

# La Veu

Joan Serra Escrivà  
CEP MANACOR

Pere A. Mulet Homs  
CEP INCA

PER prevenir, s'ha de disposar de la informació adequada. I en aquest article volem parlar d'un element natural però alhora necessari per a la tasca educativa; és a dir, la veu. Tant la dels docents com la del propi alumnat, i la seva cura i importància de cara al futur.

Una definició possible de la veu seria la de ser el vehicle de comunicació del missatge oral entre les persones, i que ens permet donar a conèixer pensaments, coneixements, idees, sentiments, ...

Però també és ben cert que no li solem donar la importància ni valorar el seu pes fins que ens comença a fallar; limitant-nos per tant en les nostres tasques quotidianes i afectant-nos a nivell familiar, social i laboral. Ara bé, els problemes de veu poden afectar tothom, encara que un dels col·lectius més sensibles i predisposats a aquest trastorn és el de la docència, on la veu és la eina fonamental de treball.

Resulta curiós que malgrat vivim en una època on tot canvia ràpidament, fins i tot les metodologies educatives; encara trobem una educació basada en la comunicació. I el col·lectiu docent ha de ser conscient de la mateixa veu i saber cuidar-la perquè estigui en bones condicions d'ús.

Però a més a més, els docents estem sota un estrès professional considerable. Aquesta societat nostra espera que el sistema educatiu transmeti els coneixements, les pautes i els models de comportament; i on l'èxit i/o fracàs s'atribueix sols al mateix sistema edu-

catiu i als seus docents, creant-los per tant, situacions d'estrès, d'ansietat i de depressió. Quan tots els que formem la societat tenim drets i deures amb i per la mateixa educació.

També les tensions de la vida diària són enemigues de la veu. La part emocional de la persona, l'impacte de les emocions i de la vida psíquica, incideix plenament en la respiració i en les característiques de la veu de cadascun.

Per altre costat, caldria revisar i modificar les condicions ambientals i d'organització del treball que constitueixen un risc per la nostra veu. Realment, la disparitat i la poca adequació del lloc de feina, obliguen a molts esforços per part dels docents de cara a que els seus missatges arribin a l'alumnat. El fet de parlar en públic, al llarg de molt de temps i a intensitats elevades, suposa un desgast; amb la tensió afegida en el cas dels docents en relació a poder controlar i mantenir l'atenció del grup classe.



El que actualment observem a les aules, a nivell fònic-vocàlic, suposa uns nivells de sorolls que repercuteixen indirecta però permanentment tant en el desenvolupament del currículum com en la veu del docent i en la de l'alumnat; quan realment, un adequat control per part de tots suposaria un nivell de soroll ambiental de baixa intensitat, aportant serenitat a l'aula i confortabilitat als membres de l'aula.

I resulta curiós que tant en la planificació com en el desenvolupament de les carreres universitàries relacionades amb el món de la docència, la veu no sigui considerada eina primordial a conservar per poder exercir com a docent i per tant, sigui matèria d'estudi i tractament. Quan realment, tots ho sabem, és així.

Amb una bona dicció i tècnica vocal, una persona pot millorar considerablement tant l'expressió com la transmissió de tot allò que vol manifestar. Per tant, la necessitat de formació i cura de la veu per part dels docents en relació a la pròpia pràctica diària és inqüestionable.

Afegir que les conseqüències d'un deficient ús de l'aparell fonador per part del docent i de la família, pot repercutir en una incorrecta formació vocal del nen; ja que aquest, imitarà els models oferts per la pròpia convivència familiar i educativa.

Així, l'alumnat empra i abusa de la intensitat de la veu, on els crits acompanyen jocs i activitats esportives; però, no ho hem de suprimir, sinó ensenyar a respirar correctament i a saber tenir cura de la nostra pròpia veu. També dir que els programes infantils o d'altres, presenten uns personatges amb unes veus "dures" i qualitats vocals inadequades, però que imiten i se senten identificats amb elles. Per tant, necessitarem un suport familiar fonamental, però evitant les actituds ansioses. Com també hem de ser conscients que al llarg de la vida del nen, la veu experimenta una evolució que caldrà cuidar per aconseguir una correcta potencialitat expressiva. Açò és molt delicat en la infantesa i en la pubertat.

Així, la disfonia infantil comporta una veu greu, ronca i cascada; i pot donar-se tant en nens introvertits, tímids i perfeccionistes com en nens vitals i autoritaris. Apareixerà de forma progressiva i en fases successives, i on els pares no seran conscients fins que el nen estigui afònic, ni el nen tampoc, per no tenir uns models d'autoreferència concrets.

Per tant, si un docent ha treballat la seva pròpia veu, estarà més sensibilitzat per inculcar als seus alumnes uns hàbits vocals saludables, per evitar el mal ús i l'abús vocal. I també estarà més capacitat per detectar possibles trastorns de la veu del seu alumnat. Tots aquests coneixements, com ja hem dit, haurien de formar part de la formació inicial dels docents i com assignatura de caràcter obligatori.

En l'escola evidenciem atacs bruscs, cops de glotis, rialles i plors molt in-

tenso, restricció mandibular en l'articulació de la paraula, respiració toràcica clavicular, inspiracions bucals, fonació inspiratòria, consum d'aire residual, rigidesa en el coll, venes inflades, crits incontrolats, ritmes de parla ràpids, ús de tons i intensitats desmesurades, vicis posturals i dents apretades; sense deixar de banda que la sobreabundància d'activitats extraescolars generen una dinàmica que ofereix tensions i estrès als alumnes.

És cert que cada veu és diferent de la resta, i que té la seva pròpia identitat; però un bon timbre de veu, una pronunciació clara i una veu més rica i extensa en matisos són elements importants per fer agradable tota comunicació oral. I si el docent no pronuncia ni entona adequadament, les primeres reproduccions del nen/a seran pitjors.

Determinar com i en quin grau una veu és patològica, no sempre és fàcil, ja que són molts els condicionants i les causes, així com els factors afavoridors i els factors desencadenants. Però sí que des de l'escola, s'hauria de tenir més present a nivell de prevenció.

Simplement, per evitar disfonies, hauríem de seguir una sèrie de consells i convertir-los en hàbits quotidians, com: beure aigua regularment, disposar d'una postura adequada, relaxar-se de les tensions de la vida diària, prestar atenció al nen quan no cridi, evitar ambients on el soroll requereix intensitats de veu elevades, respectar conductes d'higiene vocal, alimentació regular ... entre d'altres.

I és que l'escola pot i ha d'estimular el desenvolupament de bons hàbits vocals, incorporant-los dintre de les activitats quotidianes d'aula i fent el possible per complir-ho. Solament així, entre altres coses, milloraran i de molt els resultats de la nostra tasca educativa.

## BIBLIOGRAFIA RELACIONADA

- Los trastornos de la voz y su reeducación. C. Dinville. Ed. Masson
- Trastornos del lenguaje, la palabra y la voz en el niño. S. Borel-Maisonny. Ed. Masson
- Procedimientos de relajación. J.I. González. Ed. EOS
- Tratamiento de los trastornos de la voz. M. Morrison. Ed. Masson
- La dislalia. P. Pascual. Ed. CEPE
- Trastornos de la voz en edad escolar. I. Bustos. Ed. Lebón
- Reeducación de problemas de la voz. I. Bustos. Ed. CEPE
- Educación y reeducación de la voz infantil. S. Echevarria. Ed. CEPE
- La voz y el tratamiento de sus alteraciones. Boone. Ed. Médica-Panamericana
- Educación de la voz. Principios fundamentales de ortofonia. A de Mena. Ed. Lebón
- Manual de terapéutica de la voz. J. R. Prater. Ed. Lebón
- Curso de relajación progresiva para niños y adultos. J. Ramírez. Ed. Lebón
- La voz. Técnica vocal para la reeducación de las disfonías funcionales. C Tulón. Ed. Lebón
- La voz infantil. Educación y reeducación. Evaluación y metodología para la relajación, respiración, articulación y emisión. S. Echevarria. Ed. Lebón
- Alteraciones de la voz. J. Perelló. Ed. Científico-médica
- La veu, l'eina oblidada. F. Tolosa. Ed. Ferran Sintès