

IL **SETTIMANALE** DI RAVENNA & DINTORNI

Ravenna e Dintorni.it

R&D

FREEPRESS n. 905

29 APRILE - 5 MAGGIO 2021



Latte, formaggi e gelati di Romagna

CRONACA • SOCIETÀ • POLITICA • ECONOMIA • OPINIONI • CULTURA • SPETTACOLI • GUSTO • SPORT

COPIAZIONE
ISSN 2499-9460

Reclam



SOLO VOCE

Audiolibri, pubblicità, telecronache, radio e medicina: storie e curiosità di chi lavora con le corde vocali

il Buono della tua Terra
dal 1959

LATTE DI ROMAGNA
Centrale del latte **cesena**
dal 1959

centralelattecesena.it

QR code and social media icons (Facebook, Twitter, YouTube, Instagram) are also present.

LA VOCE DEL MEDICO

Le corde vocali non hanno segreti per Fussi: «L'ex premier Conte potrebbe cantare del blues»

Il foniatra ravennate visita i più importanti artisti nazionali: da Jovanotti a Tatangelo, da Bocelli a Pausini. I mestieri che rischiano più infortuni? «Gli insegnanti perché parlano a lungo e... i tifosi per le grida improvvise»

di Andrea Alberizia

Mentre l'ex premier Giuseppe Conte illustrava i Dpcm c'era un'Italia che cercava di capire cosa poteva e non poteva fare e c'era il dottor Franco Fussi che riconosceva una probabile anomalia alle corde vocali dell'avvocato: «Con quella voce non potrebbe fare il cantante lirico ma di blues sì». Il medico di Ravenna è specialista in foniatria e otorinolaringoiatria, docente al corso di laurea di Logopedia, e salvatore di parecchie celebri ugole infiammate. Cesare Cremonini e Fiordaliso sono solo gli ultimi artisti che ha visitato. Ma nel suo ambulatorio sono passati Laura Pasini, Jovanotti, Tatangelo, Ligabue, Emma, Alessandra Amoroso...

Dottore, cominciamo da una definizione della voce per voi addetti ai lavori.

«La voce è il prodotto dell'integrazione di tre apparati: il fiato è la benzina fornita dall'apparato respiratorio, la laringe è il motore con le corde vocali che vibrano e producono la frequenza fondamentale, le cavità di risonanza amplificano l'onda sonora fornendo le caratteristiche timbriche e la capacità di proiettare il suono a distanza».

Che cosa caratterizza una voce?

«I parametri sono tre. La frequenza fondamentale cioè la nota che emettiamo, data dalla tensione della corda vocale. L'intensità quindi il volume gestito dalla pressione con cui facciamo vibrare le corde. Il colore o timbro ottenuto dalla modificazione degli spazi di risonanza con i movimenti degli organi mobili come lingua, labbra, laringe, palato molle...»

Il risultato finale quanto è determinato dalla conformazione fisica del corpo e quanto dalle capacità di utilizzo?

«Se parliamo di estensione si può dire che grazie alla tecnica si può raggiungere il massimo che la corda vocale può esprimere. Ma ci sono anomalie congenite che danno caratteristiche al suono. Se la corda ha delle pieghe sulla superficie c'è più rigidità e viene quella voce un po' legnosa, un po' stimbrata. L'esempio che

«La parte bianca degli agrumi aiuta a idratare le mucose cordali»



In alto da sinistra in senso orario: il dottor Franco Fussi con Anna Tatangelo, Elio, Arisa, Giusy Ferreri



tutti possono avere in mente è l'ex premier Giuseppe Conte: non potrebbe fare il cantante lirico ma il blues sì».

Come avere una voce ottimale?

«Occorre una buona tonicità della muscolatura addominale per agire sull'apparato respiratorio, un sufficiente numero di ore di sonno prima della performance e mantenere un buono stato di idratazione delle mucose cordali: più sono idratate e meno faticano a vibrare quindi ci si stanca meno».

Come si idratano?

«Ci sono vaporizzatori caldo-umidi, acido ialuronico attraverso aerosol, pasticche o spray, tenere una garza bagnata sotto al naso prima del canto per ispirare goccioline. Poi è utile la pectina, un carboidrato indigeribile che si trova soprattutto nelle mele o nell'albedo, la parte bianca nella buccia

degli agrumi. Non è un caso che Pavarotti prima di entrare in scena mangiasse uno spicchio di mela acerba con la buccia».

Quali infortuni di natura traumatica possono capitare?

«Uno sforzo vocale protratto nel tempo per scarsa capacità di guidare la propria voce può portare dei noduli sulle corde vocali. È lo stesso fenomeno del callo che si forma per sfregamento. Sono disturbi frequenti per chi fa lavori in cui parla molto e magari in ambienti rumorosi: il tipico esempio è l'insegnante. Facendo riabilitazione si impara a moderare il trauma da contatto e quindi i noduli si riducono e possono anche andare via. Lo sforzo acuto legato a un'evenienza occasionale limitata nel tempo è come un urto secco sulla corda che può anche rompere un capillare: in questo caso si forma un polipo. È come un'ernia da sforzo che va asportata chirurgicamente, di solito anche in day-hospital. Capita di vederne diversi al lunedì come conseguenza delle urla allo stadio».

Cosa può fare chi deve usare molto la voce per lavoro?

«Se si sentono fastidi, prima che la lesione diventi patologica, è importante cercare di imparare la modalità più economica di gestione: cioè massima resa con minima spesa, trovare il miglior rapporto fra respirazione, laringe e risuonatori. Un ciclo di logopedia può servire».

Un abbassamento di voce è capitato a tutti. Qualcuno è più predisposto di altri? A cosa è dovuto?

«È la conseguenza di uno stato infiammatorio che crea disidratazione. Può avere diverse origini: allergie, l'acido cloridrico che risale con il reflusso gastroesofageo, virus, batteri, miceti, oppure comportamenti e stili di vita».

Sanremo 2018. Laura Pausini canta come ospite ma pochi giorni prima dell'esibizione era senza voce e sembrava dovesse rinunciare. È noto che ha curato lei la sua gola. Come ha fatto il miracolo?

«Un potente antinfiammatorio e cortisone, insieme ad altre cose che sono preferibili quando si ha più tempo a disposizione come la bromelina, un enzima naturale estratto dal gambo dell'ananas. Certo sarebbe meglio cantare con accortezza. E invece quella sera la Pausini finì a cantare fuori dall'Ariston nel freddo di febbraio. Da medico non glielo avrei consigliato».

Pausini è solo una dei cantanti e attori che segue. Che percorso si fa? Contatti costanti o solo in caso di necessità?

«Una volta all'anno si fa il tagliando all'auto anche se va bene. Lo stesso vale per le corde vocali: ogni tanto è bene dare una controllata. Poi c'è chi viene per curare infiammazioni o difficoltà tecniche che non sanno risolvere».

Un tagliando sarebbe utile anche a chi non deve esibirsi su un palco?

«Diciamo che se una disfonia come l'abbassamento di voce resiste per 15 giorni è il caso di farsi vedere perché una normale laringite in 7-10 giorni passa. Più in generale però è vero che un percorso con un logopedista può aiutare a guidare meglio la propria voce e scoprire anche migliori modalità espressive».

VOCI DA COLTIVARE

L'insegnante di canto all'Accademia del Musical: «Tanti adolescenti si vergognano e poi si aprono»

Chiara Nicastro è una dei docenti della scuola diretta da Laura Ruocco:

«Il movimento del corpo può aiutare a superare certi ostacoli»

«Vedo tanti adolescenti che hanno paura di usare la voce per cantare, si vergognano, sono imbarazzati. Quando superano questo scoglio poi acquistano più sicurezze anche fuori dall'ambito artistico». Chiara Nicastro è insegnante di canto all'Accademia del Musical di Ravenna diretta da Laura Ruocco. La 32enne diplomata all'American Musical and Dramatic Academy di New York ha a che fare con la fascia di età 11-18 anni: «È un periodo di cambiamenti, di sviluppo, soprattutto per i

maschi che mutano la voce: per alcuni viene vissuto con sconforto quando si ritrovano con una voce che non sentono più loro, allora bisogna accompagnarli perché capiscano che è un processo naturale».

L'approccio scelto da Nicastro è improntato a dare più spazio possibile all'indole di ogni ragazzo: «La mia esperienza personale è stata con insegnanti non invasivi e credo sia il metodo giusto. E poi, forse perché provengo dalla danza, credo molto nell'aspetto fisico anche quan-

do si tratta di cantare, che potrebbe sembrare qualcosa di distante: se il corpo è libero, anche la voce sarà libera. Magari lanciare un oggetto nel momento in cui deve uscire la voce è un gesto che può sbloccare un ragazzino incerto».

Ma a che età si può cominciare a lavorare sulla voce? «Cantare è qualcosa di naturale che si può fare sempre. Se parliamo di lavoro tecnico sulla voce allora forse non comincerei prima dei 16 anni per dare tempo al fisico di completare lo sviluppo. La parola chiave per me è serenità, nulla deve essere mai forzato: la voce è uno strumento che non puoi vedere, non è come un violino, quindi devi basarti solo su quello che senti dentro di te».

L'insegnante non ha dubbi quando si parla di intonazione: «Si può essere stonati ma nessuno è destinato a rimanerli per ragioni di natura. Certo, per arrivare alle eccellenze servono anche doti naturali. E si può iniziare a cantare a qualunque età, anche un adulto può accostarsi al canto». (and.a.)