



cpae

Tratamiento y  
formación para artistas  
[www.cpae.net](http://www.cpae.net)

Tabla de contenido:

<b>ESTUDIO PARA TRABAJAR LA PARTITURA</b> .....	<b>2</b>
1. LA MEMORIA AUDITIVA: .....	2
2. LA MEMORIA NOMINAL: .....	2
3. LA MEMORIA VISUAL .....	3
4. LA MEMORIA ANALÍTICA .....	3
5. LA MEMORIA MUSCULAR Y CINESTÉSICA .....	4
Y RECOMENDACIONES GENERALES, QUE TE DEN MÁS SEGURIDAD Y REDUZCAN LOS FACTORES DE RIESGO: .....	5

Los diferentes tipos de memoria son los que tienes que activar para no sobrecargar siempre un mismo tipo de aprendizaje.

Como te he mencionado antes, la forma que tienes ahora de repetición NO TE VA BIEN.

Ni para estudiar a base de repetir algo que no sale sin previo análisis concreto de la razón o razones que te hacen repetir sin más horas irracionales de estudio.

Es indispensable practicar la técnica con el instrumento, obvio, aunque también lo es estudiar antes la partitura. No sólo por el hecho de saber qué voy a hacer, también o el cómo lo voy a hacer. Cómo la voy a estructurar y conociendo las partes, la dificultad y además conociendo de qué pie cojeo, ya puedo anteponer los factores de riesgo que me pueden causar sobrecarga muscular por el hecho de repetir en exceso.

Por esto motivo, a continuación vas a ver explicados los distintos tipos de memoria que siempre deberás estudiar y completar con la partitura.

Por lo tanto, antes de empezar a tocar con el instrumento asegúrate de: *(Ya sé que es complicado y tendrás la tentación de empezar a tocar ya con el instrumento al leer la partitura, pero recuerda: debemos hacer cosas distintas, sal de tu zona de confort para tener resultados distintos):*

### 1. La memoria Auditiva:

Es aquella que te hace trabajar el sentido de la audición, y para alcanzarla e integrarla sin tocar con el instrumento, debes alcanzar los siguientes pasos:

- 1.1 Entonar la melodía fuera del instrumento.
- 1.2 Escucharla a través del oído externo e interno. Es decir, practicar con matices superiores a los indicados en la partitura.
- 1.3 Tocar solamente los tiempos débiles de la melodía más la caída del fuerte.

### 2. La Memoria Nominal:

Indispensable que te sepas las notas, las puedas cantar y tatarrear antes de empezar a tocar. Esto te dará muchísima seguridad. Supongamos que te puedes perder en un determinado momento de tu interpretación, si tu vas cantando las notas, el cerebro a unas milésimas de segundo por delante de tu ejecución motora y podrás en ese momento distinguir en que lugar estás. Además, esta memoria te será muy útil para “leer” sin mirar la partitura con los ojos, la tienes en tu memoria fotográfica. Esto te lleva a un nivel superior de integración sensorial, vibras al leer con el cuerpo la partitura. Se realiza con el objetivo de la vibración corporal, todo lo que lleve al bloqueo recuerda que frena la vibración, si logras estudiar sintiendo en ti, en todo tu cuerpo las notas, cada parte de tu ser recordará el paso de las mismas con una intensidad y claridad pasmosa.

Para alcanzarla e integrarla sin tocar con el instrumento, debes alcanzar los siguientes pasos:

- 2.1 Cantar el nombre de las notas y sentir las interiormente.
- 2.2 Escuchar la pieza siguiendo las notas con la partitura delante.

### 3. La Memoria Visual

También se llama memoria fotográfica. Se trabaja memorizando:

- 3.1 La posición de las manos cuando tocan.
- 3.2 La imagen de la partitura.

Por lo tanto, para trabajar esta memoria debes:

- Transcribir la partitura y
- Dibujar la línea melódica

Lo puedes hacer pasando por estos puntos:

- 3.3. Colorear los puntos clave.

Con distintos colores e intensidades, te ayudará muchísimo a tener una imagen de la partitura desde otra intensidad. Los colores sabemos que transmiten vibración a la vez que emoción, así que invierte un tiempo en elegir el color y la intensidad del mismo y practica.

Te ayudará también en poder empezar desde cualquier punto de la partitura y recordar en qué lugar de la partitura (papel) hay un cambio de armadura, de tema, de fraseo, de dinámicas, etc.

### 4. La Memoria Analítica

Es la que te permite un análisis integral de la obra Esquema harmónico.

Lo harás completando estos pasos:

- 4.1 Anotar los puntos clave y hacer referencia a ellos cada cierto tiempo.
- 4.2 Relacionar pasajes que se repiten, iguales, o solo diferenciados por cambio de tonalidad.

4.3 Relacionar escalas o arpeggios conocidos.

4.4 Practicar a manos separadas obras de difícil armonía o separando la acción de las manos con la boca (en el caso de instrumentos de viento).

4.5 Tocar solamente el esqueleto de la pieza.

4.6 Aplicar a la partitura contenidos transversales aprendidos en las clases de lenguaje musical, armonía, historia de la música u otras asignaturas.

## 5. La Memoria Muscular y cinestésica

Es la que trabaja las sensaciones de las manos y del cuerpo cuando tocamos.

Por lo tanto, esta es la que más se realiza, y ojo, es la que por exceso de trabajo con la misma, provoca lesiones por sobrecarga de la musculatura.

Es indispensable para llegar a una perfecta técnica, así que para conseguirlo debemos hacer los siguientes pasos y así, de esta forma poder integrarla correctamente.

5.1. Tocar sin sonido: *propiocepción*. Es decir, es una toma de conciencia tanto para los movimientos realizados con el instrumento como para el peso, dinámica, postura, etc. De ahí que te analices antes:

5.1.1 La postura con el instrumento.

- ¿Estoy cómodo o estoy correctamente sentado?

5.1.2. ¿La ergonomía es la adecuada?

- Las alturas y las distancias son las correctas

5.2. Tomar conciencia de los movimientos.

5.3. Tocar sin pedal y ligado por ejemplo en el caso del piano. En el caso de tu instrumento, piensa si puedes colocar sordina o instrumento eléctrico, etc.

5.4. Tocar staccato.

5.5 Cierra los ojos. De esta forma visualizamos mejor la imagen mental y no tenemos que luchar con la información del pentagrama.

**Y recomendaciones generales, que te den más seguridad y reduzcan los factores de riesgo:**

Como guinda del pastel, suma a la información anterior estos puntos clave:

-Asegurar siempre el principio y el final de una obra o sección.

-Asegurar la primera obra de un recital.

-Asegurar los pasajes lentos.

-Revisar periódicamente el contenido de la melodía par no viciarla.

-Cuando aparece un error, analizarlo. Ya no es un error, es un *happy mistake* 😊 así que piensa:

*¿Qué aprendo de nuevo en este proceso que me ayuda a ser mejor músico y crecer en mi interpretación?*

-Coger la partitura y estudiarla sin el instrumento.

