucho más consciente de las posibilidades de mis registros, de cómo darles más textura a mis interpretaciones variando de registro vocal.

¿Consideras que tu resonancia (volumen e intensidad) ha cambiado o mejorado?

Sí, sobre todo con mi registro de cabeza. Sin duda entrenar con Cleia, los sonidos en twang hicieron que conecte con una sensación resonancial muy interesante, siento que mi potencia en mi registro mixto ha mejorado mucho

¿Consideras que la flexibilidad de tu voz ha cambiado o mejorado?

Sí, siento que puedo variar con facilidad de un sonido a otro. En ese sentido siento mi voz mucho más versátil.

¿Cómo consideras que fue tu desempeño en estas sesiones?

Siento que pude dar más, sobre todo en las sesiones con Cleia. Pero en general di lo mejor de mí y aprendí mucho.

¿Qué fue lo que más disfrutaste de esta experiencia?

Lo que más he disfrutado es conocer más mi voz, todas las sesiones me sorprendía por algo. Descubrir todas las posibilidades sonoras que tengo. Además, he aprendido mucho también sobre la fisiología de mi instrumento.

¿Qué fue lo que menos disfrutaste o te desagradó de esta experiencia?

En realidad, nada me ha desagradado.

¿Hay algún aspecto de tu voz que descubriste en estas sesiones que no esperabas describir?

Sí, he descubierto que con el twang he encontrado una estrategia increíble para llegar a notas más altas sin esfuerzo. Aún no lo domino al cien, pero cada vez que lo logro mi voz es super libre y me permite subir con potencia y sin mayor esfuerzo.

2. Layla Gutiérrez (29 de diciembre de 2021, 10:35am)

¿Qué tal tu experiencia en esta segunda parte del laboratorio?

Fue un poco extraña, porque revisité lugares que no entrenaba hace mucho tiempo, sobre todo los registros más de pecho y también el belting, entonces sentí que inicié descolocada. Sobre todo, porque

venía de estar super ligera con Jacquie. De hecho, esta sección se me dificulta más que la primera, pero sé que es lo que se debe entrenar precisamente.

¿Qué tal tu experiencia en todo el laboratorio en general?

Ha sido increíble. He sentido que puedo seguir avanzando, porque antes me sentía estancada. Me han abierto las puertas a muchas posibilidades sonoras. Amo el vocal cross y su forma de entrenar. Integrar ambas etapas del laboratorio ha sido demasiado enriquecedor.

¿Consideras que tu técnica se ha visto enriquecida al finalizar el laboratorio?

Sí, ha sido una experiencia única y muy enriquecedora. La forma en la que veo mi voz ha cambiado por completo. ¡Es un wow!

¿Qué aspectos de tu técnica vocal crees que se han visto enriquecidos?

En realidad, todo ha mejorado, a todos los lugares a los que hemos llegado. Todo tiene un glow definitivamente

¿Consideras que tu coordinación fono respiratoria ha cambiado o mejorado?

Sí, en cuanto al aire he mejorado bastante. Porque en las primeras sesiones sufrí un montón y luego en las últimas sesiones sentí que ya me paseaba por esos ejercicios.

¿Consideras que el uso de tus registros vocales ha cambiado o mejorado?

Sí. ¡He amado el registro que trabajamos con Jacquie! Ese mix de cabeza, yo no lo tenía y yo no sabía que podía hacerlo, amé el sonido que logré. Y con Cleia descubrí algo que pensé que nunca me iba a salir, el belting. Nunca había encontrado un lugar seguro, y con Cleia, encontré un lugar seguro, un lugar donde sonaba potente, libre y sin sentir tensión.

¿Consideras que tu resonancia (volumen e intensidad) ha cambiado o mejorado?

Sí, en ese mix que trabajamos con Jacquie, yo antes no lo tenía timbrado, era débil y hasta sonaba airoso; eso cambió por completo. Al finalizar las sesiones sentí ese registro mucho más resonante, timbrado con mayor volumen y puedo acceder a ese lugar con facilidad. Y con Cleia lo mismo, pero con el belting, porque antes tenía mi pecho muy pesado, similar al grito y ahora logré aligerarlo y encontrar un brillo muy interesante.

¿Consideras que la flexibilidad de tu voz ha cambiado o mejorado?

Sí, completamente, y lo pude notar en otro repertorio que venía cantando.

¿Cómo consideras que fue tu desempeño en estas sesiones?

Me entregué y traté de dar lo mejor de mí.

¿Qué fue lo que más disfrutaste de esta experiencia?

Entrenar tanto y conocer más mi voz. Fue tan personalizado a pesar de ser grupal y de hecho eso fue muy enriquecedor la verdad.

¿Qué fue lo que menos disfrutaste o te desagradó de esta experiencia?

Sinceramente, nada.

¿Hay algún aspecto de tu voz que descubriste en estas sesiones que no esperabas describir?

Me ha sorprendido en general todo lo que mi voz es capaz de hacer. Por ejemplo, en las sesiones de Jacque yo no tenía idea que podía llegar tan alto, esa sensación es increíble.

3. Melisa Saavedra (23 de diciembre de 2021, 9:52am)

¿Qué tal tu experiencia en esta segunda parte del laboratorio?

Fue completamente diferente a la primera parte. Era algo nuevo para mí. He sentido que he conocido mucho más mi voz, he descubierto que puedo hacer sonidos que antes no sabía.

¿Consideras que tu técnica se ha visto enriquecida al finalizar el laboratorio?

Sí, definitivamente.

¿Consideras que tu coordinación fono respiratoria ha cambiado o mejorado?

Siento que ha mejorado un poco, pero sigo sin estar 100% segura al respecto.

¿Consideras que el uso de tus registros vocales ha cambiado o mejorado?

Sí, ¡Ahora lo tengo mucho más claro! Conozco mucho mejor mis registros, puedo identificarlos con más precisión. Siento que mis registros están mucho más unificados. He encontrado un chestmix sano, subir con potencia de forma sana ha sido muy satisfactorio.

¿Consideras que tu resonancia (volumen e intensidad) ha cambiado o mejorado?

Siento que mi sensación de resonancia es de mucha más libertad. Y en cuanto a volumen e intensidad, conocer el twang en el mix, ha sido una forma muy interesante de resonar con potencia.

¿Consideras que la flexibilidad de tu voz ha cambiado o mejorado?

Siento que mi voz está más flexible en los cambios entre mis registros, ahora fluye mucho mejor.

¿Qué fue lo que más disfrutaste de esta experiencia?

¡Me gustó mucho! ¡He adquirido muchos conocimientos! He conocido mucho más mi propia voz, eso es fascinante. Ser consciente de que puedo hacer una misma nota de diversas maneras, es increíble. Se me ha abierto la posibilidad de diferentes sonidos.



Anexo 4.- Bitácoras personales de las participantes del laboratorio

(Enlaces de Google Drive)

- Bitácora de Melisa Saavedra
https://docs.google.com/document/d/1wQ4An1A65AVs4Dz7imviA62q36eOj_t8pIJK1JnbMmA/edit?usp=sharing
- Bitácora de Aixa Gutiérrez
<https://docs.google.com/document/d/1BWNDgX24da9UiZkw2CwnWIXjrkWOacWm7WvF47xxr4E/edit?usp=sharing>
- Bitácora de Layla Gutiérrez
https://docs.google.com/document/d/1QHOpn7dJ7Eg59_Kk5mVxQbM4Mb4ZpW7ZNCLib9pIPlo/edit?usp=sharing



Anexo 5.- Bitácoras de las participantes

Preguntas referenciales para las participantes: ¿Cómo me sentí en esta sesión? ¿Aprendí algo nuevo? ¿Algo me sorprendió? ¿Qué ejercicio me pareció bastante útil? ¿Cómo podría aplicar lo aprendido hoy? ¿Siento que voy mejorando?

1. Layla Gutiérrez

PRIMERA ETAPA: ENTRENAMIENTO LÍRICO	
Sesión 01	Salí genuinamente cansada de la sesión y eso me pareció curioso porque desde el 2015 que comencé a educarme en el canto no me sentía así. Me sorprendí cuando la maestra habló de algunas molestias que se daban en la voz y en la garganta cuando estabas tomando mal el aire, y, por consecuencia, hoy descubrí que no he estado tomando el suficiente aire para lograr alcanzar las notas agudas sin ninguna molestia. Ahora sé qué hacer para llegar a ese nivel en mis calentamientos futuros y definitivamente lo pondré en práctica toda la semana.
Sesión 02	En esta sesión me di cuenta de que he estado apoyando de forma incorrecta. Eso ha conllevado a que la proyección de mi voz nazca en mi garganta (¿creo?) y por ende suelte un sonido muy... Fuerte, diría yo (que se convierte en cansancio y agotamiento). Casi al final de la clase, la profesora nos hizo hacer un ejercicio que me hizo darme cuenta de que puedo tener una proyección saludable y un volumen que no suene forzado sin hacerme daño.
Sesión 03	Siento que trabajé mucho en esta sesión. He estado tratando de implementar las cosas que he aprendido las clases pasadas, desde los moldes vocales hasta la forma más consciente de tomar aire y creo que está dando resultado. Sé que puedo hacerlo mejor, pero debo practicar un poco más. Hoy sí terminé bastante cansada por todo lo que estaba tratando de hacer (tratar de no pensar en los cambios de registros, respirar de forma amplia, no perder potencial, no proyectar de más, relajarme, etc.).
Sesión 04	Hoy fue un buen día, jajaja. Sucedió algo que no me pasaba hace tiempo (me salió un gallito, je), y sucedieron dos cosas que me impresionaron. En primer lugar, no me puse nerviosa ni se me cerró la garganta y es más, creo que mi cuerpo entendió qué estaba pasando y sentí que todo se puso en su lugar. En segundo lugar, simplemente me reí y continué - menciono esto como algo de importancia porque el proceso del canto es tan emocional y yo soy tan desconfiada de mi propia voz que me sorprendí bastante de poder continuar. Siento que poco a poco mi cuerpo entiende más el cómo llegar hasta esta voz limpia de cabeza sin tantos accidentes y puedo decir orgullosamente que hoy no terminé cansada y salí de la sesión sin ninguna molestia.
Sesión 05	Algo que me llevo de la clase de hoy es que necesito trabajar en mi afinación. Creo que me concentro mucho en dónde estoy colocada y descuido un poco las notas al bajar en el ejercicio de las décimas. Hoy me sentí bien y bastante tranquila, el proceso sigue y la diferencia en mi voz es notoria. En la semana he grabado algunas cosas que me han dejado impresionada porque siento mucha más ligereza y facilidad en la zona aguda.
Sesión 06	En la clase de hoy me sentí bastante bien porque, a pesar de tener ciertos errores en la colocación y la afinación por momentos, pude superar lo que estaba fallando. Es increíble darme cuenta que ahora, incluso sin calentar puedo cantar notas agudas en un registro superior. Antes no pasaba eso. Siento tal cuál como si mi voz estuviera evolucionando/cambiando para bien.

Sesión 07	<p>En la clase de hoy, la profesora me retó a cantar las novenas a una velocidad diferente y estoy muy feliz con el resultado. Le agradezco el haberme empujado a llegar hasta ese punto, porque genuinamente me sentí muy capaz y noté el cambio que estas sesiones le han hecho a mi voz. Llegué a este taller sin mucha potencia en mis vocales más abiertas y hoy por hoy siento mi “a” mucho más estable. Canté un poco de “She Used To Be Mine” luego de la clase y wow. Hoy entendí a la perfección el propósito de este estudio, es completamente necesario y real. Concluyo esta primera parte muy agradecida con la experiencia y la oportunidad.</p>
Resumen de la primera etapa	<p>Aprendí muchísimas cosas sobre mi voz, más de las que me esperaba y realmente siento que mi forma de cantar ha cambiado. Ha mejorado. Sé que me falta mucho por trabajar, pero realmente me siento animada de seguir estudiando. Nunca había experimentado el tener una voz ligera, limpia, ágil y todo es tan nuevo que quiero cantar todos los días. Estoy muy contenta con el proceso hasta el momento y estoy muy animada por lo que viene.</p>
SEGUNDA ETAPA: ENTRENAMIENTO POPULAR	
Sesión 08	<p>Estoy emocionada por el comienzo de este nuevo bloque, je. La clase de hoy me hizo salir muchísimo de mi zona de confort. Hicimos ejercicios que nunca había trabajado y me salieron algunos gallitos y cosas extrañas al hacerlos. He terminado bastante agotada, pero creo que de eso se trata el entrenamiento vocal, realmente.</p>
Sesión 09	<p>El último ejercicio que hicimos hoy me pareció sumamente interesante y me dejó pensando en cuánto más pueden hacer nuestras voces. Resonamos haciendo “uh-ih-ah-uh” (o algo así) y creo que lo hice bastante bien. Al menos quedé bastante impresionada por el sonido que salió. Eso fue lo más interesante de la clase para mí.</p>
Sesión 10	<p>Los ejercicios para colocarnos en esa zona delantera (como el “ney, ney, ney”) me funcionan, sí, pero no me gustan porque siento que cambian mi forma de cantar. A pesar de eso, siento que entendí las indicaciones de la profesora con respecto a cómo abordar el “beg for the chance to start over”, que era una zona un poco extraña para mí al cantar. He finalizado la clase con la voz distinta, eso sí. Me puse a cantar algunas cosas y me sentí cansada a la tercera canción, cosa que no sucede a menudo.</p>
Sesión 11	<p>Los ejercicios de Cleia me siguen resultando difíciles, jajaja. Hay varios en los que nos pide mandar nuestra voz a una zona muy aguda de golpe y siento que mis cuerdas vocales dicen “¿qué?”. Eso me desanima un poco, no sé si realmente estoy haciéndolo bien o qué estoy haciendo mal, qué puedo cambiar para lograr que no haya ni un corte y que se escuche homogéneo. Siento que grito mucho en el coro de la canción, ese es otro detalle que me deja incómoda. He desafinado mucho hoy por eso mismo, no estoy contenta con el trabajo que realicé.</p>
Sesión 12	<p>La clase de hoy me dejó pensando. Sigo perdiendo concentración en el segundo coro debido a la dificultad que representa, pero al cantar acapella logré hacer bien el clímax de la canción. Pienso entonces si no es mi cabeza jugándome en contra para con She Used To Be Mine. Hoy llegué al “mine”, pero sigue siendo un lugar muy extraño para mí. Quise quitarme el clavo y cantar la canción completa al finalizar la clase, pero esa zona me cansa tanto que no pude hacerlo. Lo intenté varias veces y solo lo dejé cuando sentí que me estaba haciendo daño/casi gritando. Eso me hizo darme cuenta de que trabajar todo lo que sea belting me acerca un poco a ese lugar al que no quería volver y me deja en claro que mi cuerpo y mi mente están muy asustados por la muestra final, jajaja.</p>
Resumen de la segunda etapa	<p>Concluyo este bloque con varias incógnitas rondando mi cabeza y con la idea de que este tipo de canto/técnica no es mi favorita. Leyéndome y tratando de acordarme un poco sobre lo que he sentido esta semana, encuentro mucha frustración en cuanto a lo trabajado. No siento que haya descubierto algo nuevo en mi voz, si no que me he reencontrado con la zona que menos</p>

	me gusta de ella. Esta zona brillante, chillona, fuerte que nació cuando comencé a hacer teatro musical.
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------

2. Aixa Gutiérrez

PRIMERA ETAPA: ENTRENAMIENTO LÍRICO	
Sesión 01	Me sentí tranquila y siento que los ejercicios de vocalización con la "R" me sirvieron mucho para poder utilizar mejor mi aire y tener un poco más de agilidad.
Sesión 02	Hoy me sentí nerviosa, me costó bastante el ejercicio del arpeggio de 8va cuando tenía que vocalizar con la "O" porque no acostumbro abrir mucho la boca al cantar y espero mejorar eso. He notado que los ejercicios de boca chiusa se me complican un poco pero me ayuda bastante a no forzar tanto mi voz. me gustó mucho la clase de hoy y siento que poco a poco voy mejorando con los consejos de Jacquie :)
Sesión 03	Hoy noté que estoy mejorando la respiración y proyección de mi voz, creo que ya me sale mejor el arpeggio de doceavas comparada con la sesión pasada que se me hacía un poco difícil y practicándolo en la semana he podido agarrar más confianza y lo comprendí. El nuevo ejercicio de salto de octavas me pareció algo cansado y terminé un poco ronca al final de la sesión, aunque siento que no lo he forzado ni he hecho algo incorrecto. Espero mejorarlo en las siguientes sesiones.
Sesión 04	Hoy me sentí un poco tensa debido a que recién me sacaron las muelas del juicio y se me complicó un poco al vocalizar con el molde de la O. Noté que puedo llegar a notas más altas cuando utilizo mi voz de cabeza y esta vez no terminé ronca como la sesión pasada, siento que voy mejorando con el pasar de cada sesión.
Sesión 05	Hoy me pareció la sesión más difícil hasta ahora porque me faltaba mucho aire entre cada cambio y creo que fueron los nervios que me impedían respirar lo suficiente y me concentraba más en entonar bien cada nota. Por otro lado siento que mi voz en las mañanas está muy débil y en el primer calentamiento siempre me cuesta un poco más pero con el transcurrir de la sesión liberó todas las tensiones que siento y me ayuda mucho los estiramientos con los que empezamos :)
Sesión 06	hoy a diferencia de la sesión pasada me sentí más cómoda y siento que estoy profundizando más el aire que debo tomar entre cada subida del ejercicio, también he notado que puedo llegar a notas altas sin la necesidad de forzar demasiado y cuando no tengo la mandíbula muy tensa.
Sesión 07	hoy sentí que todos los ejercicios me salían con mayor agilidad y que mi voz de cabeza está más fuerte que antes y que ya puedo comenzar desde abajo con voz de cabeza. A lo largo de las sesiones me he dado cuenta que he mejorado mucho en mi toma de aire y como lo manejo entre cada ejercicio, normalmente me cansaba muy rápido o no tomaba lo suficiente para poder continuar, ahora puedo hacer estos ejercicios sin muchos problemas y estoy muy feliz por eso y lo mucho que he avanzado con Jacquie en estas 7 sesiones intensas pero muy necesarias para mejorar mi técnica :)
Resumen del primer bloque	Me gustaron mucho todas las sesiones, siento que he aprendido mucho sobre mi voz de cabeza y de alguna manera me ha empezado a gustar más como suena cuando le doy más potencia, también descubrí que cuando tomo el aire suficiente y estoy relajada puedo llegar a

	<p>notas altas que nunca creí poder llegar. Todo lo que hemos aprendido en estas sesiones han sido súper importantes para que pueda conocer mejor mi voz y tener más confianza al utilizar mi registro de cabeza como una opción más saludable en caso que lo necesite al cantar :)</p>
<p>SEGUNDA ETAPA: ENTRENAMIENTO POPULAR</p>	
Sesión 08	<p>Estoy muy emocionada por esta parte del laboratorio, he logrado aprender muchas cosas nuevas de mi voz, pero aun siento que me falta trabajar mi voz de pecho y mi mix. Noté que en los ejercicios de hoy no podía afinar la nota final, trabajaré más en eso para lograr hacerlos correctamente.</p>
Sesión 09	<p>Al principio me costó bastante ir subiendo con mi voz hablada y me sentía algo forzada a cambiar a cabeza porque sentía que de otra forma no me saldrían los ejercicios, pero con cada corrección me di cuenta que es un tema de confianza en mí misma porque cuando relajo la mandíbula y hago un “espacio” puedo llegar correctamente y cuando no lo hago así me siento muy tensa y siento que es imposible lograrlo. El “Hey- he-e-e-ey” fue muy difícil para mí porque no podía aligerar mientras subía sin que suene muy aireado, suelo darle el mismo volumen a toda la frase y eso no me ayuda a continuar con el ejercicio, trataré de practicar a full esa parte de mi voz. Me gustó mucho el ejercicio de Ah- ah-eh-ah-ah porque me ayuda a encontrar una forma darle peso a mi voz en los graves cuando utilizo un poco esa sensación de bostezo y le agrego el vibrato, aún tengo que practicarlo más para que me salga mejor, pero hasta ahora es el que más me ha servido.</p>
Sesión 10	<p>hoy comenzamos a pulir detalles de la canción y siento que hay frases en las que debería hacerlas con más potencia pero también fuerzo mucho y termino cansada muy rápido, Cleia me dijo que si trabajo más en mi mix de cabeza saldrá mucho más sano y con la misma potencia, solo es cuestión de darle la fuerza y el brillo necesario para que suene como me gustaría y estar segura del sonido.</p>
Sesión 11	<p>Con el pasar de las sesiones siento que he mejorado mi afinación, lo cual se me había complicado con algunos ejercicios. Hoy me sentí más segura al cantar She used to be mine y siento que supe utilizar los recursos que me comentó Cleia la semana pasada, he logrado darle la potencia adecuada a la parte más alta de la canción con mi mix de cabeza y estoy muy feliz por eso :)</p>
Sesión 12	
Resumen de la segunda etapa	<p>Me siento muy contenta por el resultado final de la canción y por todos los cambios en mi voz desde la 1era sesión con Jacquie hasta el día de presentar la canción completa. Tengo más confianza al cantar, tengo nuevas herramientas en mi voz y sobretodo siento que canto mucho mejor que hace unos meses atrás. Se me hizo muy difícil sacar esta canción porque la sentía imposible en las partes altas, pero con mucha práctica logré encontrar en mi voz diferentes maneras de cantarla.</p>

3. Melisa Saavedra

<p>PRIMERA ETAPA: ENTRENAMIENTO LÍRICO</p>	
Sesión 01	<p>En esta sesión me sentí un poco nerviosa en especial al principio al hacer los ejercicios y subir a los agudos tan pronto, como que no me sentía tan preparada en ese momento, aparte también en el lugar donde me encontraba hacía mucho frío. Aprendí que el bocca chiusa era con los dientes juntos. Me sorprendió saber que tengo que ir al otorrinolaringólogo para ver la</p>

	observación que hizo la maestra sobre mi respiración. Ejercicios de novena. Podría aplicar lo aprendido hoy en mi entrenamiento del día a día. Siento que seguiré mejorando con constancia.
Sesión 02	Esta sesión para mí fue mucho mejor, me sentí más relajada y tranquila, más familiarizada con los ejercicios y en mayor confianza con la maestra. Me sorprendió la facilidad con la que sentía que salía mi voz "como surfear" como dice la maestra. Me gustó el último ejercicio que vamos a implementar de 12ava ya que es algo muy nuevo para mí y me parece que me traerá beneficios importantes.
Sesión 03	En esta sesión no me sentí al 100 % me sentía un poco fría al empezar, me distraje unos instantes con las voces de mis compañeras porque a veces escuchando a las demás me doy cuenta de cosas que yo también hago. Sinceramente estaba de por sí un poco cansada y terminé aún más cansada en esta sesión. Pero me gustan mucho los ejercicios que realizamos en clase y eso me anima. Sé que en las próximas clases serán mejores y me iré adaptando al ritmo que vamos.
Sesión 04	Esta sesión fue un poco complicada al principio para mí, ya que había amanecido con una molestia en la garganta (como si hubiera respirador tierra) y anímicamente me hacía sentir muy insegura, sin embargo, cuando fue mi turno con la maestra pude notar que ese no fue un mayor impedimento y que si pude cantar a pesar de ello. Algo curioso que sentí al cantar es que sentía que por ratos mi voz ya no quería mezclarse con mi voz de pecho (a la hora de bajar) y a la hora de subir no agarraba tampoco cuerpo y se quedaba muy fudonga arriba, pero eso fue solo en algunos momentos específicos. Me doy cuenta más ahora que el canto es muy psicológico, a veces de cierta forma uno tiene que sentirse demasiado seguro y a veces eso me cuesta con mi voz, pero ya estoy en ese proceso.
Sesión 05	En esta sesión me sentí más tranquila ya que me siento cada vez más familiarizada con los ejercicios, a pesar de unos problemas externos que tuve (de conexión) siento que cada vez voy mejorando, no sentí fatiga sino por el contrario sentía que mi voz salía de mi "como surfear" como dice la maestra.
Sesión 06	En esta sesión he estado muchísimo más relajada y confiada a la hora de realizar los ejercicios ya que ya me encuentro familiarizada con estos y poco a poco me voy dando cuenta que mi voz está emitiendo el sonido esperado, el ejercicio con el que más cómoda me siento es como el de triadas, siento que me ha ayudado mucho al igual que los demás ejercicios, al final de la sesión si me sentí un poco más cansada que en las anteriores sesiones, pero me doy cuenta -y creo que esto es muy importante- y es que estoy mejorando día a día y eso me hace sentir más segura y que todo salga con una mayor precisión.
Sesión 07	
Resumen de la primera etapa	En esta primera parte del laboratorio realmente he sentido muchos cambios positivos, ya que durante mucho tiempo había tenido digamos "dormida" una parte de mi voz. Estoy muy feliz y muy emocionada por todo lo nuevo que he podido, tanto los ejercicios que hemos llevado con la maestra, como descubrir cosas de mí que no sabía.
SEGUNDA ETAPA: ENTRENAMIENTO POPULAR	
Sesión 08	En esta sesión la verdad estuve muy emocionada por la nueva parte del entrenamiento que tocaba, ansiosa de conocer a Cleia y poder aprender de ella. Los ejercicios que hicimos en clase fueron nuevos algunos y otros digamos que los conocía, pero tuvieron ciertas variaciones. Tocamos algunas partes teóricas importantes. Me gustó la clase porque fue algo nuevo para mí.
Sesión 09	Esta sesión fue muy chévere, aprendí algo nuevo de mí y es que a veces mi aire se va a mi nariz y tiende a sonar un poquis nasal, y la profesora me dijo que intente cantar tapándome la

	nariz para que me vaya dando cuenta de eso y me quede wow cuando lo intente, pude notar eso de mí y ver cómo cambia el sonido fue wow. Creo que esta sesión terminé algo mareada con ciertas terminologías que no conocía del canto popular, pero me emociona ir aprendiéndolas.
Sesión 10	En esta sesión aún estoy descubriendo nuevos sonidos de mi voz y a veces es muy extraño y gracioso por eso creo que me gustan los ejercicios. La mestra nos hizo cantar un poco de la canción, pero me hizo hacerlo con “nei nei nei” y no sé por qué, pero siento que cantar la canción con nei nei nei es mucho más sencillo y no me hace pensar en lo agudo que pueda ser la canción.
Sesión 11	En esta sesión me sentí ya un poco más adaptada a las terminologías que se usan en el canto popular(aunque aún me falta aprender estoy en ese proceso) y también con los ejercicios que hemos ido aprendiendo sesión a sesión, al final de la clase nos hicieron cantar un pedazo de la canción “She used to be mine” y la verdad eso me sigue poniendo muy nerviosa en primer lugar por mi inglés que esta medio feito jaja y porque esa canción tiene un grado de dificultad muy muy nuevo para mí y con todo lo nuevo que ahora se de mi voz fue un poco loco, aún hay cosas que me confunden de usar la voz mixta ya que también hay veces en que no se a un 100% que estoy haciendo realmente, aún hay mucho por trabajar en la canción y la maestra me dijo que mejore mi forma de respirar y es que ha podido notar que tengo un mal hábito respiratorio. también que al final de la canción mi voz se quiere quedar en un mix 50/50 pero no sabe qué camino tomar, toda una locura, pero ahí vamos poco a poco.
Sesión 12	Esta sesión fue la última de todas, la verdad estuve muy nerviosa un poco con la expectativa de que al final teníamos que cantar la canción que realmente no se me hace nada fácil. Los ejercicios ya los voy conociendo cada vez más y también adaptándome a escucharme emitir sonidos un poco diferentes a los que usualmente no uso al cantar. Al final tocó cantar la canción a cada una y me tocó a mí empezar lo cual me puso de cierta forma algo nerviosa. La profesora me dijo que aún debo corregir lo de mi respiración, pero también me dijo algo muy interesante sobre que mi voz es mixta natural o algo así y eso en parte me emociona, pero es muy confuso también por otro lado. También me hizo notar que debo abrir un poco más la boca en especial por dentro.
Resumen de la segunda etapa	Me llevo muchas cosas positivas de este último bloque, nuevos aprendizajes sobre el canto popular, nuevos términos aprendido y mucha mayor conciencia sobre mi voz y lo que voy ejecutando. He aprendido mucho y descubierto muchas cosas nuevas.

Anexo 6.- Otros

Partitura Completa – “She Used to Be Mine”

SHE USED TO BE MINE

Moderately slow swing ♩ = 130

As performed by SARA BAREILLES

Words and Music by SARA BAREILLES

Intro **Verse 1**

The musical score is written in 4/4 time with a key signature of one flat (Bb). It consists of an Intro and Verse 1. The piano accompaniment is marked *mp* (mezzo-piano) and includes a 'With Pedal' instruction. The vocal line is in the soprano clef. The lyrics are: 'It's not simple to say. Most days. I don't re-cog-nize me; That these shoes and this a-pron, That place and it's pa-trons have ta-ken more than I gave them. It's not ea-sy to know. I'm not a-nything like I'.

It's not simple to say. Most days.

I don't re-cog-nize me; That these shoes and this a-pron, That

place and it's pa-trons have ta-ken more than I gave them.

It's not ea-sy to know. I'm not a-nything like I

27

used to be; Al-though it's true— I was ne-ver— at-ten-tion's— sweet

32

Chorus 1

center, I still re-mem-ber that girl.— She's im-per-fect.— but she

39

tries. She is good but she lies.— She is hard—

46

— on herself.— She is broken and won't ask for help— She is

53

mes-sy but she's kind. She is lone - ly most of the time-

60

- She is all of this mixed up, and baked in a beau - ti-ful pie. She is

67

gone but she used to be mine.

73

Verse 2

And it's not what I asked for; Sometimes life just slips

79

in through a back— door, and carves out a per-son, and

This system contains measures 79-82. The vocal line is in treble clef with a key signature of one flat. The piano accompaniment is in grand staff. The lyrics are: "in through a back— door, and carves out a per-son, and".

83

makes you be-lieve— it's— all true; And now I— got you

This system contains measures 83-86. The vocal line continues with the lyrics: "makes you be-lieve— it's— all true; And now I— got you".

88

And you're not— what I asked for. If I'm ho

This system contains measures 88-91. The vocal line has a double bar line at the start of measure 88. The lyrics are: "And you're not— what I asked for. If I'm ho".

93

- nest I know— I would— give it all— back— for a

This system contains measures 93-96. The vocal line includes a triplet in measure 95. The lyrics are: "- nest I know— I would— give it all— back— for a".

97

chance to start o-ver, and re-write an ending or two:

102

For the girl that I knew, Who'll be re-ckless just e-nough.

108

Who'll get hurt, but who learns how to toughen up when she's bruised,

114

and gets used by a man who can't love, and

119

then she'll get stuck, and be scared of the life that's in - side.

124

— her: Growing stron - ger each day, 'til it fin - ly re - minds,

128

— her, to fight just a li-ttle to bring back the fire in here eyes:

133

— That's been gone but used to be *ff* mine.

139

Used to be

145

mine

p She

153 **Refrain**

is mes sy but she's kind. She is lone ly most of the time

p

160 **Rubato**

She's all of this mixed up and baked in a beau ti-ful pie She is

p

167

gone — but she used — to be mine. —

Ficha Técnica – Perfil de las participantes:

- Estudiante con aspiración a la práctica profesional de la voz cantada en estilo popular.
- Nivel básico en técnica vocal: entrenamiento mínimo de 1 año.
- Sin patologías laríngeas.
- Control de Afinación y Ritmo.
- Reconocimiento básico de sus registros fonatorios
- Fonación sin hiperfunción excesiva o aireada.
- Vibrato

SÍLABO DEL LABORATORIO DE *VOCAL CROSS TRAINING*:

1. Información General:

Nombre:	Laboratorio de <i>Vocal Cross-Training</i>
Especialidad:	Música - Canto Popular
Profesoras:	Jacqueline Terry Saenz, Cleia Luna Cook
Duración en total:	12 semanas (1 sesión por semana)
Duración por sesión:	75 minutos
Dirección:	Laura Arriola - Mónica Gastelumendi

2. Sumilla:

- El laboratorio es de carácter práctico-exploratorio y se propone desarrollar la técnica vocal y la ejecución de repertorio en cantantes populares en etapa de formación a través del enfoque pedagógico que propone el *Vocal Cross-Training*. Este busca integrar estrategias de entrenamiento vocal del canto lírico y canto popular para obtener voces versátiles, equilibradas, sanas y flexibles. Se profundiza en ejercicios técnicos que se aplican a la interpretación del repertorio asignado.

3. Enfoque:

- Un entrenamiento vocal apoyado en conocimientos sobre la fisiología del aparato fonador y la búsqueda de una voz libre, homogénea, eficaz y versátil, la cual estará contemplada desde la salud e higiene vocal. El enfoque del laboratorio pide tener apertura, ojo crítico más no prejuicioso e invita a la exploración y búsqueda constante del aprendizaje. El docente en este laboratorio sirve como guía, algunas veces tomando el rol de transmisor de conocimientos, y otras veces como entrenador o coach vocal para ayudar al alumno a llegar a los objetivos trazados.

4. Objetivos:

- Explorar las posibilidades que ofrece el *Vocal Cross-Training*.
- Fortalecer la base de una técnica vocal eficaz, saludable y acorde a las competencias requeridas del mercado artístico actual.

- Entrenar la coordinación fono-respiratoria.
- Experimentar una sensación de “voz resonante”.
- Desarrollar el registro vocal mixto.
- Explorar diversas estrategias de resonancia y sus posibilidades tímbricas.
- Unificar los registros fonatorios o coordinaciones cordales.
- Buscar la homogeneidad de sonido en el rango vocal.
- Manejar del repertorio lírico trazado (Concone Op 85 Lección N°3)
- Manejar el repertorio popular trazado (She Used To Be Mine - Waitress)

5. Contenido:

Unidad	Temas por abordar
Unidad I: Técnica Vocal	<ul style="list-style-type: none"> ● Conceptos básicos para el entrenamiento técnico vocal ● Proyección de la voz ● Registro/tesitura: “tengo una única voz” ● Coordinación fono-respiratoria: desarrollar la propiocepción de los distintos niveles de coordinación respiratoria para las distintas zonas del registro. ● Registro Mixto ● Entrenamiento de registros vocales de forma aislada ● Unificación de registros vocales ● Registro Head Mix ● Speech Mix
Unidad II: Repertorio	<ul style="list-style-type: none"> ● Concone Op 85. Lección N°3 ● “She Used To Be Mine”. Musical Waitress.

6. Metodología:

Lo primero que debemos de tener en cuenta es que “la experimentación en la investigación artística musical es un tema amplio, complejo y comprende tanto metodologías cuantitativas como cualitativas” (López-Cano & San Cristobal, 2014, p.107). Y este es precisamente el caso de esta investigación.

Comenzaremos a explicar en primera instancia el método cuantitativo y su aplicación en este caso. Dentro de dicho método existen diferentes estrategias, una de ellas es el experimento, y es esta la que será de utilidad en esta investigación. Como se mencionó anteriormente se tendrá un grupo de estudiantes, que será objeto de investigación; a este grupo, la estrategia del método cuantitativo le da el nombre de “Grupo Piloto” y es así que a partir de ahora se le llamará a este conjunto de estudiantes.

Como segundo elemento de este método tendremos la comparación de variables pre y post, es decir, se le pedirá a cada integrante del grupo piloto con el monitoreo de uno de los maestros, que elija una tema de repertorio popular que sea demandante técnicamente para ellos, y dicho tema será ejecutada por ellos antes y después del piloto para realizar el análisis y comparación correspondiente. De ese modo se podrá establecer una relación causa-efecto entre los ejercicios realizados a lo largo de las sesiones de laboratorio y lo que se obtuvo con ellos.

A continuación, se pasará a explicar las técnicas de trabajo correspondientes al segundo método que emplea esta investigación, el método cualitativo. La primera técnica de trabajo será la observación externa, es decir, la responsable a cargo de la presente investigará observará continuamente las actividades y sucesos acontecidos en cada sesión del laboratorio, sin ella participar de dichas actividades. La segunda técnica de trabajo será la entrevista semiestructurada, que se le realizará a cada integrante del grupo piloto, durante y al finalizar el laboratorio. Estas entrevistas servirán de complemento para el análisis obtenido de la observación externa y los resultados del método cuantitativo. Y la tercera y última técnica de trabajo del método cualitativo es el cuaderno de campo, este es de vital importancia para la alumna que gesta la presente investigación pues aquí se realizarán, notas, registros, diario y reflexiones de campo, para que posteriormente toda esta información sea plasmada a forma de redacción en la sección central de la investigación.

- Modalidad Virtual Sincrónica a través de Zoom.
- Se utilizará “Google Drive” como herramienta para compartir y organizar el material de las sesiones del laboratorio
 - Sección solo para docentes.
 - Sección disponible para docentes y estudiantes.

7. Sistema de Evaluación - Acopio de información

- **Comparación de Variables Pre y Post laboratorio:** Se escogerá un mismo repertorio para todas las participantes. Se les brindará el repertorio una semana antes de empezar el laboratorio y se les pedirá que graben una interpretación de este, con los recursos vocales que ellas poseen hasta ese momento.
- **Entrevistas semi estructuradas a las participantes:** Se realizarán dos entrevistas a cada participante. La primera al finalizar el Bloque 1 y la segunda al finalizar todo el proceso del laboratorio.

- **Entrevistas semi estructuradas a las docentes:** Se realizarán dos entrevistas a cada docente. Pre y Post laboratorio.
- **Bitácora para los Participantes:** Los participantes tendrán acceso a una bitácora virtual a la que solo tienen acceso ella y la alumna encargada de la investigación. apuntar sus procesos en cada sesión.
- **Observación externa:** cuaderno de campo
- **Registro Audiovisual:** Todas las sesiones de laboratorio y muestra final serán registradas en audio y video.



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES

Participante: Layla Gutiérrez

El propósito de este protocolo es brindar a las participantes en esta investigación, una explicación clara de la naturaleza de esta, así como del rol que tienen en ella.

La presente investigación es conducida por Laura Isabel Arriola Cuadra, alumna de la Pontificia Universidad Católica del Perú. La meta de este estudio es analizar la influencia que puede tener el *Vocal Cross-training* en la ejecución de 3 cantantes de populares en etapa de formación.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder dos entrevistas, que le tomará 20 minutos de su tiempo cada una. La conversación será grabada, así el investigador o investigadora podrá transcribir las ideas que usted haya expresado. Una vez finalizado el estudio las grabaciones no serán publicadas. Su participación será voluntaria. La información que se recoja no se podrá utilizar para ningún otro propósito que no esté contemplado en esta investigación.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá participar de 12 sesiones de entrenamiento vocal que tomará 75 minutos de su tiempo cada una. Las sesiones del laboratorio serán grabadas, así el investigador o investigadora podrá transcribir las ideas que usted haya expresado. Una vez finalizado el estudio las grabaciones serán publicadas en modo "oculto" en la plataforma YouTube, de modo que solo tendrán acceso a dichos videos, las personas que accedan a la tesis y sus respectivos links. Su participación será voluntaria. La información que se recoja no se podrá utilizar para ningún otro propósito que no esté contemplado en esta investigación. Si tuviera alguna duda con relación al desarrollo del proyecto, usted es libre de formular las preguntas que considere pertinentes. Además, puede finalizar su participación en cualquier momento del estudio sin que esto represente algún perjuicio para usted.

Muchas gracias por su participación.

Yo, Aixa Gutiérrez doy mi consentimiento para participar en el estudio y soy consciente de que mi participación es enteramente voluntaria. He recibido información en forma verbal sobre el estudio mencionado anteriormente y he leído la información escrita adjunta. He tenido la oportunidad de discutir sobre el estudio y hacer preguntas. Al firmar este protocolo estoy de acuerdo con que mis datos personales, incluyendo datos relacionados a mi salud física y mental o condición, y raza u origen étnico, podrían ser usados según lo descrito en la hoja de información que detalla la investigación en la que estoy participando. Entiendo que puedo finalizar mi participación en el estudio en cualquier momento, sin que esto represente algún perjuicio para mí. Entiendo que recibiré una copia de este formulario de consentimiento e información del estudio y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo comunicarme con Laura Arriola Cuadra al correo laura.arriola@pucp.edu.pe o al teléfono 981 428 749.

Layla Yariff Gutiérrez Farach

Nombre completo de la participante

Firma

13/10/21

Fecha

Laura Isabel Arriola Cuadra

Nombre completo del Investigador responsable

Firma

13/10/21

Fecha

Participante: Melisa Saavedra

El propósito de este protocolo es brindar a las participantes en esta investigación, una explicación clara de la naturaleza de esta, así como del rol que tienen en ella.

La presente investigación es conducida por Laura Isabel Arriola Cuadra, alumna de la Pontificia Universidad Católica del Perú. La meta de este estudio es analizar la influencia que puede tener el *Vocal Cross-training* en la ejecución de 3 cantantes de populares en etapa de formación.

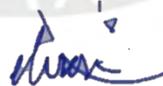
Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder dos entrevistas, que le tomará 20 minutos de su tiempo cada una. La conversación será grabada, así el investigador o investigadora podrá transcribir las ideas que usted haya expresado. Una vez finalizado el estudio las grabaciones no serán publicadas. Su participación será voluntaria. La información que se recoja no se podrá utilizar para ningún otro propósito que no esté contemplado en esta investigación.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá participar de 12 sesiones de entrenamiento vocal que tomará 75 minutos de su tiempo cada una. Las sesiones del laboratorio serán grabadas, así el investigador o investigadora podrá transcribir las ideas que usted haya expresado. Una vez finalizado el estudio las grabaciones serán publicadas en modo “oculto” en la plataforma YouTube, de modo que solo tendrán acceso a dichos videos, las personas que accedan a la tesis y sus respectivos links. Su participación será voluntaria. La información que se recoja no se podrá utilizar para ningún otro propósito que no esté contemplado en esta investigación. Si tuviera alguna duda con relación al desarrollo del proyecto, usted es libre de formular las preguntas que considere pertinentes. Además, puede finalizar su participación en cualquier momento del estudio sin que esto represente algún perjuicio para usted.

Muchas gracias por su participación.

Yo, Melisa Saavedra doy mi consentimiento para participar en el estudio y soy consciente de que mi participación es enteramente voluntaria. He recibido información en forma verbal sobre el estudio mencionado anteriormente y he leído la información escrita adjunta. He tenido la oportunidad de discutir sobre el estudio y hacer preguntas. Al firmar este protocolo estoy de acuerdo con que mis datos personales, incluyendo datos relacionados a mi salud física y mental o condición, y raza u origen étnico, podrían ser usados según lo descrito en la hoja de información que detalla la investigación en la que estoy participando. Entiendo que puedo finalizar mi participación en el estudio en cualquier momento, sin que esto represente algún perjuicio para mí. Entiendo que recibiré una copia de este formulario de consentimiento e información del estudio y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo comunicarme con Laura Arriola Cuadra al correo laura.arriola@pucp.edu.pe o al teléfono 981 428 749.

Alexis Melisa Saavedra Apumayta



13/10/21

Nombre completo de la participante

Firma

Fecha

Laura Isabel Arriola Cuadra



13/10/21

Nombre completo del Investigador responsable

Firma

Fecha

Participante: Aixa Gutierrez

El propósito de este protocolo es brindar a las participantes en esta investigación, una explicación clara de la naturaleza de esta, así como del rol que tienen en ella.

La presente investigación es conducida por Laura Isabel Arriola Cuadra, alumna de la Pontificia Universidad Católica del Perú. La meta de este estudio es analizar la influencia que puede tener el *Vocal Cross-training* en la ejecución de 3 cantantes de populares en etapa de formación.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder dos entrevistas, que le tomará 20 minutos de su tiempo cada una. La conversación será grabada, así el investigador o investigadora podrá transcribir las ideas que usted haya expresado. Una vez finalizado el estudio las grabaciones no serán publicadas. Su participación será voluntaria. La información que se recoja no se podrá utilizar para ningún otro propósito que no esté contemplado en esta investigación.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá participar de 12 sesiones de entrenamiento vocal que tomará 75 minutos de su tiempo cada una. Las sesiones del laboratorio serán grabadas, así el investigador o investigadora podrá transcribir las ideas que usted haya expresado. Una vez finalizado el estudio las grabaciones serán publicadas en modo “oculto” en la plataforma YouTube, de modo que solo tendrán acceso a dichos videos, las personas que accedan a la tesis y sus respectivos links. Su participación será voluntaria. La información que se recoja no se podrá utilizar para ningún otro propósito que no esté contemplado en esta investigación. Si tuviera alguna duda con relación al desarrollo del proyecto, usted es libre de formular las preguntas que considere pertinentes. Además, puede finalizar su participación en cualquier momento del estudio sin que esto represente algún perjuicio para usted.

Muchas gracias por su participación.

Yo, Aixa Gutierrez Díaz doy mi consentimiento para participar en el estudio y soy consciente de que mi participación es enteramente voluntaria. He recibido información en forma verbal sobre el estudio mencionado anteriormente y he leído la información escrita adjunta. He tenido la oportunidad de discutir sobre el estudio y hacer preguntas. Al firmar este protocolo estoy de acuerdo con que mis datos personales, incluyendo datos relacionados a mi salud física y mental o condición, y raza u origen étnico, podrían ser usados según lo descrito en la hoja de información que detalla la investigación en la que estoy participando. Entiendo que puedo finalizar mi participación en el estudio en cualquier momento, sin que esto represente algún perjuicio para mí. Entiendo que recibiré una copia de este formulario de consentimiento e información del estudio y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo comunicarme con Laura Arriola Cuadra al correo laura.arriola@pucp.edu.pe o al teléfono 981 428 749.

Aixa Gutierrez Díaz



13/10/21

Nombre completo de la participante

Firma

Fecha

Laura Isabel Arriola Cuadra



13/10/21

Nombre completo del Investigador responsable

Firma

Fecha