



## VOCES LÍRICAS

La influencia de las hormonas en la voz operística

Pedro Clarós Blanch

Paidós, 2021  
256 págs.

## Ciencia y arte del cuidado de la voz

*Otorrinolaringología práctica  
más allá de la ópera*

En tiempos en los que el Auto-Tune y la electrónica repetitiva del reguetón parecen imponerse, cuando las máquinas son capaces de eliminar defectos sonoros y sintetizar voces falsas, en una sociedad *fake* de la apariencia que casi no plantea alternativas musicales de calidad a los jóvenes, resulta imprescindible recuperar la pureza del bel canto. La voz humana es uno de los grandes misterios del mundo. Estudiarla y comprenderla es el objetivo primordial no solo de lingüistas, fonetistas, logopedas, foniatras u otorrinos, sino también de cantantes, docentes y de todos aquellos que tienen en la voz su principal herramienta de trabajo y que, en consecuencia, añaden a su conocimiento el deber de cuidarla, al menos en aras de mantener la fuente primordial de su sustento.

En este contexto, a contracorriente, Pedro Clarós nos deleita con sus *Voces líricas* (Paidós, 2021). Le deseo una segunda edición en la que reconsideren los editores el subtítulo («La influencia de las hormonas en la voz operística»), pues injustamente solo refleja una breve parte de la obra que, en mi opinión, es en su conjunto la culminación de un humanista que ha dedicado su vida a velar por la salud del arte operístico, por el cuidado de la voz. Clarós nos recuerda que tras cada actuación sublime, en aquella aria en la que nos emocionamos, ya fuera otrora con Montserrat Caballé o Giuseppe Di Stefano, o ahora con la prologuista Ainhoa Arteta o con mi admirado Juan Diego Flórez, hay un médico, un ángel de la voz que protege aquellos armónicos mágicos que nos ponen la piel de gallina, o que incluso nos nublan los ojos de lágrimas, mientras nos ausentamos del mundo ensimismados entre las notas. Rezuma así el libro un inefable amor por la música y la medicina, en su máximo esplendor.

Gozarán de *Voces líricas* muchos perfiles, no solo técnicos, artísticos o médicos. Es un staccato irremediable en varios actos, que transita con pasión desde el origen histórico de la foniatría hasta las investigaciones

científicas más recientes que el doctor Clarós ha capitaneado desde Clínica Clarós, y como médico consultor del Gran Teatre del Liceo de Barcelona. Así, el lector se enfrenta a un texto fragmentado pero interesante en su conjunto, que oscila entre la divulgación científica y el redactado propio de un otorrinolaringólogo. Los lingüistas y logopedas hallarán partes elementales, como les sucederá a los foniatras en otras, pero el legato final forma una melodía única, reflejo de una vida, del contacto real con las más grandes estrellas de la ópera y la lírica. El público generalista se deberá exigir un poco para comprender aquellos capítulos en los que, ya sea por falta de formación musical o de conocimientos anatómicos, se vea lejos de seguir el texto: el aprendizaje está garantizado mediante el esfuerzo.

La voz revela el propio estado de ánimo [*véase «La voz revela el propio estado de ánimo»*; en *MENTE Y CEREBRO*, n.º 80, 2016] y se fundamenta en algo tan básico para nuestra existencia como la respiración. Clarós ahonda en las características fisiológicas de la voz humana, siempre con el horizonte puesto en la ópera. No huye de la neurología, ni de los aspectos psicológicos, ni por supuesto hormonales, que regulan y producen la voz humana. Tiene una especial deferencia en sus explicaciones con la voz femenina, en cuanto las variaciones hormonales son en general mucho más importantes en el caso de la mujer, aclarando los efectos de la menopausia, los anticonceptivos o el ciclo menstrual en la voz, y en su evolución a lo largo de la vida de las cantantes. De las lecciones y consejos expuestos sobre la fisiopatología de la voz profesional todo el mundo puede sacar provecho: los efectos del tabaco o del alcohol, la influencia negativa de algunos de los medicamentos más comunes o los trastornos psicológicos de la voz, no son exclusivos de los cantantes de ópera.

En lontananza atisbamos que lo que plantea Clarós incumbe a todos los que usan la voz en su profesión. ¿O acaso no va con nosotros la necesidad de hidratar, no forzar y revisar periódicamente nuestro aparato fonador? ¿Qué tipo de voz tenemos? La exigencia es máxima para aquellos que se la juegan en la arena del teatro, ante un público al que quizá le costará perdonar un gallo; pero

la salud laboral de los que se pasan horas hablando —o chillando— también está en juego. Clarós inculca con acierto que la prevención es crucial para no perjudicar ni el habla ni la voz. Los vibratos de *Voces líricas* son múltiples.

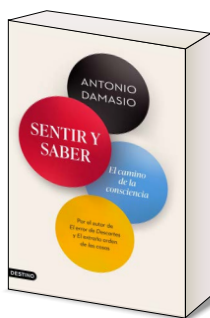
Clarós reivindica el legado del a menudo desconocido Manuel Patricio García (1805-1906), el primer vocólogo español que, con la invención del laringoscopio en el siglo XIX perfeccionado a posteriori por Johann Nepomuk Czermak (1828-1873), fundó la otorrinolaringología moderna. La complejidad del estudio del aparato fonador es tal que todavía se resisten en lingüística medidas fundamentales como la energía empleada en la emisión fonémica, o las correlaciones exactas entre las dimensiones físicas de la glotis y los parámetros acústicos de la voz. La confluencia entre disciplinas emerge como única salida a la resolución del problema de la voz humana. De hecho, hasta bien entrado el siglo XX no empezaron a desvelarse los misterios del habla [véase «La voz humana», por Robert T. Salatoft; INVESTIGACIÓN Y CIENCIA, febrero de 1993].

Clarós aborda las distinciones fisiológicas y anatómicas del habla humana desde una perspectiva histórica y clínica. Tras una sucinta y desigual incursión en el origen del lenguaje, el interesante recorrido técnico que propo-

ne Clarós conecta secuencialmente los avances en otorrinolaringología, foniatría y fonocirugía con el desarrollo del instrumental imprescindible para el estudio y la intervención médica: al mencionado laringoscopio, evolucionado de los espejitos laríngeos de Manuel García, se añaden a lo largo de las páginas el *compresorium* de Müller, el endoscopio o el salpingoscopio eléctrico, entre otros elementos tecnológicos.

No obstante, el lector avezado se queda con ganas de algún esquema y breve explicación más sobre las diversas teorías de producción de la voz, caso de la teoría mioelástico-aerodinámica de la fonación de Janwillem van den Berg (1920-1985), la teoría mucocondulatoria de Jorge Perelló i Gilberga (1918-1999) o el complejo cuerpo-cobertura propuesto por el ínclito Minoru Hirano (1932-2017), teorías que son meramente citadas al final del primer capítulo. Sorprende que tampoco aparezcan en la introducción histórica los manuales clásicos del doctor Perelló i Gilberga, prolífico autor, entre muchas obras, de *Exploración fonoaudiológica* (Editorial Científico-Médica, 1973), *Canto-dicción: Foniatria estética* (Editorial Científico-Médica, 1975), en colaboración con Montserrat Caballé y Enrique Guitart, o del conocido *Diccionario de logopedia, foniatría y audiología* (Ed. Lebon, 1995), por mentar algunas obras ya descatalogadas que hubiese

## Novedades Una selección de los editores de MENTE Y CEREBRO



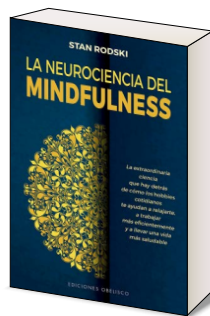
**SENTIR Y SABER**  
El camino de la consciencia  
Antonio Damasio  
Ediciones Destino, 2021  
ISBN: 9788423360178  
216 págs. (19,90 €)



**VIAJE A TU CEREBRO**  
El arte de transformar tu mente  
Rosa Casafont  
Desclée De Brouwer, 2021  
ISBN: 9788433031174  
408 págs. (29 €)



**LAS AULAS ABIERTAS ESPECIALIZADAS DESTINADAS AL ALUMNADO CON TEA**  
Una puerta hacia su inclusión  
Antonio García Guzmán (coordinador)  
Ediciones Pirámide, 2021  
ISBN: 9788436844481  
224 págs. (20,90 €)



**LA NEUROCIENCIA DEL MINDFULNESS**  
Stan Rodski  
Ediciones Obelisco, 2021  
ISBN: 9788491117452  
216 págs. (12 €)

valido la pena recuperar parcialmente, máxime cuando el doctor Perelló también fue médico del Liceo, entre 1959 y 1994, y se le considera uno de los padres de la foniatría española.

El pentagrama del segundo acto cambia notablemente. Clarós opta al final por un formato más fresco de preguntas más frecuentes (FAQs) de los cantantes al médico especialista, y hábilmente añade a las respuestas divulgativas las referencias especializadas para todos aquellos que deseen profundizar en cada cuestión, en

general, mediante artículos de investigaciones realizadas en su clínica. Este formato bien podría haber dado una voz homogénea a todo el libro, pero Clarós ha optado por una polifonía propia, reflejo de su humanismo, cuyas notas resuenan aún del vestíbulo al proscenio del Liceo.

Y la próxima vez que disfruten de su canción favorita, emocióense un poco más si cabe ante las maravillas de la voz humana. Sin Auto-Tune, por favor.

—Antoni Hernández-Fernández  
Universidad Politécnica de Cataluña



## PERDIENDO EL EDÉN

Por qué necesitamos estar en contacto con la naturaleza

Lucy Jones

Gatopardo, 2021  
320 págs.

## El ser humano y su paraíso

*La importancia del contacto con la naturaleza para la salud*

Lucy Jones inicia su libro *Perdiendo el Edén* imaginando cómo sería un futuro en el que los humanos hemos continuado destruyendo la naturaleza. Los pinos, las mariposas limoneras, las violetas y los topillos ya no existen. ¿Qué significaría eso para la humanidad?

A partir de esta pregunta, esta periodista, que ha escrito para periódicos como *The Guardian* y *The Sunday Times*, además de para la BBC, sobre temas de salud y medioambiente, reflexiona acerca del papel que la naturaleza ha desempeñado en su vida hasta ahora. Su psique, explica, no siempre ha estado equilibrada. En varias ocasiones requirió tratamiento para superar sus problemas de adicción. Con el tiempo halló apoyo en la naturaleza, por ejemplo, en el peral ante su ventana. Las hojas cambiantes del árbol la anclaban en las estaciones del año. Esa experiencia la llevó a investigar a fondo el poder curativo de la naturaleza.

En su pesquisa se topó con el sentimiento de asombro, el cual ha despertado el interés de los investigadores en los últimos años [véase «Admiración, un sentimiento con muchos matices», por Patricia Thivissen; MENTE Y CEREBRO, n.º 97, 2019]. Según Jones, se ha demostrado que dicha experiencia reduce el estrés y aumenta la sensación de felicidad. Un estudio llevado a cabo por la psicóloga Jennifer Estelar, de la Universidad de Toronto, demuestra que emociones positivas como esta pueden disminuir ciertos niveles de citoquinas, biomarcadores de inflama-

ción, en el cuerpo. Los paisajes con una impresionante cascada o un majestuoso dosel arbóreo despiertan con especial facilidad el sentimiento de asombro.

El hecho de que reaccionemos con intensidad a ciertos paisajes se debe, argumenta Jones, a la herencia evolutiva de nuestra especie. Al parecer, nuestra preferencia estética por los árboles de hoja caduca que dan sombra, los prados frondosos y las exuberantes praderas al borde del curso de agua de los ríos se halla fuertemente fijada en nuestros genes. Las conversaciones con el conocido biólogo E. O. Wilson llevan a Jones al concepto de *biofilia*, es decir, la idea de que los humanos sienten una afiliación emocional hacia todos los seres vivos. Por ejemplo, los niños se sienten atraídos por los animales y los urbanitas decoran sus apartamentos y balcones con plantas de maceta.

La autora ve como prueba del efecto que la naturaleza ejerce sobre el cuerpo y la mente de los humanos un estudio, en el que los pacientes ingresados en un hospital que veían espacios verdes a través de la ventana de su habitación sanaban antes y requerían menos analgésicos que los enfermos que miraban a la pared. Pero solo se evaluaron a 46 personas. Desafortunadamente, Jones apenas menciona esta limitación ni otros problemas metodológicos de los estudios que cita en su alegato. Con todo, su argumentación resulta convincente y confirma la sensación que se ha apoderado de muchos desde hace tiempo: necesitamos el contacto con la naturaleza para ser felices, por lo que deberíamos cuidar de ella.

—Corinna Hartmann  
Psicóloga y periodista científica