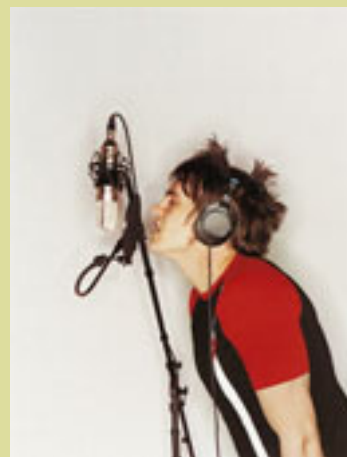


CONSEJOS PRÁCTICOS PARA CANTANTES

Si eres cantante o te gusta cantar, toma en cuenta estos consejos:

1. La voz es un instrumento muy delicado y debe cuidarse. Un cantante debe consumir diariamente por lo menos 1.6 litros de agua, para mantener para hidratadas las cuerdas vocales, las cuales son muy susceptibles de irritación con un prolongado uso de la voz y ante la falta de una adecuada hidratación del organismo. Esto puede derivar en una irritación de la garganta, pérdida de la voz y ronquera.

2. Un cantante debe dormir al menos 8 horas por día. Dormir menos horas puede contribuir paulatinamente al desgaste de las cuerdas vocales. No es recomendable para un cantante adquirir la costumbre de trasnocharse.



3. La noche antes del día de la presentación o sesión de grabación, no ensayes, descansa la voz. Es muy poco lo que puedes hacer para mejorar unas horas antes de la presentación. Mejor vete a la cama temprano y duermes bien.

4. En cada presentación o sesión de canto, que no te falte tu botella de agua.

5. No cantes fuera de tu registro, por más que te insistan! Los daños a la voz son irreversibles, una vez dañadas las cuerdas vocales estas ya nunca vuelven a funcionar igual.

6. Si cantar te provoca dolor, o molestias en la garganta, no cantes. Descansa la voz hasta lograr su completa recuperación, para ello, debes dejar de cantar y habla lo menos posible hasta recuperar la voz completamente.

7. Es muy importante tener una rutina de pre calentamiento de la voz. A fin de proteger la voz, se debe adquirir la costumbre de calentar la voz siempre, antes de cada ensayo, presentación o sesión de canto.

8. Y por último, si en verdad te gusta cantar, busca donde prepararte adecuadamente y aprender una técnica apropiada de canto que te ayude no sólo a desarrollar correctamente tu potencial como cantante, sino también a cuidar la voz para que puedas usarla satisfactoriamente por muchos, pero muchos años en adelante.

Si tienes dudas o consultas respecto de este tema, comunícate con Alábenle! Producciones

escribiendo al correo alabenle@hotmail.com o visita nuestro sitio alabenle.tripod.com

Este consejo viene cortesía de:

Alábenle! Producciones

Comprometidos con la producción nacional!

Recibiste este correo porque te has incluido a nuestra lista de correo, o porque algún amigo solicitó que te enviáramos información. Si no deseas seguir recibiendo nuestros correos, escríbenos solicitando tu baja.