

## **CÓMO PERFECCIONAR SU VOZ**

Para que no termine saliéndole el tiro por la culata al tratar de imitar un estereotipo, concéntrese en hablar con su voz natural. Incluso si tiene que hablarle a una audiencia diferente a la suya en términos de edad, religión, raza o región, no trate de mejorar deliberadamente su estilo para que coincida.

Trate de mantener su voz en un tono orgánico, como lo haría en una conversación normal. Incluso si está leyendo un guion, intente estar relajado. Evitar la locución demasiado formal es la forma correcta de conectarse con sus oyentes.

### **b. Conéctese intencionalmente con sus oyentes**

Los oyentes que sintonizan una emisora de radio o un pódcast no solo quieren entretenimiento; también tienen sed de estar informados y educados. Como locutor, la investigación y la preparación es la columna vertebral de su profesión. Usted deberá estar informado sobre las últimas noticias y cualquier tema de interés actual.

Asegúrese de hablar sobre temas que crea que a los oyentes les gustaría discutir, en lugar de hablar solo de lo que a usted le gusta o interesa. Mientras haga la investigación, prepárese para tomar notas y puntos de conversación.

Otras formas de encontrar temas de interés para su audiencia:

- Ponga atención a lo que la audiencia escribe o llama para participar o comentar.
- Verifique la información de tendencias en redes para descubrir temas de moda o de interés general.

### **c. Evite descarrilarse o salirse por la tangente**

Es fundamental mantener la coherencia en su línea de pensamiento. No deje una idea o un concepto sin terminar. No pierda el sentido de lo que está hablando. Asegúrese de expresarlo de manera confiable durante todo el turno o programa.

#### **d. Encuentre el ritmo**

El uso de señales no verbales, como el lenguaje corporal y los gestos, constituye aproximadamente el 93% de nuestra comunicación diaria. Por lo tanto, hablar con personas invisibles puede ser un gran desafío para los actores de voz.

A continuación, algunos consejos para encontrar el ritmo adecuado:

- Hable clara y lentamente para asegurarse de que sus oyentes comprendan todo lo que está diciendo.
- Enfatique algunas palabras para evitar un monólogo monótono.
- No les tema a los silencios. Permita que su programa tenga pausas breves. No solo dará unos segundos para un respiro, sino que también brindará a la audiencia un pequeño descanso.

### **3. Caliente su voz**

Las cuerdas vocales son un músculo. Tal como lo hacen los atletas, usted debe calentar ese músculo para que su voz suene mejor. El calentamiento permite aflojar los músculos vocales además de reducir el riesgo de pérdida de la voz o lesiones.

Los siguientes consejos se pueden observar antes o durante una transmisión. Para las primeras cuatro pautas, úselas antes del turno o programa. En cuanto al resto, determine cuándo es mejor aplicarlos.

### **a. Relaje su lengua**

Hay un ejercicio simple para ayudar a relajar la lengua mientras estimula la respiración y la voz. Aquí está:

- Mantenga la lengua en el paladar, detrás de los dientes superiores.
- Vibre la lengua, mientras exhala, con el sonido de una «r».
- Repita lo anterior varias veces.

**Advertencia:** no sobrepase el nivel de comodidad de su voz.

### **b. Relaje las mandíbulas**

Caliente su boca disminuyendo la tensión de su mandíbula. Use la base de su mano para frotar los músculos debajo del pómulo. Mientras masajea su cara, presione los músculos hacia adentro y hacia abajo mientras deja que su mandíbula se abra por sí sola. Recuerde, el movimiento debe ser circular.

### **c. Exhale con la boca cerrada y haga zumbar sus labios**

Exhale el aire produciendo un ligero sonido «*jmmm*». El nivel de sonido debe estar en una octava baja y cómoda. Repita la acción, pero agregue una expresión «ah» a la segunda mitad de la exhalación. Es decir, diga “*jmmm – ah*”.

Después haga zumbar sus labios. Para ello, relaje su lengua y haga vibrar sus labios mientras exhala. Vuelva a inhalar y luego haga vibrar sus labios nuevamente al exhalar.

### **d. Module su voz, desde las octavas bajas hasta las más altas de la escala**

Empiece en una octava baja usando los sonidos «i» y «u». Luego, trate de subir lentamente el tono para estirar la voz. No trate de superar su rango natural.

**Procure más bien ir subiendo de manera suave para expandir su rango de voz con cada repetición.**

#### **e. Manténgase hidratado**

**Hablar durante períodos prolongados puede dejar a una persona deshidratada. La deshidratación tiende a afectar el tono y la velocidad de la voz.**

**Entonces, ¿qué causa esa resequedad? Una mucosidad. Si, aunque suene desagradable, sin el moco que protege las cuerdas vocales, sus tejidos podrían secarse y causar lesiones permanentes. Para mantenerse hidratado, beba té caliente o agua con una rodaja de limón por la mañana y a lo largo del día.**

**A continuación, otros consejos para rehidratar su garganta:**

- **Evite los productos lácteos y la leche. Fomentan la producción de moco.**
- **Tome bebidas tibias en lugar de bebidas muy calientes o muy frías.**
- **Coma una manzana verde o beba jugo de manzana verde. Las manzanas verdes tienen pectina que ayuda a combatir la flema**
- **No tome bebidas que contengan cafeína o mucha azúcar. Pueden secar la garganta.**
- **Inhale un poco de vapor para humedecer su laringe y aliviar sus cuerdas vocales.**
- **Evite que su garganta se seque. Tome sorbos de agua con regularidad.**

#### **f. Regule su respiración y postura**

**Respirar es algo bastante básico, pero cuando se está bajo presión, la cosa es bastante diferente. Respire profundamente sin levantar los hombros. Si es necesario, abra una ventana y deje que el aire más fresco pase por sus fosas nasales.**

Además, recuerde mantener su cuerpo erguido y relajado. No encorve los hombros; solo relájelos. Si se encorva, estará ejerciendo presión sobre la caja torácica, sofocando su proceso de respiración.

## Conclusión

Antes de terminar, aquí hay dos consejos más que parecen obvios pero que algunos presentadores de voz parecen pasar por alto:

### 1. Exprese confianza

Voltaire acuñó la frase *“lo perfecto es enemigo de lo bueno”* refiriéndose a que es preferible avanzar haciendo cosas con un buen resultado en un tiempo razonable antes que dedicar a una tarea un tiempo excesivo esperando alcanzar un resultado perfecto.

No tema cometer errores de manera ocasional. De hecho, la mayoría de la gente no se da cuenta de esos errores, pero muchas veces nos preocupamos demasiado y seguimos siendo nuestros peores críticos.

Si usted comete un pequeño error, siga adelante como si nada hubiera pasado. Existe una alta probabilidad de que nadie se dé cuenta o que, simplemente, no le preste atención.

### 2. Sonría a menudo

Hay estudios que indican que una sonrisa es audible incluso si cuando una persona habla por teléfono. No olvide divertirse durante su turno o programa; los oyentes necesitan sentir la energía en su voz. Por lo tanto, diviértase y sonría. Una sonrisa es contagiosa.

---

