

Una batalla no perdida entre el solfeo y la técnica vocal: didáctica del solfeo en estudiantes de
primer semestre en la Universidad Pedagógica Nacional

Alejandra Peña Jiménez

Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar al título de Licenciada en Música

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

Facultad De Bellas Artes

Licenciatura En Música

Bogotá D.C, Colombia

2025

Contenido

1 Introducción	5
2 Capítulo I. Planteamiento del problema.....	7
1.1 Descripción del problema	7
2.2 Objetivos	12
2.2.1 Objetivo General.....	12
2.2.2 Objetivos Específicos.....	12
2.3 Preguntas.....	12
2.4 Pregunta general de investigación	12
2.5 Preguntas de técnica vocal	13
2.6 Preguntas del espacio académico.....	13
2.7 Preguntas del contexto cultural	14
2.8 Justificación	14
3 Capítulo II. Estado de la cuestión	17
4 Capítulo III. Marco Teórico	29
3.1 La Técnica Vocal	29
3.2 El Solfeo.....	30
3.3 Habilidades Desarrolladas a través del Solfeo	31
3.4 El oído interno.....	32
4. Interacción entre la técnica vocal y el solfeo	33
4.1 Impacto de la técnica vocal en el solfeo	33
4.2 Desafíos para estudiantes no especializados en canto	34
5. Consecuencias físicas del enfoque intensivo en la vocalización	35
5.1 Afecciones a corto y largo plazo.....	35
5.2 Implicaciones en el rendimiento académico y profesional	36
5 Capítulo IV. Diseño metodológico de la investigación	36
6 Capítulo V. Implementación y sistematización de la propuesta didáctica (Desarrollo)	41
5.1 Diagnóstico	41
5.2 Ejecución de talleres	49
7 VI Conclusiones de la investigación.....	67

8 Capítulo VII Anexos	70
9 VIII Bibliografía	72

Tabla de ilustraciones

Ilustración 1 Taller 1 Fases de la respiración	48
Ilustración 2 Taller 2: La columna de aire: el motor de la voz	50
Ilustración 3 Taller 2: La columna de aire: el motor de la voz (adaptación personas con discapacidad visual)	51
Ilustración 4 Taller 3: El oído interno - Grado tonal y parte del cuerpo	53
Ilustración 5 Taller 3: El oído interno - Movimiento y sonido	54
Ilustración 6 Taller 3: El oído interno - Movimiento y sonido 2	54
Ilustración 7 Taller 4: Factores psicológicos y emocionales. Ejercicio flecha	57
Ilustración 8 Taller 4: Factores psicológicos y emocionales. Ejercicio visual.	57
Ilustración 9 Taller 4: Factores psicológicos y emocionales. Ejercicio meditación guiada	58

1 Introducción

Esta investigación propone integrar la técnica vocal en el proceso de enseñanza y aprendizaje del solfeo. Reconoce la voz como el instrumento esencial del músico y el canto como un medio para desarrollar habilidades que fortalecen la afinación, la precisión rítmica y la comprensión auditiva. El trabajo vocal impulsa el desarrollo de capacidades respiratorias, de afinación, articulatorias, auditivas y expresivas–corporales. A la vez, estos elementos mejoran la lectura entonada, la percepción melódica y la interpretación musical, y contribuyen a un aprendizaje del solfeo más consciente e integral.

A partir de estos fundamentos, la investigación orienta su propósito hacia el diseño y la aplicación de una propuesta didáctica que incorpora herramientas vocales para optimizar el aprendizaje del solfeo en los estudiantes de primer semestre de la asignatura Formación Teórico–Auditiva I de la Licenciatura en Música de la Universidad Pedagógica Nacional.

El estudio plantea una perspectiva pedagógica que articula los componentes auditivos, corporales y técnicos del aprendizaje musical. Con ello, busca consolidar un proceso formativo integral del solfeo que fortalezca las habilidades musicales, la conciencia corporal y la sensibilidad vocal de los futuros músicos y docentes.

This research proposes the integration of vocal technique into the teaching and learning process of solfege. It recognizes the voice as the musician's primary instrument and vocal technique as a fundamental tool for developing accurate intonation. The incorporation of breathing, articulation, and emotional awareness enhances auditory comprehension and strengthens vocal interpretation.

For this reason, five workshops were designed and applied to first-semester students of the Bachelor's Degree in Music at the Universidad Pedagógica Nacional.

2 Capítulo I. Planteamiento del problema

Este trabajo comprende los retos que enfrentan los estudiantes de primer semestre en la Universidad Pedagógica Nacional al integrar el solfeo con la técnica vocal. A lo largo del proceso investigativo se exploran las dificultades comunes, las estrategias didácticas y las posibilidades de un aprendizaje más integral. El propósito es ofrecer una visión que trascienda la mera lectura musical y se convierta en una herramienta para fortalecer la expresión vocal. Así se pretende contribuir a la formación de futuros músicos y docentes desde una perspectiva académica y pedagógica.

1.1 Descripción del problema

Las instituciones de educación superior que cuentan con programas de Música y Licenciatura en Música estructuran el currículo para formar músicos integrales, por lo que abarcan diferentes áreas esenciales del conocimiento. Los estudiantes cursan asignaturas fundamentales como gramática musical, instrumento principal, instrumento armónico (piano) y participan en conjuntos (coro, orquesta, big band, entre otros). Estas materias brindan herramientas para desarrollar habilidades técnicas, teóricas y expresivas para ejecutar su instrumento de manera profesional. En caso de optar por una profundización en dirección, composición o pedagogía, dominar el solfeo resulta fundamental para respaldar y potenciar esas áreas.

La Universidad Pedagógica Nacional, por ejemplo, ofrece el espacio académico de Formación Teórico-Auditiva 1 (FTA1) con una intensidad de seis horas semanales de carácter obligatorio. En esta materia, los estudiantes adquieren bases para comprender el lenguaje musical, exploran

aspectos como: lectoescritura musical, entonación, lectura a primera vista, reconocimiento tonal y memoria.

El texto utilizado en este espacio académico como material de estudio es *Solfeo. Parte 1. Monofonía* (B. Kalmykov y G. Friedkin, 2005). En esta obra, los autores presentan una compilación de melodías extraídas de distintas composiciones y adaptadas para la práctica de la entonación. De esta manera, se trabajan aspectos como la tesitura, la altura, la intensidad y la calidad del sonido, los cuales son fundamentales para lograr una entonación precisa.

Para conocer los desafíos que enfrentan los estudiantes, es importante examinar cómo se desarrolla el proceso de aprendizaje de la entonación dentro del espacio académico FTA 1. En la UPN se utiliza una melodía seleccionada del material propuesto por el maestro con un objetivo específico. Estas melodías pueden estar orientadas a trabajar aspectos como grados conjuntos, grados de atracción, saltos de intervalos ascendentes o descendentes, modulación, cromatismos, motivos melódicos, matices, fraseo y variaciones rítmicas.

Al abordar la melodía propuesta, se utiliza una didáctica imitativa que se desarrolla por turnos. El maestro presenta el ejercicio y posteriormente, el estudiante debe reproducirlo de manera exacta. Durante este proceso, el maestro evalúa la ejecución. Si el estudiante no logra desarrollar correctamente el ejercicio, suele interpretarse como una falta de habilidades musicales, y se omite la relación entre la afinación y el aparato fonador. De esta manera, se responsabiliza al alumno de explorar su instrumento fonador sin ofrecerle una guía adecuada que le permita comprenderlo en su totalidad.

Este método de enseñanza puede ser efectivo para algunos, pero presenta obstáculos para aquellos estudiantes cuyo instrumento principal no está relacionado con la voz. Además, están

desvinculados de recursos técnicos como el vibrato¹, el falsete², el twang³, y los mecanismos⁴, así como de recursos tímbricos y ornamentales, entre los que se encuentran el trino⁵, la apoyatura⁶ y los melismas⁷.

Esta situación se convierte en un desafío para el maestro a cargo de FTA 1, el cual debe hacer cumplir los objetivos de clase que exige la universidad, la necesidad de demostrar resultados concretos provoca superficialidad en el aprendizaje, interiorización de fallas técnicas, repetición sin comprensión, desarrollo de hábitos incorrectos, desconexión entre la teoría y la práctica. Sin embargo, el elevado número de personas en el aula dificulta considerablemente la identificación de problemas relacionados con la técnica vocal o la comprensión del aparato fonador en cada estudiante. Incluso una sesión personalizada de una hora de canto con un especialista en el manejo de este instrumento deja muchas preguntas sin resolver acerca de su funcionamiento.

El proceso de evaluación de la entonación en el espacio académico de ‘Formación Teórico-Auditiva 1’ se lleva a cabo mediante la interpretación de melodías. Estas pueden ser ejercicios previamente trabajados en clase o ejercicios presentados por primera vez al estudiante. La ejecución es individual y se realiza frente al docente encargado y un jurado especializado en el área. Para aprobar este ítem, se requiere una ejecución exacta o aproximada de los ejercicios solicitados, se debe demostrar control de la afinación y la precisión rítmica.

¹ Oscilación regular y controlada de la altura de una nota.

² Registro vocal que permite emitir sonidos más agudos.

³ Configuración vocal que produce un sonido más brillante, metálico y resonante.

⁴ Coordinación de las cuerdas vocales, existen 4 mecanismos, de diferentes características tímbricas y de estilo.

⁵ Rápida alternancia entre una nota principal y la nota inmediatamente superior

⁶ Nota que se interpreta antes de la nota principal

⁷ Cantar varias notas sobre una misma sílaba de un texto.

En el mejor de los casos, el maestro a cargo posee un profundo conocimiento del aparato fonador y los grupos de solfeo están organizados en pequeños conjuntos. Sin embargo, es importante destacar que las instalaciones de la universidad no están acondicionadas para el aislamiento acústico. Esto genera interferencias sonoras, ya que otros espacios académicos se imparten de manera simultánea, e instrumentos de gran volumen, como la percusión, el piano y los vientos, superan la proyección natural de la voz. Como consecuencia, los estudiantes esfuerzan su emisión vocal para traspasar el volumen de estos sonidos, lo que incrementa el riesgo de fatiga y posibles lesiones en el aparato fonador.

Más allá de las dificultades de aprendizaje, un enfoque intensivo sin el uso de herramientas vocales adecuadas puede generar consecuencias físicas importantes, tanto a corto como a largo plazo. Tal como se señala en el artículo “La voz herida” Alfonso Huertas, problemas en la emisión vocal en el aula, la sobrecarga del aparato fonador, entre otras malas prácticas, pueden provocar disfunciones y posibles lesiones derivadas de un uso inadecuado. Algunas afecciones son: fatiga vocal tensión⁸, ronquera⁹, nódulos¹⁰, inhibición del flujo respiratorio¹¹ y dificultades en la elasticidad de las cuerdas vocales, así como bloqueos en la lengua, mandíbula y faringe. La falta de conocimiento sobre el uso adecuado del instrumento vocal puede afectar la precisión en la entonación y la intensidad de la emisión vocal.

Estas dificultades no solo afectan el rendimiento académico, sino que también inciden en el futuro desempeño profesional de los estudiantes. En la práctica musical, la lectura y transcripción de

⁸ Los músculos alrededor de la laringe y del cuello se contraen excesivamente durante el uso de la voz.

⁹ Alteración en la calidad de la voz que se caracteriza por un sonido áspero, rasposo, débil o entrecortado.

¹⁰ Engrosamientos benignos que se forman en las cuerdas vocales debido al uso excesivo de la voz.

¹¹ Interrupción o restricción del paso normal del aire durante la respiración.

melodías exige una codificación precisa del texto musical para una interpretación correcta de sus signos. Una afinación inadecuada altera la correspondencia entre el sonido y la notación, lo que genera errores en la ejecución, dificulta la identificación de intervalos y compromete la comprensión auditiva. Esta imprecisión puede distorsionar la estructura melódica o rítmica de una obra, y afecta la fidelidad del mensaje musical.

En contextos de interpretación colectiva, como el ensamble, una afinación deficiente impide la coherencia sonora entre los integrantes, desestabiliza el equilibrio armónico y reduce la calidad expresiva del resultado final. Además, limita el desarrollo de la escucha activa, la coordinación grupal y la sensibilidad interpretativa, competencias esenciales para el ejercicio profesional del músico. Por tanto, fortalecer la técnica vocal y la afinación desde los primeros niveles de formación se convierte en una necesidad pedagógica que incide directamente en la precisión, la lectura musical y la calidad interpretativa.

Ante estos desafíos, la práctica individual se convierte en un componente esencial para el desarrollo de las competencias musicales. Este espacio de trabajo individual les permite afianzar los conocimientos vistos en clase, interiorizar conceptos de ritmo, entonación, dictado y lectura, y consolidar la relación entre la teoría y la práctica. La práctica constante fuera del aula fomenta la autonomía, la disciplina y la responsabilidad del músico en formación, cualidades indispensables para su crecimiento artístico.

2.2 Objetivos

2.2.1 Objetivo General

Diseñar y aplicar una propuesta didáctica basada en herramientas vocales que optimicen el aprendizaje del solfeo en los estudiantes de primer semestre de la asignatura Formación Teórico-Auditiva I de la Licenciatura en Música de la Universidad Pedagógica Nacional.

2.2.2 Objetivos Específicos

Analizar la relación entre el solfeo y la técnica vocal en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de primer semestre de Formación Teórico-Auditiva I.

Identificar las dificultades y necesidades vocales y auditivas que afectan la entonación en el aprendizaje del solfeo.

Diseñar talleres didácticos que integren el uso del aparato fonador como herramienta para el desarrollo de la afinación, la entonación y la conciencia auditiva en el solfeo.

Implementar talleres vocales como estrategia didáctica en el proceso de aprendizaje del solfeo de los estudiantes.

2.3 Preguntas

2.4 Pregunta general de investigación

¿Cómo optimizar el aprendizaje del solfeo en la asignatura Formación Teórico-Auditiva I mediante el uso de herramientas vocales en los estudiantes de primer semestre de la Licenciatura en Música de la Universidad Pedagógica Nacional?

2.5 Preguntas de técnica vocal

¿Cuáles son las fases de la respiración?

¿Qué tipos de respiración existen?

¿Cuál es la postura para el canto?

¿Cómo afecta la postura en la toma del aire?

¿Qué es la columna de aire?

¿Qué son los mecanismos vocales?

¿Cómo influye la toma de aire en la resonancia?

¿Cómo se cambia de mecanismo?

¿Qué es el oído interno?

¿Cómo se desarrolla el oído interno?

2.6 Preguntas del espacio académico

¿Por qué es importante el solfeo?

¿Qué es Formación Teórico-Auditiva?

¿Por qué es importante el espacio académico de FTA1?

¿Qué recursos didácticos utilizan los maestros que imparten FTA en LEM?

¿Cómo se abordan las dificultades de entonación en estudiantes de FTA en LEM?

2.7 Preguntas del contexto cultural

¿Qué recursos y apoyo institucional están disponibles para los estudiantes de FTA?

¿Cómo impactan los objetivos del espacio académico Formación Teórico-Auditiva en la carga emocional de los estudiantes y en los resultados académicos obtenidos?

¿Cómo afectan las condiciones acústicas de los espacios físicos al aprendizaje en Formación Teórico-Auditiva?

2.8 Justificación

La presente investigación se fundamenta en la necesidad de proporcionar un apoyo a los estudiantes de la Universidad Pedagógica Nacional que cursan la materia de Formación Teórico-Auditiva 1. La complejidad e importancia de este espacio académico en la formación musical abarca diversos aspectos del aprendizaje y se considera como fundamental para la adquisición de otros conocimientos y habilidades musicales. En este sentido, surge la necesidad de implementar estrategias didácticas que faciliten la comprensión y práctica de los contenidos, optimicen el proceso de enseñanza-aprendizaje y fortalezcan tanto las competencias auditivas como las vocales de los estudiantes.

Para hacer frente a las dificultades señaladas anteriormente, se propone la implementación de herramientas visuales basadas en el sistema de entrenamiento para el control de las estructuras anatómicas y fisiológicas Estill Voice (Estill 1980) la cual se centra en la conciencia corporal, la observación del aparato fonador y el uso de imágenes para guiar la producción vocal. Este sistema permite a los estudiantes comprender de manera más clara el funcionamiento de los órganos

implicados en la emisión del sonido, facilitando así la adquisición de hábitos saludables y efectivos en el aprendizaje del solfeo y la práctica vocal.

En paralelo, se sugiere hacer talleres enfocados en el conocimiento y cuidado del aparato fonador, para que los estudiantes puedan comprender la anatomía y fisiología de su instrumento vocal, conocimiento fundamental para su uso saludable. Este tipo de espacios pedagógicos contribuyen a prevenir lesiones vocales derivadas de malas prácticas, sobreesfuerzo o desconocimiento del uso de la voz cantada. Además, dotan a los estudiantes de herramientas para optimizar la respiración, la resonancia y la articulación, aspectos fundamentales para la afinación y la proyección de la voz.

A fin de que el proceso de enseñanza -aprendizaje sea efectivo, se hace necesario que el estudiante, desarrolle hábitos de estudio específicos para la Formación Teórico-Auditiva 1, ya que, además, este espacio académico es un pilar fundamental para superar los desafíos que supone el aprendizaje del solfeo. Así pues, se pretende que estos hábitos no solo mejoren el desempeño en el espacio académico, sino que también favorezcan la ejecución del instrumento principal de cada estudiante.

El desarrollo de técnicas vocales aplicadas al solfeo resulta crucial para el aprendizaje musical. Tal como lo menciona Marco Guzmán en su libro, (Marco Guzmán Noriega 2010) la práctica regular de ejercicios vocales (calentamiento) tiene un efecto positivo incluso en personas con alteraciones de la voz. En este sentido, la implementación de talleres específicos y calentamientos vocales permite a los estudiantes mejorar la emisión y el control del sonido, al mismo tiempo que prepara y protege su voz. Ejercicios enfocados en grados conjuntos, saltos de intervalos, reconocimiento de ejes tonales, proyección e improvisación favorecen la conexión entre el oído interno y el aparato fonador, potenciando tanto las habilidades auditivas como las vocales.

Esta práctica no solo beneficia el desempeño en el solfeo, sino que también contribuye al desarrollo general de las habilidades musicales del estudiante. La integración de todos estos elementos en la práctica diaria busca que los alumnos desarrollen una técnica vocal más sólida y consciente, para fortalecer la conexión entre la voz y el instrumento musical. Esta aproximación integral no solo mejora las habilidades vocales y auditivas, sino que también proporciona una base sólida para el desarrollo musical integral del estudiante.

Esta propuesta responde a la necesidad de optimizar el proceso de aprendizaje en la Formación Teórico-Auditiva, considerando tanto los aspectos teóricos como prácticos, y estableciendo una conexión más directa entre la teoría, la audición y la práctica instrumental. Se espera que este enfoque integral mejore significativamente la formación musical de los estudiantes, preparándolos para los desafíos de su carrera profesional.

3 Capítulo II. Estado de la cuestión

En esta sección, se presentan documentos que respaldan la relación de la entonación y la técnica vocal, desde una perspectiva teórica y práctica. Estos documentos incluirán estudios académicos, investigaciones y artículos que abordan cómo la técnica vocal aporta en la capacidad de entonación de los estudiantes, fundamental en la formación musical, pero que supone diversos desafíos en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Así pues, se incluyen algunas fuentes referentes también a estrategias didácticas efectivas para su aplicación en procesos de enseñanza del solfeo en estudiantes universitarios.

(Salazar, A, & Piñeros, M. 2007) *Estrategias para resolver dificultades de entonación en jóvenes que inician procesos de lectura y dictado melódico. Proyecto Curricular de Artes Musicales (PCAM), Academia Superior de Artes de Bogotá (ASAB).*

En este estudio se aborda el tema de las dificultades de entonación, las cuales pueden manifestarse de diversas formas: una ubicación tonal incorrecta o un desfase en una categoría de altura, un desajuste de afinación sin que haya un desfase en la categoría de altura, o una fluctuación excesiva que dificulta ubicar la altura percibida en una categoría específica. Se considera que, si los estudiantes tuvieran herramientas de pedagogía vocal, mejorarían sus condiciones básicas para la emisión vocal, lo que a su vez beneficiaría el desarrollo de la lectura melódica entonada y del dictado melódico. Estas condiciones incluyen el conocimiento y manejo del cuerpo, así como de los sistemas respiratorio y fonatorio, para lo cual la Nueva pedagogía vocal ofrece conceptos y técnicas útiles. Este trabajo se originó por la necesidad de realizar un estudio que proporcionara a estudiantes y maestros estrategias para mejorar y fortalecer la emisión de la voz entonada. Así, en 2005, un grupo de docentes del espacio académico de Formación Auditiva y Canto del Proyecto

Curricular de Artes Musicales (PCAM) de la Academia Superior de Artes de Bogotá (ASAB) propuso el proyecto Estrategias para resolver dificultades de entonación en jóvenes que inician procesos de lectura y dictado melódico (Salazar & Piñeros, 2007).

(Bustos Sánchez 2012) *Ana. La voz, la técnica y la expresión.*

En este documento, se explora la estrecha relación entre el cuerpo y la afinación vocal, destacando cómo las tensiones físicas se reflejan en la voz humana. La autora subraya la importancia del uso adecuado del cuerpo, enfatizando la respiración como pilar fundamental para una técnica vocal saludable.

El estudio se centra en las necesidades vocales, aborda los hábitos de vida y consumo de sustancias psicoactiva que pueden influir en la calidad vocal. Bustos Sánchez ofrece una visión integral de la técnica vocal muestra cómo una correcta gestión del cuerpo y la respiración puede mejorar significativamente la expresión y la afinación de la voz.

El texto aporta una comprensión profunda sobre las repercusiones físicas que genera la tensión en la voz, especialmente en el impacto que tiene sobre la calidad del sonido emitido. La gestión consciente de la respiración, la relajación corporal y la alineación postural se presentan como herramientas clave para optimizar el rendimiento vocal y prevenir el desgaste o daño en el aparato fonador.

(Boris 2018), *Diego, y Celsa Mel Gowland. Manual de Formación 5: La Voz Cantada. INAMU, 2018.*

Este manual aborda en profundidad las lesiones más comunes entre los cantantes, explora sus causas y los riesgos asociados. Proporciona información detallada sobre cómo prevenir y tratar

estas lesiones. A través de métodos de enseñanza que promueven el autoconocimiento, los músicos pueden aprender a identificar señales tempranas de tensión o mal uso vocal, adaptando sus prácticas y técnicas para evitar daños.

Proporciona una visión clara sobre los mitos de la voz y el rendimiento vocal. Para enfrentar este desafío adopta una perspectiva informada y equilibrada sobre el cuidado vocal, para esta investigación este documento aborda creencias erróneas relacionadas con la respiración y la postura corporal, aspectos fundamentales en el proceso de emisión vocal. Estos mitos, transmitidos a lo largo del tiempo, han generado prácticas poco saludables o ineficaces en el uso de la voz, como la idea de que se debe "tomar mucho aire" o que una postura rígida mejora la proyección vocal.

Choks (1988) y, Lois. Kodály Method I: Comprehensive Music Education. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1988.

Se refiere al oído interno como la capacidad de imaginar, escuchar y comprender la música de manera mental, sin que esta esté sonando físicamente. Esta habilidad permite que los músicos anticipen sonidos, reconozcan melodías e intervalos, y comprendan la estructura musical de forma más profunda. El desarrollo del oído interno es uno de los pilares de su método, ya que promueve una relación más intuitiva con la música. A través de esta capacidad, los estudiantes no solo reproducen las notas que ven en una partitura, sino que las interpretan con una comprensión interna y auditiva, lo que facilita una interpretación más expresiva y consciente.

(s. f.) Orff, Carl. *Music for Children*. Schott Music, 1950.

Propone una forma activa, lúdica y vivencial de enseñar música a los niños mediante el movimiento corporal, la improvisación, el canto, el ritmo y el uso de instrumentos de percusión sencillos como xilófonos, metalófonos, tambores y maracas. Su contenido está estructurado en canciones, juegos rítmicos y ejercicios accesibles, diseñados para facilitar el aprendizaje musical desde una perspectiva intuitiva y sensorial

El texto es útil como base para el diseño del taller de oído interno propuesto en esta investigación, ya que permite relacionar la percepción auditiva con el cuerpo a través de dinámicas que asocian una escala musical con desplazamientos corporales, exploraciones espaciales y respuestas físicas al sonido. De esta forma, se busca fortalecer la conciencia auditiva y kinestésica de los estudiantes de primer semestre, facilitando el reconocimiento de alturas, intervalos y estructuras melódicas mediante la acción y la experiencia corporal.

Abreu, Juan Antonio. *Cantar, Tocar y Oír*. Fundación Musical Simón Bolívar, 2006.

Este libro desarrolla un enfoque en la escucha activa y ayuda a los estudiantes a mejorar su capacidad auditiva. También aborda el canto y el uso de instrumentos, lo que permite a los estudiantes experimentar el solfeo de manera práctica. Así, aprenderán a leer música a través de la voz y la reproducción en instrumentos, lo que refuerza la comprensión de las notas. Además, este libro proporciona ejercicios de lectura musical de manera progresiva, lo que facilita el aprendizaje de forma dinámica.

Estas estrategias son útiles para el desarrollo del taller oído interno, proporcionan recursos para vincular la percepción auditiva con el cuerpo, la afinación y la memoria musical. El libro también resalta que uno de los factores fundamentales en la preparación del músico para el canto es la escucha previa y consciente; es decir, entrenar el oído interno antes de emitir sonido. Esta premisa

sustenta la propuesta del taller, donde la conciencia auditiva se estimula antes de la producción vocal, promoviendo una afinación más precisa y una conexión más profunda entre lo que se escucha internamente y lo que se canta o ejecuta.

(Jones) J. M. *The Singing Book*. 2nd ed. New York: W.W. Norton & Company, 2002.

Es una guía integral sobre la enseñanza del canto, diseñada tanto para estudiantes como para profesores. El libro aborda los fundamentos de la técnica vocal y contiene ejercicios prácticos que desarrollan habilidades de control de tonalidad y flexibilidad vocal. Además, incluye una sección de canciones de diferentes géneros, lo que permite desarrollar habilidades vocales y variar el repertorio.

Este enfoque lo convierte en una fuente clave para el diseño de los talleres propuestos en esta investigación, especialmente el Taller 1 “La respiración y el Taller 2: El flujo de aire”.

En el taller 1, el texto contribuye al análisis y práctica de la respiración costo-diafragmática, así como a la toma de conciencia del cuerpo como soporte del sonido. En el taller 2, permite profundizar en el control y la gestión del aire durante la emisión vocal, abordando la relación entre la presión subglótica, la resistencia del tracto vocal y la eficiencia en la fonación.

(Estill) Joe. *Estill Voice Training for Voice Professionals: Level One Manual*. 1980

Su enfoque se basa en el conocimiento científico del aparato fonador y en el control consciente de las estructuras anatómicas involucradas en la producción de la voz. Estill propone que cualquier persona puede entrenar su voz de forma eficiente y saludable si entiende cómo funcionan sus mecanismos vocales y cómo modularlos voluntariamente.

Se aplican directamente en los talleres 1, 2, 3 y 4 de esta investigación. Este manual proporciona una base sólida para comprender las repercusiones musculares del cuerpo en la voz, al mostrar cómo la coordinación y preparación del aparato fonador influyen directamente en la calidad vocal.

(Titze) Ian. *Principles of Voice Production*. 2nd ed. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1994.

En este texto, Titze ofrece una visión profunda de la fisiología vocal y los mecanismos de producción de la voz, además de incluir recomendaciones sobre el cuidado vocal y la importancia del calentamiento adecuado para mantener la salud del aparato fonador. sustenta desde una perspectiva fisiológica la necesidad de incorporar ejercicios de calentamiento vocal, respiración eficiente y conciencia corporal en los procesos iniciales de formación musical.

Permite abordar con argumentos científicos los efectos de la tensión, la mala postura y el uso inadecuado del aire en la emisión vocal, facilitando así que los estudiantes comprendan la importancia del entrenamiento vocal técnico y consciente desde etapas tempranas de su formación.

(Cornelius L). *The Free Voice: A Guide to Natural Singing*. 1972.

Se centra en el desarrollo de una técnica vocal natural y eficiente, haciendo hincapié en la importancia de la respiración controlada y su relación directa con la producción vocal. Reid argumenta que una técnica vocal óptima no solo depende de la capacidad para controlar la voz, sino también de la gestión adecuada del aire, lo que permite una emisión clara, estable y libre de tensiones.

El texto es útil para comprender cómo los ejercicios de respiración previos a la producción vocal no solo benefician la técnica vocal, sino que también preparan el cuerpo y la mente para el canto, garantizando que la voz se mantenga libre de tensiones y se maximice su resonancia.

(Berkowitz, s. f.) David. *A New Approach to Sight Singing*. New York: W.W. Norton & Company, 1976.

El texto plantea que el solfeo no solo enseña a leer música de manera eficiente, sino que también cumple un papel esencial en el desarrollo de la afinación y la precisión auditiva. Estos dos aspectos resultan fundamentales para el control del aparato fonador, pues la capacidad de identificar y reproducir con exactitud las alturas permite al estudiante ajustar su voz de forma precisa y sin tensiones. Desde las primeras páginas, el autor propone un enfoque del solfeo que incorpora la conciencia de la respiración y las cadencias, lo cual adquiere gran relevancia para el cuidado vocal y el fortalecimiento de una técnica saludable. De este modo, la formación teórico-auditiva contribuye al desarrollo de habilidades auditivas que, a su vez, favorecen de manera directa el progreso de la técnica vocal.

(McKinney, s. f.) James C. *The Diagnosis and Correction of Vocal Faults: A Manual for Teachers of Singing and for Choir Directors*. Nashville: Genovox Music Group, 1994.

McKinney enfatiza que el primer paso para mejorar la técnica vocal es identificar con precisión los problemas específicos que afectan a cada estudiante. Una de las ideas que se extrae del texto son los errores vocales, “la falta de afinación, el quiebre entre registros o el mal uso del aire”. El autor habla sobre la interacción entre cuerpo, mente y voz. El texto refuerza la idea de que el cuerpo es el instrumento del cantante, por lo que cualquier desequilibrio postural o tensión muscular puede interferir con la producción vocal eficiente.

Es una obra fundamental en el campo de la pedagogía vocal, ya que proporciona un marco detallado y accesible para identificar, analizar y corregir errores comunes en la técnica vocal. Este libro permite vincular directamente las fallas vocales observadas en estudiantes de primer semestre

con estrategias pedagógicas de corrección, lo cual aporta un enfoque práctico y fundamentado a tu propuesta.

(Doscher) Barbara M. *The Functional Unity of the Singing Voice*. Lanham, MD: Scarecrow Press, 1994

La obra *The Functional Unity of the Singing Voice* (Doscher, 1994) constituye una referencia fundamental en el campo de la pedagogía vocal contemporánea, destacándose por su enfoque científico, riguroso y analítico del funcionamiento del aparato fonador. Barbara Doscher plantea que la voz debe comprenderse como un sistema integrado en el que intervienen de manera interdependiente la respiración, la fonación, la resonancia, la articulación y la percepción auditiva. Desde esta perspectiva, el desarrollo vocal no puede abordarse de forma aislada, sino a partir de la interacción equilibrada entre los distintos mecanismos fisiológicos y perceptivos que intervienen en la emisión del sonido.

Estos principios estructuran de los talleres 1, 2, 3, 4 y 5, los cuales buscan fortalecer la conexión entre la conciencia corporal, la escucha interna y la producción vocal progresiva. En ellos, se parte del trabajo postural y respiratorio como base para la afinación consciente, avanzando hacia ejercicios que integran la percepción auditiva, la coordinación motriz fina y la ejecución melódica precisa. De este modo, la propuesta de Doscher se convierte en un eje articulador que orienta el proceso pedagógico hacia una comprensión funcional, sensible y eficiente de la voz como instrumento integral.

(Goleman 1995 Daniel) Inteligencia Emocional

El libro Inteligencia emocional se utiliza como base teórica para el desarrollo del taller de las emociones. En este espacio, se busca que los estudiantes reconozcan y nombren las seis emociones

básicas que puede experimentar el ser humano: alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa y asco. El objetivo principal del taller es que los participantes identifiquen cómo estas emociones se manifiestan en su cuerpo y cómo pueden influir en su desempeño vocal.

En contextos de aprendizaje musical, como el canto, el solfeo o la interpretación, las emociones tienen un impacto directo tanto en el cuerpo como en el rendimiento. Estados emocionales como el miedo escénico, la frustración o la euforia pueden alterar la respiración, la postura y la calidad del sonido. Por ello, tomar conciencia de estas emociones antes de cantar permite a los estudiantes preparar su cuerpo y mente de manera más efectiva, facilitando una experiencia vocal más saludable y expresiva. Este enfoque parte de la premisa que propone Goleman, quien señala que el manejo emocional es una competencia esencial para el desarrollo integral del ser humano y para el éxito en actividades cognitivas y artísticas.

(Bessel Van 2014) *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*

Este libro es una obra fundamental en el campo de la psicología somática. Van der Kolk, psiquiatra y especialista en trauma, explica cómo el cuerpo (el soma) guarda las huellas de las experiencias traumáticas, incluso cuando no son plenamente conscientes. A través de investigaciones y casos clínicos, el autor demuestra que el trauma no solo afecta la mente, sino que también se manifiesta físicamente en el cuerpo, alterando la postura, la respiración, la tensión muscular y los patrones de movimiento.

El taller IV de las emociones se basa en la preparación corporal previa al canto, ya que ayuda a comprender cómo las emociones no procesadas o los estados de tensión se almacenan en el cuerpo y pueden afectar el rendimiento vocal. El reconocimiento somático de estos estados es clave para liberar bloqueos físicos y emocionales que interfieren con la producción vocal.

(Vives 2007) Lluïsa, El miedo escénico: Cómo superarlo y disfrutar actuando

La autora explica cómo el miedo al juicio, la presión por el rendimiento y la autoexigencia influyen de manera negativa en el desempeño de cantantes, actores, músicos y oradores. El texto ofrece herramientas prácticas para gestionar el cuerpo, la respiración y los pensamientos que bloquean la expresión artística, proponiendo ejercicios de visualización, relajación, gestión emocional y fortalecimiento de la autoconfianza.

Esta obra ofrece un valioso apoyo en talleres o clases de canto donde los estudiantes deben enfrentarse al público, ya que favorece la toma de conciencia sobre las emociones previas a la interpretación, el reconocimiento de las tensiones corporales y la implementación de estrategias psicológicas que fortalecen la seguridad escénica.

(Martínez López Isabel María) 2014 Juegos musicales y actividades de movimiento para la educación infantil.

Este libro propone actividades lúdicas de memoria que integran el cuerpo, el ritmo y el aprendizaje musical, las cuales resultan útiles no solo para dinamizar las sesiones, sino también para estimular la concentración, la coordinación motora y la retención de contenidos musicales. Dichas dinámicas permiten que los estudiantes enfrenten pequeños retos físicos y mentales en un ambiente seguro y creativo, favoreciendo así el desarrollo integral de sus capacidades cognitivas y expresivas.

Para el taller de las emociones, se plantea inducir un estado de activación emocional leve o de estrés controlado mediante juegos desafiantes, cuidadosamente diseñados para mantener la motivación sin generar frustración. Este tipo de experiencias favorece que los participantes

identifiquen sus reacciones emocionales en tiempo real y aprendan a gestionarlas de manera consciente. A través de la práctica lúdica, los estudiantes pueden reconocer la relación entre emoción, cuerpo y voz, lo que fortalece tanto la interpretación musical como la comunicación expresiva en contextos académicos y artísticos.

(Valibouse Arielle) El miedo escénico del músico: comprenderlo y superarlo.

La autora, psicóloga y músico, explora cómo se manifiesta el miedo escénico en los músicos, desde estudiantes hasta profesionales, analizando las causas psicológicas, físicas y emocionales. Propone herramientas prácticas para identificar y superar bloqueos emocionales, y ofrece estrategias para afrontar el estrés antes, durante y después de las presentaciones.

En este trabajo, el enfoque de Valibouse se articula especialmente en el taller de emociones, donde se busca llevar al estudiante a reconocer sus estados internos y relacionarlos con la práctica vocal. A través de juegos o dinámicas que simulan el estrés o la exposición escénica, se busca que los estudiantes desarrollen habilidades de autorregulación emocional que les permitan afrontar de manera más saludable el acto de cantar en público.

(Tolle Eckhart) 1997. El poder del ahora

Tolle explica que la atención plena a la respiración permite calmar la mente, liberar tensiones y anclarse al momento presente. Considera que la respiración consciente es una de las formas más accesibles y poderosas de salir del diálogo mental constante y conectar con el "ahora", lo que tiene un impacto directo en la regulación emocional, el manejo del estrés y la concentración.

Este texto visibiliza que la respiración presente, consciente y controlada ayuda al músico a estabilizar su cuerpo, enfocar su mente y modular mejor su voz, factores clave al momento de

interpretar o enfrentar el pánico escénico. Proporciona técnicas de respiración aplicadas en el taller número uno y cuatro, relacionando el aire con las emociones.

(Teresa Cattaneo 2005) La voz cantada: ciencia y arte

Este libro explica los diferentes mecanismos vocales (M1, M2, etc.), cómo se comportan anatómicamente y fisiológicamente, y cómo se realiza la transición entre ellos en el canto. Ofrece una visión tanto científica como pedagógica, combinando fisiología vocal con ejercicios para lograr un pasaje vocal equilibrado y saludable.

Este texto sirve como base técnica para diseñar actividades o talleres que ayuden a los estudiantes a identificar, sentir y manejar el pasaje entre registros, ejercicios que involucren cambios de registro o “quiebres” de voz controlados.

(Villagar, s. f.) La voz humana: Fisiología, higiene y técnica vocal

La voz es un proceso integral en el que intervienen sistemas anatómicos, fisiológicos y emocionales. El aparato fonador combina la respiración, la vibración de las cuerdas vocales y la resonancia en cavidades orales y nasales, permitiendo la producción del sonido. Su equilibrio depende de una adecuada postura, control respiratorio y relajación muscular. Sin embargo, la voz también refleja el estado emocional del individuo, por lo que factores como la ansiedad escénica alteran timbre, afinación y expresividad. Esta ansiedad se manifiesta en síntomas físicos, cognitivos y emocionales que afectan el rendimiento vocal, especialmente en estudiantes. Para contrarrestarla, se recomiendan técnicas de respiración consciente, relajación muscular, visualización positiva y práctica gradual de la exposición escénica. De este modo, el canto se comprende como una experiencia interdisciplinaria que integra técnica, salud y gestión emocional.

4 Capítulo III. Marco Teórico

La disciplina del Solfeo es esencial para los músicos profesionales, ya que proporciona las bases para la lectura y comprensión de la música, lo cual es fundamental para una ejecución precisa de su profesión. Sin embargo, el control del aparato fonador, muchas veces olvidado, es igual de importante, en tanto que de este depende la calidad de la emisión vocal. La técnica adecuada facilita la producción de sonidos, y es vital para aplicar correctamente los conocimientos de Solfeo en la práctica. La falta de dominio en el aparato fonador puede dificultar la emisión de sonidos, especialmente cuando se está alejado de técnicas que apoyen la vocalización. Para los principiantes, la integración de solfeo y técnica vocal presenta un desafío adicional, porque deben desarrollar simultáneamente habilidades teóricas y prácticas. Este marco teórico explorará la interrelación entre el Solfeo y la Técnica Vocal, los obstáculos que enfrentan los estudiantes en su aprendizaje, y las implicaciones físicas y académicas de un enfoque intensivo en el desarrollo de la vocalización.

3.1 La Técnica Vocal

Francesco Lamperti, en su tratado *A Treatise on the Art of Singing* (1864) define la técnica vocal como el conjunto de métodos que influyen en la emisión de sonidos de manera saludable y efectiva. Según Lamperti, aspectos fundamentales como la respiración, la colocación y la vocalización constituyen el equilibrio necesario para desarrollar una técnica vocal sólida.

Barbara Doscher, en su libro *The Function Unity of the Singing Voice*, (1994) ofrece una perspectiva complementaria, afirmando que todos los aspectos del canto —respiración, fonación,

resonancia y articulación— están interrelacionados y trabajan en lo que ella denomina la “unidad funcional de la voz”. Esta concepción resalta la importancia de la integración de estos elementos para una técnica vocal efectiva.

Adicionalmente, el pedagogo David Jones, en su libro *The Singing Book*, (2002)¹² explora la dimensión emocional del canto. Jones argumenta que la integración de emociones en la técnica vocal no solo enriquece la interpretación, sino que también influye en la técnica misma, contribuyendo a una expresión más auténtica y conectada con el intérprete.

3.2 El Solfeo

David Berkowits, en su obra *A New Approach to Sight Singing* (1989), define el solfeo como una técnica de educación musical que implica la práctica de la entonación de intervalos y melodías. Para Berkowits, el solfeo es una herramienta fundamental para la técnica vocal, ya que facilita el desarrollo de habilidades en la entonación precisa y el control vocal.

Por su parte, Jaques-Dalcroze Émile expuso sus ideas sobre el solfeo en su obra *Le rythme, la musique et l'éducation* (1920) donde lo relaciona estrechamente con el cuerpo y el movimiento. En su enfoque, el solfeo no solo implica la lectura musical, sino también la integración del ritmo y la música a través de la experiencia física, facilitando una mayor comprensión interna de los elementos musicales.

Otro pedagogo relevante es Zoltán Kodály, quien consideraba el Solfeo una herramienta esencial para desarrollar la musicalidad. En *Let Us Sing Correctly (333 Reading Exercises)*, publicada en

¹² Desde antes del año 2002, se ha reconocido que la dimensión emocional influye significativamente en la técnica vocal. Sin embargo, esta faceta ha sido ignorada, y atención se centra en la precisión y la ejecución efectiva. Esta aproximación, a menudo basada en la presión y el rigor, deja de lado la importancia del estado emocional en el proceso de aprendizaje y ejecución musical."

1941Kodály hacía énfasis en el uso del canto como el principal medio de aprendizaje y desarrollo auditivo, y destacaba la importancia del oído interno y el entrenamiento vocal en la formación integral de los músicos¹³.

3.3 Habilidades Desarrolladas a través del Solfeo

La práctica del solfeo agudiza la escucha activa, una competencia crucial en el mundo musical. A través de ejercicios sistemáticos, los estudiantes aprenden a discriminar con precisión las alturas de los sonidos, reconocer intervalos melódicos y armónicos, e identificar acordes y progresiones. Paralelamente, el Solfeo desarrolla la lectura musical hasta un nivel de fluidez comparable al de la lectura de un texto. Los músicos que dominan esta habilidad pueden "descifrar" una partitura a primera vista, traduciendo instantáneamente los símbolos escritos en sonidos mentales o físicos. Esta capacidad de lectura fluida acelera enormemente el proceso de aprendizaje de nuevas piezas y es particularmente valiosa en situaciones profesionales donde el tiempo de ensayo es limitado.

La escritura musical, otra habilidad cultivada por el Solfeo, va más allá de la simple transcripción de notas. Implica la capacidad de plasmar ideas musicales complejas de manera precisa y comprensible para otros músicos. Esta destreza es fundamental para compositores y arreglistas, pero también beneficia a intérpretes que desean anotar sus propias ideas o variaciones.

Aunque el solfeo no se centra específicamente en el canto como disciplina artística, la pedagoga española Arenosa afirma: “el lenguaje musical se desarrolla en un proceso natural que parte de la audición activa y culmina en la lectura consciente” (López de Arenosa, *Lenguaje musical*, 1990).

¹³ Todos estos pedagogos describen el solfeo como una ruta de aprendizaje musical vinculada a la técnica vocal. A través del solfeo, se facilita la emisión de sonidos, la comprensión de intervalos y el desarrollo del oído interno, lo que a su vez mejora la capacidad para la lectura a primera vista y el dominio del eje tonal.

De ahí que, la práctica del solfeo mejora significativamente la expresión vocal, dando lugar a una potenciación en ambas competencias. Los ejercicios de entonación desarrollan el control de la voz, la afinación precisa y una comprensión profunda de las relaciones interválicas. Estas habilidades son transferibles no solo a cantantes, sino también a instrumentistas, quienes se benefician de la capacidad de "cantar internamente" las melodías que interpretan, lo que resulta en una ejecución más expresiva y musical.

El aspecto rítmico del solfeo merece una mención especial. A través de ejercicios rítmicos progresivos, los estudiantes desarrollan una sólida comprensión de la métrica y una precisa coordinación rítmica. Esta habilidad es fundamental para mantener un pulso estable, ejecutar ritmos complejos y sincronizarse eficazmente en conjuntos musicales. La precisión rítmica adquirida a través del solfeo se traduce en interpretaciones más ajustadas y profesionales.

El estudio del solfeo también potencia significativamente la memoria musical. La práctica constante de recordar y reproducir patrones melódicos y rítmicos ejercita la memoria auditiva, permitiendo a los músicos retener y evocar pasajes musicales con mayor facilidad. Esta habilidad es particularmente útil para la interpretación de memoria, la improvisación y la composición.

3.4 El oído interno

Una de las habilidades más valiosas y quizás menos tangibles que se desarrollan a través del solfeo es el oído interno. Esta capacidad permite a los músicos "escuchar" mentalmente una partitura sin necesidad de reproducirla físicamente. El desarrollo del oído interno es fundamental para compositores y directores, pero beneficia a todos los músicos, permitiéndoles visualizar y comprender la música de manera más profunda.

Zoltán Kodály, el renombrado compositor y pedagogo húngaro, enfatizó la importancia capital del oído interno en la educación musical. Según Kodály, el desarrollo de esta habilidad constituye el objetivo más elevado y trascendental de la formación musical. Su filosofía educativa se centraba en la idea de que un músico verdaderamente competente debe ser capaz de "pensar en sonidos", de la misma manera que un lector fluido piensa en palabras al leer un texto. Habilidades como anticipación de melodías, comprensión armónica, composición mental, e improvisación son habilidades dadas por el oído interno.

Kodály señala que el oído interno hace la diferencia entre la mera reproducción de notas a alcanzar una comprensión y expresión musical verdaderamente profunda y significativa.

4. Interacción entre la técnica vocal y el solfeo

4.1 Impacto de la técnica vocal en el solfeo

Aunque la técnica vocal y el solfeo suelen abordarse como disciplinas independientes, ambas comparten un vínculo esencial: la producción y organización del sonido. El solfeo desarrolla la competencia auditiva y cognitiva que permite identificar alturas, intervalos y estructuras tonales, mientras que la técnica vocal aporta la competencia fisiológica y expresiva necesaria para ejecutar esos sonidos con precisión. La integración de ambas disciplinas fortalece competencias de afinación, respiración consciente, control del aire, coordinación articulatoria y gestión postural, fundamentales para la correcta emisión y lectura musical.

Un aspecto decisivo que aporta la técnica vocal al solfeo es el control respiratorio. Este favorece la ejecución de pasajes melódicos extensos y breves con estabilidad sonora. A través de ejercicios específicos, el estudiante desarrolla la competencia respiratoria, que consiste en regular el flujo de

aire según las exigencias del fraseo musical. Asimismo, la competencia fonatoria se manifiesta en el uso adecuado de la laringe y la elasticidad de las cuerdas vocales, lo que permite producir sonidos precisos en distintos registros. Un manejo inadecuado del aire o de la tensión muscular afecta la emisión, genera rigidez en las cuerdas vocales y compromete la calidad interpretativa tanto en el solfeo como en el canto.

Un aspecto crucial que brinda la técnica vocal para la ejecución precisa de pasajes melódicos, tanto largos como cortos, durante el solfeo es el control del aire. Este se aprende desde los primeros momentos en clases de técnica vocal, a través de ejercicios que permiten conocer el control consciente de la respiración de cada intérprete. Un adecuado manejo del flujo de aire permite emitir las notas con precisión, ajustándose a las capacidades individuales. La correcta emisión de sonidos en diferentes registros ya sea en notas agudas o graves, depende también del uso adecuado de la laringe, lo que garantiza la elasticidad necesaria en las cuerdas vocales. Sin embargo, un mal control del aire puede generar tensión, afectando las cuerdas vocales falsas y provocando un efecto de estrangulamiento que compromete la calidad de la interpretación tanto en el solfeo como en la técnica vocal.

4.2 Desafíos para estudiantes no especializados en canto

Los estudiantes que no han tenido un acercamiento al canto se encuentran en una desventaja significativa frente a aquellos cuyo instrumento principal es la voz. En la materia de técnica vocal, se evidencian herramientas esenciales como los calentamientos vocales específicos para abordar obras musicales. Estos ejercicios no solo preparan la voz para interpretar piezas particulares, sino que también ayudan a desarrollar el manejo adecuado de la columna de aire, fundamental para ejecutar pasajes melódicos con precisión. Además, en estas clases se trabaja el control y

conocimiento de las configuraciones del aparato fonador, lo que permite la correcta emisión de sonidos graves y agudos.

El calentamiento vocal es clave para mejorar el control sobre las cuerdas vocales, ya que, al tratarse de un sistema muscular, es necesario ejercitarlo regularmente para optimizar su rendimiento. Esta preparación física permite una mayor flexibilidad y resistencia durante la interpretación, algo que aquellos sin experiencia en canto suelen desconocer o no aplican de manera adecuada.

5. Consecuencias físicas del enfoque intensivo en la vocalización

5.1 Afecciones a corto y largo plazo

El uso del aparato fonador, especialmente en contextos de canto, ocasionan diversas afecciones. A corto plazo, se presentan problemas como la fatiga vocal y la disfonía, resultado del esfuerzo excesivo o incorrecto. Estas condiciones se manifiestan en la irritación de las cuerdas vocales y en una disminución de la calidad vocal.

A largo plazo, el abuso vocal puede provocar nódulos vocales¹⁴ y laringitis crónica¹⁵. El Dr. Robert Sataloff, en *Professional Voice: The Science and Art of Clinical Care*, resalta la importancia del cuidado vocal y la educación en técnicas adecuadas para prevenir estas lesiones. Igualmente, el Dr. Ingo Titze, en su obra *Principles of Voice Production*, destaca cómo el uso inapropiado de la voz puede llevar a serias afecciones. La atención a estas consecuencias es crucial para la salud vocal de quienes dependen de su voz profesionalmente.

¹⁴ Crecimientos benignos que se desarrollan en las cuerdas vocales debido a un uso excesivo o incorrecto de la voz.

¹⁵ Inflamación persistente de la laringe, que es la parte del aparato respiratorio que contiene las cuerdas vocales

5.2 Implicaciones en el rendimiento académico y profesional

La percepción profesional se ve igualmente impactada, ya que la afinación funciona como un indicador fundamental de competencia musical. En contextos académicos, artísticos y laborales, se espera que el intérprete mantenga un control vocal o instrumental preciso, pues de ello depende la credibilidad de su desempeño. Músicos que enfrentan problemas constantes en este aspecto suelen ser percibidos como menos preparados o incluso poco profesionales, lo que limita su reputación dentro del medio y reduce sus posibilidades de acceder a oportunidades como audiciones, presentaciones o contratos.

Además, esta percepción negativa no solo tiene implicaciones externas, sino también internas: la constante comparación con colegas y la presión por cumplir con estándares de exactitud pueden generar sentimientos de inseguridad y ansiedad. En consecuencia, el músico puede experimentar un deterioro en su bienestar emocional, acompañado de frustración y una disminución en la motivación para seguir perfeccionándose. A largo plazo, estos factores impactan directamente en su desarrollo artístico, pues la falta de confianza limita la expresión interpretativa y restringe el crecimiento profesional.

5 Capítulo IV. Diseño metodológico de la investigación

La presente investigación se desarrolla bajo un enfoque investigativo-pedagógico, dado que su propósito es tanto generar conocimiento sobre el fenómeno en estudio como diseñar propuestas aplicables en el aula. La pedagogía, entendida como la ciencia que reflexiona sobre los procesos

de enseñanza y aprendizaje, se constituye en el eje central, ya que permite orientar la construcción de herramientas didácticas que optimicen la práctica musical de los estudiantes. Tal como plantea Zuluaga (2005), la pedagogía no se limita a la transmisión de contenidos, sino que implica analizar y transformar las dinámicas educativas, con el fin de favorecer un aprendizaje más significativo.

Para la recolección de información, se diseñó y aplicó una encuesta de tipo mixto (preguntas cerradas y abiertas) dirigida a los estudiantes de primer semestre de Formación Teórico-Auditiva 1. El objetivo es identificar las percepciones, dificultades y experiencias de los estudiantes en relación con el uso de herramientas vocales durante el aprendizaje del solfeo. Para ello, se aplicó una encuesta virtual a un total de 14 participantes. La invitación fue diseñada en tres secciones: conocimientos previos sobre técnica vocal, experiencia en clase y percepción frente al solfeo.

La información obtenida a través de esta encuesta complementa los hallazgos derivados de la observación realizada durante los talleres, lo que permite contrastar y enriquecer los resultados obtenidos en el trabajo de campo. Gracias a las respuestas de los estudiantes, fue posible identificar aspectos que no siempre emergen en la dinámica grupal, como las percepciones individuales, las dificultades específicas y las emociones asociadas al proceso de aprendizaje.

Diseño metodológico e implementación de los talleres

La intervención pedagógica se llevó a cabo mediante cinco talleres diseñados para fortalecer la comprensión del aparato fonador, la conciencia auditiva y el vínculo entre el solfeo y la técnica vocal. Asimismo, se incorporaron aspectos relacionados con la respiración consciente y el control

del aire, fundamentales para una emisión vocal equilibrada, junto con componentes emocionales y psicológicos orientados a reconocer y gestionar las sensaciones internas que inciden en la afinación, la seguridad escénica y la expresión artística. Cada taller se realizó de manera presencial, con una duración aproximada de 20 minutos por sesión. Las sesiones se organizaron de forma secuencial e integrada por temáticas.

La secuencia metodológica de la investigación inició con un diagnóstico inicial a través de una encuesta orientada a identificar las percepciones, dificultades y experiencias de los estudiantes frente al uso de herramientas vocales en el aprendizaje del solfeo. Con base en este diagnóstico, se desarrollaron sesiones secuenciales e integradas temáticamente, lo que permitió organizar de manera progresiva los contenidos y estrategias de trabajo. Posteriormente, se realizaron entrevistas a los docentes de Formación Teórico-Auditiva I con el propósito de reconocer las estrategias didácticas empleadas en el espacio académico. Como complemento, se efectuaron observaciones de clase enfocadas en el uso de materiales pedagógicos y en las dinámicas de enseñanza.

Cronograma de talleres Técnica Vocal para el Solfeo– Una batalla no perdida entre el solfeo y la técnica vocal: didáctica vocal en el aprendizaje del solfeo en estudiantes de primer semestre en la Universidad Pedagógica Nacional.

Fecha	Taller	Objetivos	Resultados Esperados
I. Martes 18 feb 3:00- 3:20pm	Taller: La respiración y sus fases.	Explicar las fases de la respiración en el ser humano	Los estudiantes de FTA 1 comprenden como el aire afecta directamente en la emisión las notas.
II. Martes 25 febrero 3:00-3:20 pm	Taller: La columna de aire y su función en la voz	Comprender el concepto de la columna de aire y su función en la emisión vocal.	Los estudiantes de FTA 1 entienden el concepto de la columna de aire y son capaces de aplicarlo en un ejercicio de cuatro compases. Mantienen el control y la calidad vocal.
III Martes, 06 Mayo 3:00- 3:20 pm	Taller: El oído interno	Definir el término oído interno	Los estudiantes comprenden qué es el oído interno y cómo su desarrollo puede mejorar la capacidad para identificar y reproducir intervalos y melodías.
IV Lunes 12, Mayo 3:00- 3:20 pm	Taller: Factores psicológicos y emocionales.	Identificar los factores psicológicos y emocionales que afectan al aparato fonador.	Los estudiantes de FTA 1 comprenden cómo los estados emocionales y psicológicos impactan en la salud y desempeño del aparato fonador.

Fecha	Taller	Objetivos	Resultados Esperados
V Martes 13, mayo 3:00- 3:20 pm	Taller: Articulación y dicción.	Analizar, ejercitar y aplicar técnicas de articulación vocal orientadas al desarrollo de una dicción clara y precisa.	Los participantes aplicarán técnicas de articulación para mejorar la claridad del texto en ejercicios cantados.

6 Capítulo V. Implementación y sistematización de la propuesta didáctica (Desarrollo)

En este capítulo se expone el proceso de aplicación y análisis de talleres, entrevistas y encuestas diseñadas con el propósito de favorecer la comprensión del aparato fonador y su relación con el aprendizaje musical. La elección de los talleres como estrategia pedagógica responde a la necesidad de articular teoría y práctica en un contexto vivencial, donde los estudiantes no solo reciben información, sino que experimentan de manera consciente el funcionamiento de su voz. Como señala Jaques-Dalcroze (1920), el aprendizaje musical se fortalece cuando involucra al cuerpo en dinámicas de exploración activa, lo que permite interiorizar los conceptos de manera más significativa.

5.1 Diagnóstico

La encuesta diagnóstica permitió establecer un punto de partida para entender el nivel de conciencia vocal y auditiva con el que los estudiantes ingresaron a la experiencia formativa. A continuación, se presentan los resultados obtenidos, organizados por categorías temáticas y comparando las respuestas iniciales y finales para observar avances o transformaciones significativas.

De los 14 estudiantes encuestados, responden a la pregunta 1: en una escala del 1 al 5 ¿Qué tan desafiante ha sido trabajar la entonación en la materia FTA 1?

El 7% manifestó muy desafiante, 21% bastante desafiante, y 71% moderadamente desafiante.

1. En una escala del 1 al 5, ¿qué tan desafiante ha sido trabajar la entonación en la materia FTA 1? (0 punto)

0 % de los encuestados respondió correctamente a esta pregunta.

1 (Nada desafiante)	0	✓
2 (Poco desafiante)	0	✓
3 (Moderadamente desafiante)	10	✓
4 (Bastante desafiante)	3	✓
5 (Muy desafiante)	1	✓

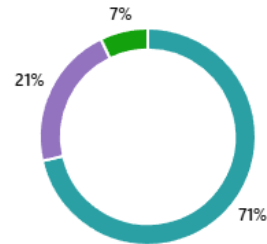


Gráfico 1 pregunta número 1

Estos resultados muestran un nivel medio de desafío en el desarrollo de la entonación. Sugiere que aspectos específicos técnicos y auditivos requieren acompañamiento y valida la necesidad de implementar estrategias pedagógicas relacionadas con la técnica vocal.

Pregunta 2

¿Cuáles cree que son las razones por las que podría desafinar? El 32% señaló que la inseguridad y los nervios son el principal factor que interfiere con el control de la entonación, lo cual sugiere una relación directa entre el estado emocional y el rendimiento vocal.

En segundo lugar, con un (8%) cada uno, se identificaron tres factores técnicos: la dificultad para reconocer intervalos, la falta de apoyo en la respiración y el desarrollo insuficiente del oído interno. Estas respuestas reflejan la necesidad de fortalecer habilidades auditivas y técnicas que respalden una producción vocal afinada.

Otros aspectos mencionados incluyen la tensión corporal o en la garganta (5%), el cansancio vocal (6%) y, en menor medida, la mala postura al pararse (1%). El desconocimiento de la técnica vocal

obtuvo un 0%, aunque esta disciplina abarca y resuelve varios de los factores señalados anteriormente.

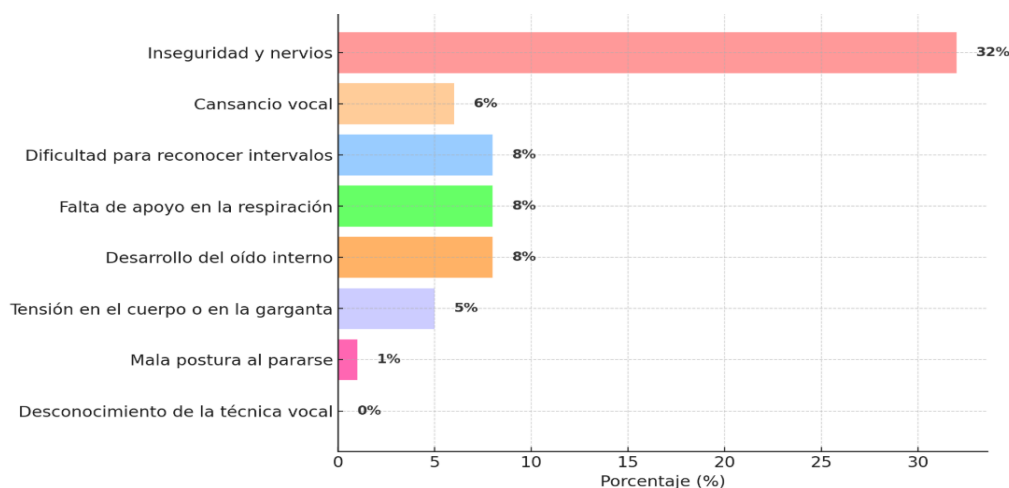


Gráfico 2 pregunta número 2

Los resultados indican que la desafinación no solo se relaciona con aspectos técnicos, sino también con factores emocionales y físicos, resaltando la importancia de una formación vocal.

La pregunta 3

¿Cuáles de los siguientes aspectos considera más difíciles al momento de entonar? Califique su nivel de dificultad percibida en una escala de 1 a 5. Las competencias que presentaron mayor dificultad fueron: afinación en conjunto o con acompañamiento (3.07), dominio del rango vocal (3.14) y adaptación a cambios de tonalidad o modulaciones (3.36). Mantener una nota estable sin desafinar (2.14) seguir una melodía con grados conjuntos dentro de una tonalidad (2.36).

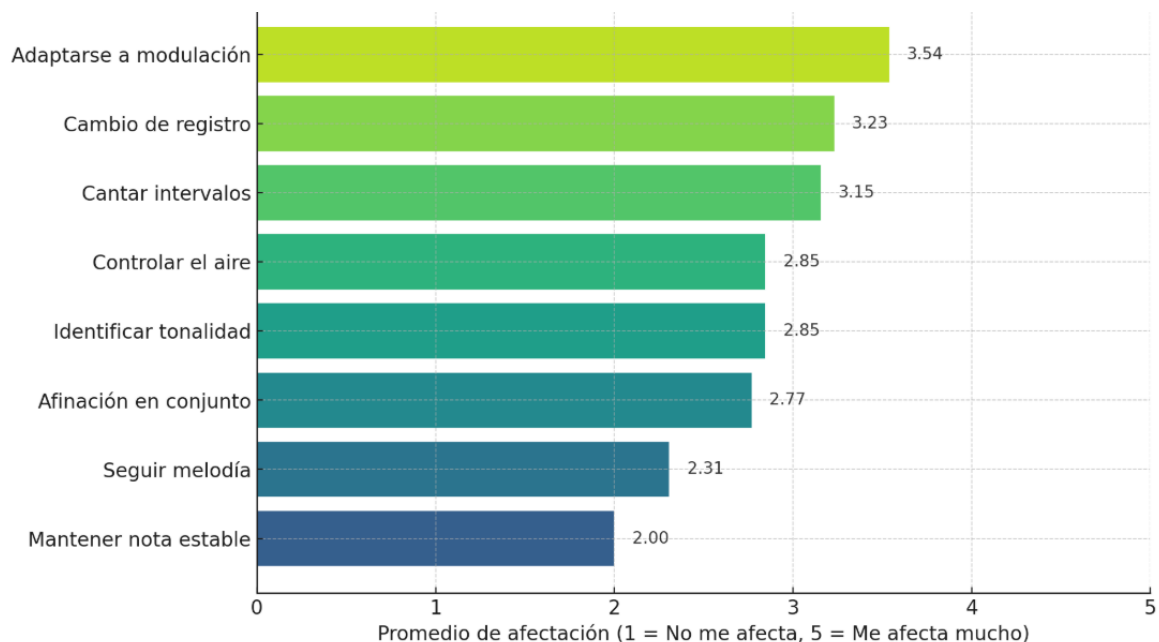


Gráfico 3 pregunta numero 3

La principal dificultad identificada en los estudiantes corresponde a la adaptación a cambios de tonalidad o modulaciones. Le siguen el cambio de registro vocal y la entonación de intervalos. Resulta fundamental diferenciar los conceptos de registro, rango y tesitura, ya que cada uno describe un aspecto específico de la voz. El registro se refiere a la forma de producción sonora según la configuración laríngea y resonadora; el rango indica la extensión total de notas que puede emitir un intérprete; y la tesitura delimita la zona en la que la voz se mantiene con mayor comodidad y calidad. En este contexto, el cambio de registro se considera una competencia técnica que exige control muscular, conciencia corporal y estabilidad respiratoria. Por su parte, el control

del aire presenta un nivel medio de afectación en la afinación, lo que sugiere la necesidad de fortalecer el trabajo respiratorio dentro del proceso formativo.

Las melodías simples con grados conjuntos resultan más accesibles, y mantener una nota estable representa poca dificultad. Cantar con acompañamiento puede generar seguridad, los estudiantes expresan mayor confianza al trabajar en grupo.

Pregunta 4

¿Considera que el desarrollo de la técnica vocal puede ayudarle a mejorar su afinación y control al entonar? ¿Por qué? Las respuestas destacan la importancia del autoconocimiento vocal y corporal, señalando que comprender el funcionamiento del cuerpo y la voz permite entonar con mayor precisión y comodidad. Varios participantes manifiestan que adquirir herramientas técnicas genera mayor seguridad y confianza al momento de cantar, lo cual influye positivamente en su desempeño vocal

#	Respuesta	Tema Principal
1	Sí, es necesario conocer su voz para lograr solfear.	Conocimiento de la voz
2	Sí, conocer la técnica puede ayudar a entonar de manera más sencilla y cómoda.	Facilidad y comodidad
3	Porque nos ayuda a mejorar el área auditiva y tener mejor afinación, incluso en otros instrumentos	Mejora auditiva y técnica
4	Porque va a haber conocimiento de cómo funciona mi cuerpo.	Conocimiento corporal
5	Sí, porque no ayuda a tener mayor conocimiento de la voz y de cómo controlarla adecuadamente	Control de la voz
6	Sí, porque me brinda seguridad al momento de entonar	Seguridad y confianza
7	Porque la técnica vocal ayuda a entonar notas que uno	Precisión en el entonamiento
8	Sí, ya que tendría bases técnicas sólidas para progresar	Bases técnicas sólidas
9	Así puede darle mas profundidad a una nota	Profundidad y resonancia
10	Ayudaría a reconocer mi voz y el registro que tengo, también interiorizar los sonidos con mi voz	Reconocimiento del registro vocal
11	Sí, porque puedo mantenerme mas tiempo en las notas	Resistencia y afinación
14	Porque es cuestión de práctica	Herramientas para afinar y controlar

Gráfico 4 pregunta 4

Pregunta5

¿Has recibido suficiente orientación sobre técnica vocal y control del aparato fonador en la materia?



Gráfico 5 pregunta 5

50 % de los encuestados respondió que sí, lo cual indica que la mitad del grupo considera haber recibido una orientación adecuada. Sin embargo, un 38 % respondió más o menos y un 6 % respondió que no, el 44 % del grupo que siente que la orientación ha sido parcial o insuficiente.

Análisis de resultados de la encuesta diagnóstica

La encuesta aplicada a los 14 estudiantes permitió identificar el nivel de desafío que enfrentan en torno a la entonación y los factores que influyen en su desempeño vocal. En la pregunta 1, la mayoría de los participantes (71%) percibe la entonación como un reto moderado, lo que sugiere que existen bases previas, pero aún se requiere acompañamiento técnico y auditivo para consolidar el proceso. Este dato valida la necesidad de diseñar estrategias pedagógicas que refuercen tanto la seguridad vocal como la escucha activa.

En la pregunta 2, los estudiantes reconocen que la inseguridad y los nervios (32%) son la principal causa de desafinación, lo que resalta la influencia de los aspectos emocionales en el rendimiento vocal. Factores técnicos como la dificultad para reconocer intervalos, la respiración inadecuada y el poco desarrollo del oído interno (8% cada uno) también aparecen como limitantes, lo que evidencia la necesidad de un trabajo integral que articule técnica, control emocional y entrenamiento auditivo. Otros aspectos físicos como la tensión corporal, el cansancio o la postura también se mencionan, lo que reafirma la importancia de promover la conciencia corporal en el canto.

Los resultados de la pregunta 3 muestran que las mayores dificultades se encuentran en la adaptación a cambios de tonalidad o modulaciones (3.36%), el cambio de registro vocal (3.14%) y la entonación en conjunto o con acompañamiento (3.07%). En contraste, mantener una nota estable (2.14%) y seguir melodías conjuntas dentro de una tonalidad (2.36%) resultan más accesibles, lo que indica que los problemas aparecen sobre todo en situaciones musicales más complejas que exigen flexibilidad y coordinación.

La pregunta 4 confirma la percepción de los estudiantes de que la técnica vocal es clave para mejorar la afinación. Subrayan que el autoconocimiento corporal y vocal brinda mayor seguridad y precisión, lo cual demuestra que son conscientes de la necesidad de herramientas prácticas para fortalecer su desempeño. Finalmente, en la Pregunta 5, la mitad del grupo considera que ha recibido orientación suficiente sobre técnica vocal, mientras que el 44% manifiesta que la guía ha sido parcial o insuficiente. Esto evidencia la necesidad de un acompañamiento más constante y estructurado en este aspecto.

En conclusión, los resultados reflejan que la afinación depende de una interacción entre aspectos técnicos, emocionales y corporales, por lo que los talleres deben diseñarse de manera integral, combinando el desarrollo vocal con la gestión emocional y auditiva. Para ello, se plantean cinco ejes de trabajo: Taller 1: La respiración y sus fases, que permitirá comprender el proceso respiratorio como base de la voz; Taller 2: La columna de aire y su función en la voz, orientado a fortalecer el apoyo y el control respiratorio; Taller 3: El oído interno, enfocado en el desarrollo de la percepción auditiva y la afinación de intervalos; Taller 4: Factores psicológicos y emocionales, dirigido a gestionar la ansiedad escénica y reforzar la seguridad vocal; y Taller 5: Articulación y dicción, que potenciará la claridad expresiva y la precisión vocal.

5.2 Ejecución de talleres

En esta línea, se incorporaron ejercicios inspirados en metodologías contemporáneas de técnica vocal, entre ellas *Training* (Estill 1980), que ofrece recursos específicos para el manejo del cambio de mecanismos vocales (voz de pecho, voz de cabeza, voz mixta). Dichos ejercicios permiten que los estudiantes reconozcan las sensaciones físicas y acústicas asociadas a cada ajuste del aparato fonador, promoviendo un uso más consciente y saludable de la voz. De este modo, los talleres se constituyen en un espacio de experimentación controlada, donde la técnica vocal se convierte en herramienta didáctica para reforzar la formación teórico-auditiva.

Así, la inclusión de talleres, entrevistas y encuestas no solo responde a la necesidad investigativa de recoger información, sino también a la perspectiva pedagógica de diseñar experiencias que integren conocimiento técnico, corporal y perceptivo. Este enfoque, sustentado en pedagogos como Dalcroze, Kodály y los aportes contemporáneos de Estill, permite que el estudio trascienda la simple transmisión de contenidos y se oriente hacia la construcción activa de saberes musicales y vocales.

Los talleres se llevaron a cabo en la franja horaria de la tarde en el grupo del maestro Jorge Gutiérrez Gómez, con la participación de 20 estudiantes con edades entre 18 y 25 años. La población fue mixta y contó con la presencia de dos personas con discapacidad visual, lo que requirió adaptaciones metodológicas para garantizar una experiencia de aprendizaje inclusiva.

El enfoque del estudio radica en la aplicación de estrategias didácticas basadas en la exploración corporal, la percepción auditiva y la práctica vocal, permite a los participantes desarrollar una comprensión más profunda del funcionamiento del aparato fonador.

En esta línea, se incorporaron ejercicios inspirados en metodologías contemporáneas de técnica vocal, entre ellas Training (Estill 1980), que ofrece recursos específicos para el manejo del cambio de mecanismos vocales (voz de pecho, voz de cabeza, voz mixta). Dichos ejercicios permiten que los estudiantes reconozcan las sensaciones físicas y acústicas asociadas a cada ajuste del aparato fonador, promoviendo un uso más consciente y saludable de la voz. De este modo, los talleres se constituyen en un espacio de experimentación controlada, donde la técnica vocal se convierte en herramienta didáctica para reforzar la formación teórico-auditiva.

Así, la inclusión de talleres, entrevistas y encuestas no solo responde a la necesidad investigativa de recoger información, sino también a la perspectiva pedagógica de diseñar experiencias que integren conocimiento técnico, corporal y perceptivo. Este enfoque, sustentado en pedagogos como Dalcroze, Kodály y los aportes contemporáneos de Estill, permite que el estudio trascienda la simple transmisión de contenidos y se oriente hacia la construcción activa de saberes musicales y vocales.

Taller 1: La respiración y sus fases.

1. Inicio de la sesión:

La sesión comienza con un saludo a los estudiantes. A continuación, se explica la importancia del permiso de derechos de imagen y se solicita a los participantes firmar el documento correspondiente (Anexo 1), el cual autoriza la toma de videos y audios durante el desarrollo del taller.

2. Desarrollo

Introducción al concepto de respiración

Se presenta el concepto de respiración y sus fases fundamentales:

Inspiración: Entrada de aire a los pulmones.

Intercambio gaseoso: Proceso mediante el cual el oxígeno pasa a la sangre y el dióxido de carbono es eliminado.

Exhalación: Expulsión del aire del cuerpo.

Tipos de respiración y su impacto en la voz

Se explican los tres tipos de respiración y su incidencia en la producción vocal:

Clavicular: Implica un movimiento ascendente de los hombros y un uso mínimo del diafragma.

Torácica: Se caracteriza por la expansión del pecho y la activación parcial del diafragma.

Abdominal (diafragmática): Utiliza plenamente el diafragma, favoreciendo una respiración profunda, estable y eficiente para el canto.

Postura corporal y su relación con la respiración

Se abordan los elementos esenciales de una postura adecuada:

Alineación corporal: Mantener una columna erguida y relajada.

Posición del torso: Abierto y sin rigidez.

Ubicación del peso: Distribuido de manera equilibrada entre ambos pies.

Relajación durante la toma de aire: Evitar tensiones innecesarias en cuello, hombros y mandíbula.

Una postura correcta facilita una óptima toma de aire, permite que este fluya sin restricciones y previene tensiones que afectan la calidad del sonido.

Ejercicios prácticos

Identificación de la respiración clavicular

Los participantes realizan una inhalación exagerando el movimiento de hombros y clavículas para percibir la respiración alta. Luego, colocan las manos sobre los hombros para reconocer este tipo de respiración y distinguirla de las demás.

Detección de la respiración torácica

Se pide a los estudiantes inhalar profundamente por la nariz y exhalar por la boca sin modificar su respiración natural. Colocan una mano en el pecho y otra en el abdomen para observar cuál se mueve más. Si el movimiento es mayor en el pecho, se trata de una respiración torácica.

Práctica de la respiración abdominal

Los participantes se sientan en una silla con los pies apoyados en el suelo y las rodillas a la altura de la cadera. Dejan caer el torso hacia adelante, relajando espalda y hombros. En esta posición, colocan las manos debajo de las costillas e inhalan suavemente por la nariz, permitiendo que el aire llegue a los pulmones sin elevar los hombros.

3.Cierre

Recapitulación

Se realiza una reflexión grupal sobre los aprendizajes obtenidos.

Se enfatiza que:

Una postura adecuada facilita una correcta toma de aire y previene tensiones que afectan la emisión del sonido.

Una respiración eficiente mejora el control del flujo de aire, proporciona una voz más estable y contribuye al bienestar físico y emocional del intérprete.



Ilustración 1 Taller 1 Fases de la respiración

En este taller se trabaja la competencia respiratoria, considerada la base del desarrollo vocal. A través del ejercicio de la silla, los estudiantes aprenden a realizar una correcta toma de aire, reconoce la función de los intercostales y la importancia de una respiración profunda y controlada. Esta competencia permite adquirir conciencia corporal y preparar el soporte necesario para una emisión vocal estable, afinada y sostenida durante la práctica del solfeo y la interpretación musical.

Taller 2: La columna de aire: el motor de la voz

1. Inicio

Explicación de la columna de aire; es el flujo constante que se desplaza desde los pulmones hasta las cuerdas vocales. Su papel es fundamental en la producción del sonido.

Analogía visual: Para facilitar la comprensión, se presenta la columna de aire como el motor de un carro. Si el flujo de aire no es constante, la voz pierde estabilidad, se quiebra o se apaga.

2. Actividades

Ejercicio de conciencia respiratoria

Los participantes colocan una mano en el abdomen y otra en el pecho, inhalan lentamente por la nariz, percibiendo la expansión del abdomen sin elevar los hombros. Exhalan de manera prolongada produciendo un sonido de “ssss” constante durante 20 segundos.

Hilo de aire

Se solicita a los participantes que imaginen estar soplando una vela sin apagarla. Exhalan suavemente con un sonido de “fffff” durante 10 segundos. Luego, repiten el ejercicio emitiendo un sonido de “mmm”, manteniendo el mismo control del aire.

Para garantizar la accesibilidad del taller, se implementan dos ejercicios sensoriales:

Ejercicio de la vela: Cada participante recibe una vela encendida y extiende el brazo al frente. El objetivo es soplar de manera uniforme para inclinar la llama sin apagarla. Este ejercicio permite visualizar el flujo del aire y comprender su control en la emisión vocal.



Ilustración 2 Taller 2: La columna de aire: el motor de la voz



Ilustración 3 Taller 2: La columna de aire: el motor de la voz (adaptación personas con discapacidad visual)

El ejercicio de la vela tiene como propósito hacer visible el flujo del aire a través del movimiento de la llama. Este recurso permite a los estudiantes percibir de manera tangible la fuerza, dirección y constancia del aire durante la exhalación. Al mantener la llama encendida sin apagarla, el participante identifica el equilibrio necesario entre presión y control respiratorio, elementos esenciales para una emisión vocal estable.

Este taller desarrolla la competencia respiratoria, fundamental en la técnica vocal. Dicha competencia contribuye directamente al aprendizaje del solfeo, ya que una respiración consciente mejora la precisión en la entonación, la estabilidad rítmica y la continuidad melódica. Además, fortalece la conciencia corporal del estudiante, y favorece el proceso de lectura entonada más eficaz y expresivo.

Este taller complementa el anterior, dando continuidad al proceso de formación vocal al abordar la respiración y su siguiente fase: el control de esta. A través de esta práctica, el estudiante no solo toma conciencia del flujo del aire, sino que aprende a administrarlo con equilibrio y precisión, consolidando así una base sólida para el desarrollo técnico y musical.

Adaptaciones para estudiantes con discapacidad visual.

Ejercicio del globo: Se emplea la demostración del globo como una representación táctil del control del aire. Los participantes exploran cómo la presión del aire dentro del globo influye en la estabilidad del sonido, reforzando la idea de una columna de aire constante.

Taller 3: El oído interno

1.Inicio

El oído interno es una capacidad que se desarrolla progresivamente y que el músico debe trabajar de manera constante a lo largo de su formación. La posibilidad de prever los sonidos sin estímulo externo es fundamental para lograr una entonación precisa. En este sentido, anticipar auditivamente los sonidos se convierte en la base del funcionamiento del oído interno, ya que permite una ejecución más consciente, afinada y conectada con la partitura y la intención musical.

Definición del oído interno: Escuchar mentalmente los sonidos antes de producirlos o sin necesidad de que estén presentes en el entorno. Kodály, Zoltán. *The Selected Writings of Zoltán Kodály*. Edited by Ferenc Bónis. London: Boosey & Hawkes, 1974.

2.Desarrollo

Actividad 1

Dictado corporal, el objetivo es relacionar los sonidos con el movimiento físico para estimular el oído interno a través de la kinestesia¹⁶. Se trabajó en la tonalidad de Do mayor (C), utilizando los grados 1, 2, 3, 4 y 5.

A los participantes se les pide que escuchen las notas atentamente y respondan con el movimiento correspondiente, sin cantar alguna nota.

En la segunda parte, se realizaron varios dictados melódicos breves en los que cada grado de la escala correspondía a una parte del cuerpo. A continuación, se muestra la relación establecida:

Secuencias melódicas utilizadas:

¹⁶ Permite relacionar sensaciones corporales con estímulos sonoros, favoreciendo la memoria muscular, la coordinación motora y la conciencia corporal en la ejecución vocal o instrumental.

Dictado 1: 1 - 2 - 3 - 1

Dictado 2: 1 - 3 - 5 - 1

Dictado 3: 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 1

Dictado 4: 3 - 2 - 1 - 1



Ilustración 4 Taller 3: El oído interno - Grado tonal y parte del cuerpo

Actividad 2 “El camino del sonido”

Objetivo: Desarrollar la percepción auditiva a través del movimiento.

Cada participante produce un sonido al golpear un papel flexible (celofán) y acompaña la acción con un sonido vocal que represente o describa el movimiento del objeto. Esta dinámica se repite con todos los integrantes del grupo, permitiendo una exploración individual del sonido. Los

participantes utilizan sus manos para explorar y percibir las sensaciones físicas que genera su propia voz, promueve una conexión corporal con el sonido emitido.



Ilustración 5 Taller 3: El oído interno - Movimiento y sonido



Ilustración 6 Taller 3: El oído interno - Movimiento y sonido 2

El taller desarrolla la competencia auditiva e interiorización sonora, entendida como la capacidad de anticipar, reconocer y reproducir sonidos mentalmente, integrando percepción, memoria tonal y coordinación corporal. En el contexto del solfeo, esta competencia fortalece la lectura entonada, la afinación consciente y la comprensión de las relaciones tonales. Asimismo, favorece la conexión entre cuerpo y pensamiento musical, lo que consolida un aprendizaje más integral y expresivo del solfeo.

Taller 4 Taller: Factores psicológicos y emocionales.

1.Inicio del taller

Explicación sobre las seis emociones básicas: alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa y asco. Se aclara que cada emoción produce manifestaciones físicas específicas como sudoración, respiración acelerada o entrecortada, dilatación de pupilas, variaciones en el ritmo cardíaco, tensión muscular, cambios en el tono de la voz, enrojecimiento o palidez de la piel, sensación de nudo en la garganta, temblores en las manos o piernas y modificaciones en la postura corporal.

2.Desarrollo

El grupo realiza una serie de ejercicios prácticos que buscan inducir un estado de tensión o ansiedad para reconocer en el propio cuerpo las respuestas emocionales:

Ejercicio 1: Contacto visual. Los estudiantes deben mirar a un compañero a los ojos durante un minuto completo sin reír, hablar ni realizar movimientos bruscos. Si alguno desvía la mirada, la

actividad reinicia. Para las estudiantes con discapacidad visual, el ejercicio se adapta al tacto, explorando las manos del compañero como medio de conexión.

Ejercicio 2: Disociación motriz con los dedos. Cada estudiante forma con una mano el gesto de “okey” y con la otra una “flecha”, alternando ambas figuras de manera rápida.

Ejercicio 3: Coordinación contraria. El estudiante desliza los dedos de una mano hacia abajo por el pulgar mientras, en la otra, los desliza en sentido ascendente.

Al finalizar los ejercicios, se pide a los estudiantes que expresen si sienten ansiedad o incomodidad, y que identifiquen las reacciones físicas que acompañan esas emociones.

Posteriormente, se inicia la etapa de relajación. Los estudiantes movilizan el cuerpo de manera progresiva desde los pies hasta el rostro: pies, piernas, rodillas, cadera, espalda, hombros, cuello y rostro. Cada movimiento se acompaña de respiraciones profundas y pausadas.

Se guía una breve meditación que incorpora música suave y aromaterapia, con el propósito de inducir calma, favorecer la conciencia corporal y reducir la tensión acumulada.

3.Final de la actividad.

El grupo reflexiona sobre el estado de tensión y de relajación. Reconoce que las emociones no solo influyen en el plano psicológico, sino que también se manifiestan de manera evidente en el cuerpo y en la voz. Los estudiantes identifican que la ansiedad, el miedo o la inseguridad producen alteraciones en la respiración, la postura y la proyección vocal, mientras que la calma y el control emocional generan mayor claridad, estabilidad y seguridad al entonar. Esta toma de conciencia permite comprender que el manejo adecuado de las emociones constituye un recurso fundamental dentro del proceso formativo, ya que no solo fortalece el rendimiento vocal, sino que también

favorece la autoconfianza, la expresión artística y la seguridad escénica. En consecuencia, la gestión emocional se establece como un componente pedagógico esencial en el desarrollo integral del cantante.



Ilustración 7 Taller 4: Factores psicológicos y emocionales. Ejercicio flecha



Ilustración 8 Taller 4: Factores psicológicos y emocionales. Ejercicio visual.



Ilustración 9 Taller 4: Factores psicológicos y emocionales. Ejercicio meditación guiada

En este taller se trabaja la competencia emocional y psicológica aplicada al desempeño vocal, la cual busca que el estudiante reconozca la relación directa entre sus estados internos y la calidad de su emisión sonora. A través de ejercicios de tensión, relajación y conciencia corporal. Esta competencia permite desarrollar el autocontrol emocional, favoreciendo una interpretación más estable, consciente y expresiva. Asimismo, fortalece la autoconfianza y la seguridad escénica, aspectos indispensables para el rendimiento vocal y la proyección artística integral del intérprete.

Taller 5: La palabra como instrumento: articulación y dicción

1.Inicio

Introducción.

Leer en voz alta el trabalenguas para activar los órganos articuladores y calentar la voz:

“Vino vino, pero el vino no vino vino, el niño vino vinagre”

“Si Sansón no sazona su salsa con sal, le sale sosa la salsa a Sansón”

Exploración técnica

La dicción en el ámbito musical se entiende como la claridad, precisión y corrección en la pronunciación del texto cantado o hablado, de acuerdo con las normas fonéticas y lingüísticas del idioma interpretado. En el canto, implica la correcta emisión de consonantes y vocales, así como la inteligibilidad del texto sin que se vea afectada la calidad del sonido o la afinación.

La articulación es el proceso físico y técnico mediante el cual los órganos articulatorios; lengua, labios, paladar, mandíbula y laringe producen los sonidos del habla o del canto de manera clara y diferenciada.

En el contexto musical, también alude a la forma en que se enlazan o separan los sonidos (legato, staccato, acento, entre otros), determinando el carácter y la expresividad de la interpretación. Una articulación correcta favorece la precisión en la formación de las palabras y mantiene la libertad vocal, sin generar tensión ni afectar la resonancia.

Explicación sobre los órganos articuladores involucrados en la dicción (lengua, labios, paladar y mandíbula).

Observación en cámara frontal del movimiento de los órganos involucrados.

2.Desarrollo

Actividad principal: Doblaje

Se presenta un fragmento de una película o serie animada sin audio y con subtítulos. Se desarrolla en tres fases.

Primera fase: Observar la escena seleccionada, enfocarse en gestos, tiempos y movimientos de los personajes, así como la ambientación y ritmo del dialogo. Deben leer los subtítulos sin emitir sonido.

Segunda fase: Exploran matices y timbres que se ajustan al contexto dramático de la escena. El uso de resonadores y cambio de mecanismo favorece el personaje a realizar.

Tercera fase: Se ejecuta la escena completa integrando los elementos abordados en este taller y en sesiones anteriores.

Material utilizado:

https://youtu.be/ZZjs3RIUfYA?si=dO_k82CM8tXFOT0D Ejercicio de doblaje son 65 subtítulos - Lilo y Stich (@viryortiz_mx, s. f.-b)

<https://www.youtube.com/watch?v=QhbMMTduXQA> Ejercicio de Doblaje con Subtítulos – Mulan 1998 (@viryortiz_mx, s. f.-a)

<https://youtu.be/R06tfHGCMUk?feature=shared> Practica tu doblaje con Frozen! (Con subtítulos) (Team PRIMIS, s. f.)

3.Final

Se realizar una breve reflexión grupal sobre el proceso, en la que los participantes comparten las sensaciones experimentadas al interpretar diferentes voces y personajes. Se destaca la importancia del control vocal, la expresividad y la sincronización entre voz y movimiento. Finalmente, se valora cómo el doblaje contribuye al desarrollo de la técnica vocal, la interpretación escénica y la comprensión del uso expresivo de la voz en distintos contextos musicales y dramáticos.

En este taller se trabajan las competencias comunicativas y técnica vocal, esenciales para el desarrollo integral del intérprete. Permite al estudiante expresar con claridad el contenido textual de la obra, articulando el mensaje musical de manera precisa y comprensible. La competencia técnica vocal fortalece el control de los órganos articulatorios y la coordinación entre respiración, fonación y resonancia, aspectos que garantizan una emisión limpia, flexible y natural.

Estas competencias consolidan la relación entre palabra y sonido, favorecen una interpretación expresiva y consciente a la formación de un intérprete capaz de ejecutar su voz con intención, coherencia lingüística y dominio técnico.

7 VI Conclusiones de la investigación

La investigación se desarrolló en el marco del espacio académico *Formación Teórico-Auditiva I*, con estudiantes de primer semestre de la Licenciatura en Música de la Universidad Pedagógica Nacional. A través de las encuestas iniciales, se identificó que la mayoría de los participantes poseía conocimientos musicales previos vinculados a su instrumento principal y a los fundamentos gramaticales de la música. No obstante, aproximadamente la mitad del grupo manifestó no contar con formación en técnica vocal, lo que evidenció una diferencia significativa en este aspecto.

Los talleres implementados permitieron constatar que, incluso entre quienes afirmaban tener nociones de técnica vocal, persistía un desconocimiento sobre los fundamentos básicos y la exploración consciente de la voz como recurso musical. Esta situación se reflejó en dificultades de afinación y control vocal, pues los estudiantes debieron enfrentarse al reto de reconocer, utilizar y dominar su voz de manera individual.

En el taller número uno, “La respiración y sus fases”, se comprobó que el concepto de respiración no era claro para la mayoría de los participantes. La confusión entre los términos inhalar y exhalar se tradujo en tomas de aire poco eficientes y en resistencia hacia la respiración completa, la cual exige reeducar al cuerpo en una acción cotidiana. No obstante, los ejercicios propuestos ofrecieron un primer acercamiento a la respiración consciente, y permite identificar sensaciones corporales y destacar la importancia de entrenar este aspecto como base para mejorar la afinación y la proyección vocal en el solfeo.

El taller número dos, “La columna de aire: el motor de la voz”, reveló que los estudiantes carecían de un concepto definido sobre este recurso. Algunos, especialmente quienes tenían experiencia con instrumentos de viento, lograron ejemplificar parcialmente su función. Los ejercicios prácticos

resultaron motivadores y favorecieron la comprensión de un componente poco visible en la enseñanza musical tradicional, pero esencial para el control sonoro. Este taller permitió reconocer que la gestión del aire, aunque intangible, constituye un factor determinante en el proceso de enseñanza-aprendizaje del solfeo.

En el taller número tres, “El oído interno”, se evidenciaron dificultades en el reconocimiento de alturas y en la comprensión de conceptos básicos como movimiento ascendente, descendente y unísono. Estas limitaciones afectaban el desarrollo del oído interno, al dificultar la identificación y reproducción precisa de melodías. Basado en los aportes pedagógicos de Émile Jaques-Dalcroze, el taller integró dinámicas corporales que relacionaron el movimiento físico con la percepción auditiva. Gracias a estas actividades, los estudiantes mejoraron en la identificación de alturas y en la interiorización del movimiento melódico, demostró que la integración del cuerpo en el aprendizaje musical fortalece el oído interno, aspecto esencial para el solfeo.

El taller número cuatro, “Factores psicológicos y emocionales”, se identificó la necesidad de generar espacios para que los estudiantes reconozcan y gestionen sus emociones, ya que estas inciden directamente en la entonación y en la disposición para aprender. Este taller se consolidó como uno de los pilares del proceso, al evidenciar que la dimensión emocional influye tanto en el rendimiento vocal como en la calidad del aprendizaje. Por ello, se concluye que la emocionalidad y la respiración constituyen ejes fundamentales del desarrollo integral de la práctica vocal y del solfeo.

El taller 5 “La palabra como instrumento: articulación y dicción” El ejercicio de doblaje permitió evidenciar la relación directa entre la articulación, la dicción y la expresividad vocal. A través de la observación y posterior interpretación de las escenas seleccionadas, los estudiantes lograron

tomar conciencia del movimiento de los órganos articuladores y de la importancia de una emisión clara y precisa para transmitir emociones y significados. La práctica favoreció el control de los resonadores, la proyección y la sincronización entre gesto, palabra y voz, aspectos esenciales en el desarrollo del canto y del solfeo cantado.

Los estudiantes de FTA 1, grupo de ingreso 2025-1, de la Universidad Pedagógica Nacional conformaron el grupo focal en el cual se desarrolló esta investigación. A lo largo del proceso, adquirieron competencias que optimizaron su desempeño en el solfeo y comprendieron la relevancia de integrar los aspectos técnicos de la voz con el aprendizaje auditivo, fortaleciendo así su formación musical de manera integral.

Como punto de partida, se destaca la importancia del estudio personal en el desarrollo de las competencias trabajadas. La práctica individual y la disposición constante del estudiante resultan determinantes para consolidar los avances alcanzados en los talleres. En este sentido, Carl Orff (1963) señala que “la educación musical no puede limitarse al aula; el verdadero aprendizaje ocurre cuando el estudiante incorpora la práctica como parte de su vida cotidiana”. Esta afirmación subraya que el tiempo dedicado al estudio personal no solo fortalece las destrezas técnicas, sino que también consolida hábitos de disciplina, autoconocimiento y autonomía musical.

Finalmente, se recomienda incluir un calentamiento vocal en cada clase para preparar el aparato fonador, prevenir lesiones y promover una ejecución más libre y eficiente. Como afirma el otorrinolaringólogo Jean Abitbol (2005), “la voz es un instrumento biológico que, al igual que cualquier otro, requiere calentamiento para mantener su flexibilidad, resistencia y calidad sonora”. Esta práctica reafirma la necesidad de comprender la voz como un instrumento en constante desarrollo, esencial en la formación integral del músico.

8 Capítulo VII Anexos

Consentimiento para el uso de derechos de imagen y audio

9 VIII Bibliografía

- Berkowitz, David. s. f. «A New Approach to Sight Singing».
- Bessel van, der Kolk. 2014. *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. Viking (Penguin Random House).
- Boris, Diego. 2018. *La Voz Cantada*.
- Bustos Sánchez, Inés. 2012. *La voz, la técnica y la expresión*.
- Choksy, Lois . Kodály. 1988. «Method I: Comprehensive Music Education».
- Cornelius L, Reid. 1972. *The Free Voice: A Guide to Natural Singing*.
- Doscher, Barbara. 1994. *The Function Unity of the Singing Voice*.
- Emma Alonso Huertas. s. f. *LA VOZ HERIDA problemas de la emisión vocal en el aula*.
- Estill, Joe. 1980. *Estill Voice Training for Voice Professionals: Level One Manual*.
- Goleman, Daniel. 1995. *nteligencia Emocional (1995)*. Bantam Books. Nueva York.
- Jaques-Dalcroze, Jaques. 1920. *Le rythme, la musique et l'éducation*.
- Jones, David. 2002. *The Singing Book*.
- Lamperti, Francesco. 1864. *A treatise on the Art of Singing*.
- Marco Guzmán Noriega. 2010. «Calentamiento vocal en profesionales de la voz». Volumen 30.
- Martínez López, Isabel María. 2014. «Juegos musicales y actividades de movimiento para la educación infantil». CCS.
- McKinney, James C. s. f. «The Diagnosis and Correction of Vocal Faults: A Manual for Teachers of Singing and for Choir Directors. Nashville».
- Orff, C. s. f. *Music for Children*. Schott Music.

Salazar, A, & Piñeros, M. 2007. «Estrategias para resolver dificultades de entonación en jóvenes que inician procesos de lectura y dictado melódico». *Academia Superior de Artes de Bogotá (ASAB)*.

Team PRIMIS, @teamprimis4340. s. f. *Practica tu doblaje con Frozen! (Con subtítulos)*.

Teresa Cattaneo, María Teresa. 2005. «La voz cantada: ciencia y arte». Real Musical.

Titze, Ingo. 1994. *Principles of Voice Production*.

Tolle, Eckhart. 1997. *El poder del ahora de Eckhart Tolle*. Gaia Ediciones.

Valibouse, Arielle. 2020. «El miedo escénico del músico: comprenderlo y superarlo». Ma Non Troppo (Redbook Ediciones).

Villagar, Isabel. s. f. «La voz humana: Fisiología, higiene y técnica vocal». Redbook Ediciones.

@viryortiz_mx. s. f.-a. *Ejercicio de Doblaje con Subtítulos - Mulan 1998*.

@viryortiz_mx. s. f.-b. *Ejercicio de doblaje son subtítulos -Lilo y Stich*. Emprende Digital | Viry Ortiz.

Vives, Lluïsa. 2007. «El miedo escénico: Cómo superarlo y disfrutar actuando». Editorial Paidós.