

**Saúl Tébar**

# **Desarrolla y fortalece tu embocadura**



Ediciones Si bemol

# ÍNDICE

Introducción .....	9
La producción del sonido y los primeros errores.....	11
Buscando nuestra embocadura ideal.....	15
Movimientos prohibidos vs movimientos permitidos .....	19
Construyendo una embocadura fuerte.....	23
Fortalecimiento con aparatos específicos .....	25
P.E.T.E. ....	27
U-TRAINER .....	31
<b>TRABAJO CON LA BOQUILLA .....</b>	<b>35</b>
B.E.R.P. ....	37
Unos consejos antes de comenzar .....	41
<b>TRABAJO CON LA TROMPA.....</b>	<b>51</b>
Tus dos grandes aliados: la técnica del bending y el frullato.....	53
El descanso: imprescindible en tu rutina de estudio .....	83
Referencias .....	87

# Introducción

La práctica de un instrumento de viento metal se ha de asentar sobre una serie de pilares técnicos fundamentales que permitan abordar la interpretación de la mejor manera.

Uno de estos aspectos básicos, junto con la respiración, es la correcta formación y el fortalecimiento de nuestra embocadura.

Una correcta colocación de la boquilla sobre nuestros labios, junto a una buena musculatura facial en la que todos los músculos trabajen en la dirección adecuada, nos dotará tanto de una buena calidad sonora como de una mayor facilidad de ejecución.

Por otro lado, fortalecer esta musculatura disminuirá el riesgo de sufrir posibles lesiones y además, permitirá tocar durante períodos de tiempo prolongados y un repertorio más exigente.

Sin embargo, tras veinte años de docencia he podido apreciar cómo este aspecto tan vital para cualquier instrumentista de viento metal y, por ende, para un trompista, suele ser descuidado en más ocasiones de las que se debería.

Así, es frecuente encontrar trompistas con múltiples problemas y carencias provocados por una mala embocadura.

Con esto no quiero decir que se esté trabajando mal en las aulas de los conservatorios de música. Hay grandísimos profesionales que se dejan la piel día tras día para formar grandes trompistas y de los cuales tenemos mucho que aprender. Yo el primero.

Sin embargo, tener que cumplir un determinado currículo no siempre permite disponer de todo el tiempo deseado y necesario para trabajar en clase con mayor profundidad sobre estos aspectos.

Los alumnos quieren hacer música, tocar canciones, estudios, obras... y las familias también. Quieren ver a sus hijos sobre el escenario dando lo mejor de sí mismos y mostrando sus progresos. Con lo que no siempre se puede abarcar todo.

El libro que tienes en tus manos nace para ayudar en este trabajo, pudiendo ser adaptado a estudiantes de todos los niveles, siendo necesaria la supervisión constante del profesor en los cursos y niveles iniciales.

Para los estudiantes más avanzados puede ser una herramienta muy útil tanto para los momentos de calentamiento diario previo a la interpretación como para un estudio más profundo tras un período de inactividad.

Los ejercicios aquí mostrados parten de ideas y células sencillas, algunas propias y otras obtenidas de diferentes profesores y trompistas que he tenido la suerte de conocer a lo largo de mi formación y años de experiencia, habiendo mostrado todos ellos una gran eficacia para el objetivo propuesto.

Así mismo, constituyen el esqueleto de mi rutina básica de estudio, y son de gran utilidad para no perder o recuperar “el sitio” y conseguir un gran confort y seguridad al tocar.

Pero no es lo único que esconden estas páginas.

Además de estos ejercicios propuestos, incluyen también una amplia cantidad de contenido teórico, el cual, a través de un lenguaje sencillo y dinámico, explicará los conceptos generales que rodean a la construcción de nuestra embocadura, así como a la importancia de fortalecerla a través de diferentes medios.

Y finalmente te hablaré de un aspecto que muchas veces cae en el olvido y al que no le solemos prestar la atención que merece: el descanso.

Porque si estudiar es importante, también lo debe ser descansar, tanto a nivel corporal como mental, porque solamente a través del equilibrio entre el trabajo y el descanso podremos lograr los resultados y objetivos deseados.

# La producción del sonido y los primeros errores

La principal diferencia en cuanto al modo de producir el sonido entre un instrumento de viento madera y un instrumento de viento metal radica en el elemento que lo produce u origina.

Mientras que en los instrumentos de viento madera el cuerpo que vibra y genera el sonido es algo externo, en los instrumentos de viento metal son nuestros propios labios, excitados por el aire soplado, los que al funcionar como una doble lengüeta producen el sonido.

Con esto, los instrumentistas de viento metal somos, junto con los cantantes, los únicos músicos que producimos el sonido con nuestro propio cuerpo (nosotros a través de la vibración de los labios y los cantantes con la excitación y vibración de las cuerdas vocales).

Y esto que podría parecer una ventaja, en realidad constituye un problema añadido con respecto al resto.

¿Y dónde está el problema?

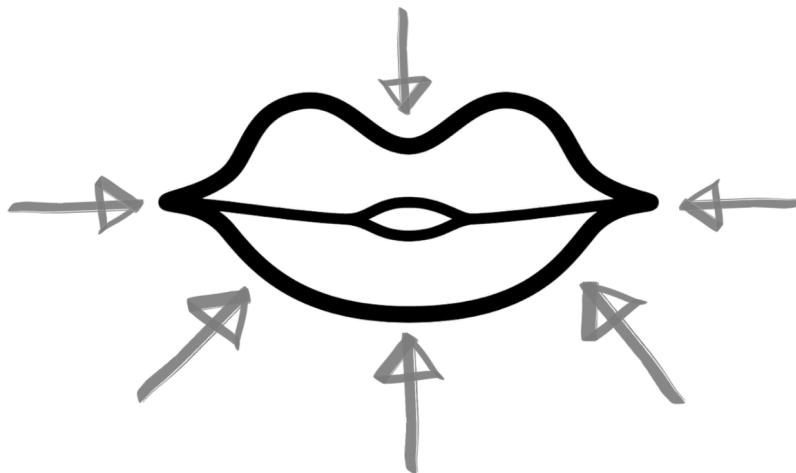
El problema radica en que tanto nuestros labios como todos los músculos que intervienen en la formación de nuestra embocadura se encuentran “conectados” a nuestro cerebro, el cual siempre busca la mayor eficiencia en cualquier tarea que llevamos a cabo, estando “programado” para malgastar la menor energía posible en todo momento.

¿Y esto en qué nos afecta?

Afecta en que su afán de “ayudar” en la producción del sonido provoca que realicemos pequeños ajustes en la posición de nuestros labios cuando estamos tocando.

De esta manera, su búsqueda de “ahorrar” energía y lograr una interpretación lo más cómoda posible propicia el primer gran problema: modificar nuestro modo de tocar, sustituyendo parte del aire necesario que requiere un instrumento como el nuestro por estos movimientos que parecen ayudarnos en nuestra tarea.

# Buscando nuestra embocadura ideal



*Imagen 1. Dirección correcta en la que han de trabajar los músculos que forman la embocadura*

Si tomas una boquilla de clarinete o de saxofón podrás diferenciar fácilmente 3 piezas fundamentales e independientes:

- La boquilla propiamente dicha
- La caña
- La abrazadera

Ahora, intenta visualizar y centrar tu atención principalmente en una de estas tres partes: la abrazadera (parte que “abrazo” la boquilla).

¿Cuál es su función?

¡Correcto! Sujetar la caña para evitar que se mueva.

Un clarinetista o un saxofonista necesitan que la abrazadera sujete firmemente la caña a la boquilla para que no se mueva al tocar, ya que, de lo contrario, no podrían hacerlo.

# Fortalecimiento con aparatos específicos

A pesar de que la práctica diaria y constante contribuye a construir y fortalecer nuestra embocadura, no viene mal contar con alguna ayuda externa que acelere y mejore todo el proceso.

Y es que, durante los últimos años, múltiples empresas se han lanzado a la investigación y desarrollo de diferentes dispositivos destinados precisamente a desarrollar y fortalecer esta área tan importante para nosotros.

La peculiaridad y principal virtud de estos aparatos radica en que permiten trabajar nuestra musculatura de una manera mucho más directa y focalizada.

Así mismo, cuentan con las ventajas añadidas de que se utilizan sin el instrumento y que son pequeños y fáciles de guardar, pudiéndolos llevar en cualquier sitio, con lo que incluso son útiles para mantener la forma cuando estamos de vacaciones, por ejemplo.

Los dispositivos que se muestran a continuación no son los únicos que existen, ni tampoco tienen por qué ser los mejores. Simplemente aparecen entre estas páginas por ser los que personalmente he utilizado durante muchísimo tiempo, con lo que puedo hablar sobre ellos con el suficiente conocimiento que me otorga mi propia experiencia.

Utilizarlos o no ya depende de ti.

Que a mí me hayan resultado útiles no quiere decir que lo sean para ti. Cada persona es un mundo y cada uno ha de ver qué le va bien y qué no.

Por último, advertirte de que el trabajo con estos dispositivos ha de ser realizado de manera muy cuidadosa, ya que un uso excesivo puede llegar a producir sobrecargas y lesiones musculares, algunas de grave repercusión.

Por este motivo no recomiendo utilizarlos durante más de 5 minutos al día y en días alternos, preferentemente después de tu sesión de estudio.

No obstante observa tu cuerpo, observa las señales que te transmite y actúa en consecuencia. Si notas algún dolor, sobrecarga o malestar, para.

# TRABAJO CON LA BOQUILLA

No te voy a descubrir nada nuevo acerca de los extraordinarios beneficios que conlleva el trabajo con la boquilla sola sin el instrumento, como son la mejora del sonido o el desarrollo del oído, lo que se traduce en una mejoría en la afinación, entre otros.

Al igual que muchísimos otros trompistas, considero fundamental su estudio diario, tanto para la fase de calentamiento como para el trabajo de nuestra técnica o el de pasajes en los que encontremos especiales dificultades.

Así que, con todos los beneficios que reporta su práctica, se hace necesario sentar las premisas imprescindibles para conseguir el mejor aprovechamiento posible.

En un primer lugar, debes estar plenamente concentrado y prestar especial atención a mantener y experimentar las mismas sensaciones que las que tienes cuando tocas con la trompa.

Esto es especialmente importante cuando sujetes la boquilla con la mano, ya que muchos trompistas cambian la colocación y posición de la misma al tocar así, con los consiguientes perjuicios que ello conlleva.

Y es que si cuando estudias boquilla sola tocas de una manera y con la trompa lo haces de un modo diferente, el trabajo realizado no es que no vaya a dar los frutos deseados, sino que incluso puede llegar a ser contraproducente.

Para evitar este problema, recomiendo encarecidamente trabajar la boquilla manteniendo una posición lo más similar posible a cuando tocamos con el instrumento, ayudándote para ello de un dispositivo diseñado precisamente para este fin, el B.E.R.P., del cual te hablaré en páginas siguientes.

Y después de esto, los otros aspectos que debes cuidar cuando trabajes con la boquilla son el de intentar mantener siempre una buena afinación y un buen sonido, el cual no sea ni demasiado aireado ni tampoco demasiado tímbrico.



# Ejercicio de boquilla 1

Realizar el ejercicio **dos veces**: la primera vibrando solamente los labios y la segunda con la boquilla sola. Soplar cada emisión, sin lengua. Cuidar la afinación en todo momento.

♩ = 60

*mp*

1. Vibrando solo los labios  
2. Tocar con la boquilla

8

*mp*

15

*mp*

22

*mp*

29

*mp*

36

*mp*

43

*mp*

50

*mp*

57

*mp*

# TRABAJO CON LA TROMPA

Una vez realizados los ejercicios con la boquilla comenzaremos con el instrumento, lo que nos permitirá continuar con el trabajo de la embocadura y la musculatura de la máscara facial.

Tal y como podrás apreciar, la mayoría de los ejercicios planteados trabajan, sobre todo, los registros medio y grave, siendo menos habituales los ejercicios que suben al agudo, debido a que es en los primeros donde, por norma general, se encuentran los mayores problemas de embocadura.

No obstante, siéntete libre de ampliar todos estos ejercicios tanto por el agudo como por el grave, guiándote en todo momento por tus sensaciones y dependiendo siempre de qué es lo que pretendas trabajar.

Durante tu sesión, busca en todo momento la mayor facilidad y comodidad que sea posible, tocando lo más relajado/a que puedas y evitando en todo momento cualquier tipo de tensión innecesaria.

Por último, te dejo otras cuatro recomendaciones para sacar aún más partido a tu estudio, las cuales se suman a las dadas en el trabajo con la boquilla en la página 41 de este mismo libro:

1. Estudia lento, cuanto más, mejor.
2. Trabaja siempre desde un registro que ya domines y a partir de ahí ve ampliándolo, retándote constantemente.
3. Procura mantener siempre y en todo momento la misma posición de los labios, tomando como referencia la primera nota de cada ejercicio.
4. Toca siempre lo más bonito que puedas.

# Ejercicio 3

Buscar un gran legato manteniendo la dirección de la columna de aire. Conservar la posición de la embocadura dada por la primera nota durante todo el ejercicio.

$\text{♩} = 72$

4  
1. Frullato  
2. Legato

*mf* B-0

*mf* B-2

*mf* B-1

*mf* B-12

*mf* B-23

*mf* F-0

*mf* F-2

*mf* F-1

*mf* F-12

# El descanso: imprescindible en tu rutina de estudio

Uno de los aspectos más importantes que debes tener siempre presente es que un músico de viento metal es un deportista de élite y como tal, debe cuidar su cuerpo.

Los deportistas de élite dedican muchísimo más tiempo a su preparación y cuidado físico que a competir, ya que, de su buena condición física, depende evitar lesiones y tener una larga y exitosa carrera profesional.

Y esto es exactamente lo mismo que debemos hacer los músicos.

Tocar un instrumento como la trompa requiere de un gran esfuerzo y exigencia física, siendo el trabajo de la embocadura uno de los aspectos más importantes que abordaremos durante nuestra formación. Por eso, es importante dedicarle una gran atención y trabajarlo sin descuido.

Además, debemos ser conscientes de que nuestros labios son los que más sufren cuando tocamos, por lo que tenemos que cuidarlos al máximo.

Y el mejor modo de cuidar nuestra embocadura, a parte de fortaleciéndola, es darle los descansos que necesita. Porque si no se deja tiempo suficiente para que los músculos descansen y se recuperen de los esfuerzos a los que los sometemos, en primer lugar, no podremos rendir como desearíamos y en segundo lugar, éstos podrían llegar a romperse.

Es genial que tengas sueños y que aspire a ser un grandísimo trompista profesional que pueda vivir y disfrutar de esta bella profesión, pero debes pensar que si te lesionas, quizás eso nunca se haga realidad.

Así que cuida tu mayor tesoro: tus labios y tu embocadura. Trabaja en ello, fortalece esta zona tan importante y además, dale los descansos necesarios y merecidos.

Porque si no la cuidas tú nadie lo hará, y no vas a tener 20 años para siempre.