

# Condicionament corporal per l'ús professional de la veu

## Introducció

---

La veu és una funció realitzada per diverses estructurades, per les quals, no és una prioritat. Per això, saber emprar-la professionalment és important per mantenir-la en bona salut. En aquest curs, es veuran les diferents subfuncions de la veu de manera aïllada, per saber que totes funcionen al seu màxim rendiment; però també es veuran de manera global, ja que les diferents subfuncions es complementen per funcionar correctament.

Així mateix, es veuran tècniques per optimitzar la veu i per jugar amb ella per tal d'aconseguir una comunicació més eficaç, sense esforços ni tensions.

Els objectius d'aquest curs són:

- Conèixer les diferents estructures relacionades en la producció vocal
- Conèixer i sentir les tensions establertes al cos a l'hora de parlar.
- Fer desaparèixer aquestes tensions i sentir-ho corporalment.
- Aprendre a cuidar la pròpia veu.
- Aprendre a jugar amb la veu de manera saludable.

En aquest curs aprendràs com treure tensions de les estructures corporals relacionades amb la funció vocal. La finalitat serà millorar la comunicació a la feina, fent un bon ús de la veu, i aprendre a tenir cura de la pròpia veu per poder-li exigir un rendiment més alt.

## Estructura del Programa

---

El curs constarà d'una exposició teòricopràctica que inclourà conceptes per donar significat a la pràctica, cercant un treball de consciència corporal des de diferents estructures. Finalment, es veuran de manera completament pràctica, estratègies per aprendre el joc vocal. El curs està programat de manera presencial i serà necessària una softball.

## Contingut del Programa

---

Bases de la respiració fonadora, tècniques per treure tensions en la inspiració i exercicis de consciència corporal per una bona expiració.

La relació de la respiració amb l'emissió vocal fruit de la vibració de les cordes vocals. Dissociació de la musculatura extrínseca i intrínseca de la laringe.

Biomecànica de l'articulació temporomandibular i el seu efecte en la funció vocal. Tècniques de relaxament de la musculatura implicada i exercicis de preservació de la correcta biomecànica articular.

Bombardeig sensorial del tracte vocal per afavorir la projecció de la veu. A més, joc vocal per una òptima comunicació.

## A qui va dirigit?

---

PDI

## Calendari

---

24 de gener del 2022 de 17:30 a 20:30

Lloc: Espai 3.17.B: Plató Edifici: Rectorat - Facultat de Lletres

## Professor

---

Carles Expósito Rovira, investigador sobre la veu, professor al Conservatori Superior de Música de les Illes Balears i de l'Escola Superior d'Estudis Musicals, Taller de Músics. Fisioterapeuta

És màster en estudis avançats de teatre i investiga els efectes de les modificacions corporals sobre la veu amb l'equip del foniatra Dr Alfonso Borragán. Expert en fisioteràpia de les arts escèniques, en OstéoVox, tècniques manuals pel cant, en el Mètode PROEL pel tractament dels trastorns de la veu... Tot plegat per optimitzar l'ús saludable de la veu.

**Carles Expósito Rovira**  
Fisioterapeuta

