

LA VOZ DEL ACTOR



FOTO: CANDELA PALAZON

Lidia García. (Periodista).

Tengo la sensación de que los actores españoles estamos preocupados de nuestra imagen en general y nuestro físico en particular, pero ¿cuánto tiempo hemos dedicado o estamos dedicando a la voz? y ¿qué es un actor sin su voz? Desafortunadamente sólo reparamos en ella cuando nos falla y la necesitamos para la función de mañana. Es entonces cuando queremos el milagro. Pero todos lo que hemos pasado por esto sabemos que aquí los milagros no existen y coincidimos unánimemente en que lo más parecido a un milagro, en estos casos, es nuestro foniatra.

Algunos actores hemos encontrado nuestra "tabla de salvación" en Lidia

García, fonoaudióloga argentina, dedicada a la voz de los más famosos actores y cantantes de este país, desde hace diecisiete años.

Actores.- Lidia ¿en qué condiciones llegamos los actores a tus manos y por qué vamos?

Lidia García.- En realidad cuando un actor viene a mi es porque nota algo en su voz que le preocupa: que está opaca, que no se le oye, que tiene sensación de cansancio al hablar o incluso que le duele la garganta al terminar la función. Otras veces, también es cierto, porque quiere mejorar sus condiciones vocales.

A.- ¿Qué problemas o enfermedades puede tener la voz?

Lidia García se ha especializado en la voz del actor tanto cantada como hablada durante 24 años.

Estudia medicina en la Universidad de Buenos Aires especializándose en Fonoaudiología.

Su pasión por el mundo del actor le lleva a estudiar interpretación durante dos años en la Escuela de Teatro de la Universidad de Buenos Aires. Entre sus alumnos actores se encuentran Ana Gracia, Berta Riaza, Jose Luis Pellicena, Ana Belén, Juan Diego, y un largo etcétera.

También cantantes como Luz Casal, Víctor y Ana, Miguel Ríos, Alaska, Cristina Rosenvinge..

Siempre interesada en cualquier tema que pueda complementar el desarrollo de la voz del actor ha estudiado: medicinas alternativas, oligoterapia, cromoterapia y otros.

HABLAMOS CON:

Lidia García

L.G.- Desde una disfonía por pérdida de tonismo o cansancio, hasta una lesión. Siempre que hay un esfuerzo vocal durante algún tiempo, aparecen las patologías: nódulos, edemas, úlceras...

A.- ¿Y qué tipo de situaciones dañan así la voz?

L.G.- Por ejemplo hablar en ambiente muy ruidoso, los cambios bruscos de temperatura, y fundamentalmente la mala técnica vocal.

A.- ¿La forma física es importante para la voz? Se dice que Montserrat Caballé no adelgaza por no variar su timbre de voz.

L.G.- Bueno eso depende de cada persona, pero los kilos no son necesarios para la voz y yo creo que aunque

Montserrat Caballé pesara 10 kilos, cantaría igual de bien. Lo que si está claro es que un buen estado físico es beneficioso para la voz.

A.- ¿Un foniatra nos puede evitar tener que pasar por el quirófano?

L.G.- En casos como nódulos, a veces, sí. Lo bueno es intentar primero con la foniatría.

A.- ¿Existen buenas relaciones entre la foniatría y la otorrinolaringología?

L.G.- Hay algunos otorrinos que niegan las posibilidades de la foniatría y otros con los que se trabaja fenomenalmente bien. Lo ideal es trabajar en equipo.

A.- ¿Una voz fea puede llegar a ser bonita?

L.G.- No hay voces feas. Hay voces mal utilizadas, voces reprimidas, voces desvalorizadas. Todo lo que hay que hacer con una voz es dejarla que salga libremente, sin esfuerzo, sin negación. En una palabra: devolverle sus posibilidades naturales.

A.- Lidia, los actores que venimos a ti en realidad no sabríamos decir que eres para nosotros, una maestra de voz, una doctora, una profesora de canto...

L.G.- Soy foniatra, pero también me valgo de la fitoterapia, la oligoterapia, lo homeopatía, el shiatsu... Lo que hago es cuidar la salud de la voz.

A.- A los actores que también cantamos ¿Nos basta la foniatría o hay que complementarla con clases de canto?

L.G.- Es algo muy individual y depende de las necesidades de la persona. Para alguien que nunca ha cantado o que le falta oído musical es necesario el profesor de canto. Otras personas llevan cantando 20 años sin problemas y acuden al foniatra cuando surge alguno. Ahora bien, un cantante lírico siempre debe ir a un profesor de canto. Una cosa es trabajar el aspecto musical del canto y otra el fisiológico, el funcional.

A.- ¿Debería ser obligación del actor ir al foniatra?

L.G.- A mi me parece imprescindible. Cuidar la voz es para el actor cuidar una importante herramienta de trabajo.

La necesidades vocales en la vida cotidiana son menos que en el teatro, donde a veces vemos desmerecido un buen trabajo de interpretación, por deficiencias vocales que podían no haberlo sido. El actor debe ser ambicioso con su voz.

A.- Es muy diferente educar una voz de teatro, cine, radio..?

L.G.- Pues sí, porque aunque la voz es la misma, el medio no. Por ejemplo, el teatro requiere una proyección diferente a la radio.

A.- Además el micrófono es una ventaja ¿No?

L.G.- Lo que hace el micrófono es amplificar la voz, pero también amplifica sus defectos.

A.- ¿Cuántos meses tardas en colocar la voz en su sitio?

L.G.- Igual que todo en la voz, esto también es individual. Lo que una persona hace con su voz en seis meses, otra lo hace en un año. En toda preparación vocal tenemos que ver el condicionamiento muscular, la técnica respiratoria, ejercicios de emisión etc., pero como cada voz es única, también es único cada proceso.

A.- ¿Es cierto que la voz con el tiempo se casca?

L.G.- No, al contrario. Una voz bien utilizada con el tiempo mejora. Ahí tenemos a un Alfredo Kraus, a una Nuria Espert y a otros más.

A.- La alergia primaveral ¿es un problema de la voz o no?

L.G.- Ten en cuenta que los síntomas de la alergia primaveral más comunes son la congestión nasal, la faringitis, la tos, y esta irritación que el actor puede tener, a lo mejor, durante un mes o dos mientras tiene funciones diarias, le termina disminuyendo sus cualidades vocales. Pero por suerte, para paliar esto está la homeopatía que sin las consecuencias nefastas de los antihistamínicos, nos permite controlar los síntomas.

A.- ¿Nos darías algunas recomendaciones o consejos para el cuidado de la voz? ¿De qué se tiene que preocupar el actor?

L.G.- Hay que tener en cuenta que cuando hablamos de cuidados de la voz, no tenemos que pensar solamente en el aparato vocal, sino en la totalidad del individuo: Se debería preocupar de estar satisfecho consigo mismo y de cuidar su alimentación. Debería dormir lo suficiente, pero también defender su optimismo en todo momento. No sólo no fumar ni comer picantes, sino también permitirse sentir con intensidad. Y además lo que todos sabemos: ojo con los cambios de temperatura, ojo con las bebidas muy frías y muy calientes...



Lidia García. (Periodista).

A.- ¿Como hay que cuidar la alimentación?

L.G.- Bueno, que debe ser equilibrada, que no se debe comer antes de la función. Cenar algo ligero por lo menos una hora antes y mejor aún, una hora y media antes. Tampoco salir a escena sin comer nada, porque la voz necesita energía.

A.- ¿Y lo del pañuelo en el cuello permanentemente que usan algunos actores y cantantes?

L.G.- A veces viene bien, y si es azul mejor, por eso de la cromoterapia; ya que es un color que ayuda a la garganta, pero vivir pegado a un pañuelo no sólo no es necesario, sino que le hace sentir a quien lo lleva una debilidad vocal que no le beneficia.

A.- Un actor que cae en tus manos y sigue tus consejos, ¿puede tener voz hasta los 80?

L.G.- En mis manos o en las de cualquier foniatra. La voz hay que cuidarla siempre. De ninguna manera hay que esperar a tener un nódulo, hay que ir al foniatra para que no se forme jamás. Hay que ir al foniatra para que con su ayuda podamos desarrollar al máximo todas las posibilidades expresivas de nuestra voz.

Si alguien está interesado en contactar con ella su número de teléfono es 309.33.14.

Fotos y Texto:
CANDELA PALAZON
Actriz