

# Une voix, c'est quoi ?

Physiologiquement, « nous avons deux cordes vocales, composées d'un muscle recouvert d'une muqueuse, qui s'ouvrent lorsque l'on respire et se referment pour émettre un son, pour parler ou chanter, dans un mouvement vibratoire », explique le Dr Frédéric Olivier, phoniatre et oto-rhino-laryngologiste à Aigle.

Le mécanisme de la voix est complexe et précis: « c'est de l'air mis en vibration par les cordes vocales contenues dans le larynx. Ce dernier agit comme un "transformateur d'énergie" qui change le souffle en son grâce aux cordes vocales qui vibrent en rentrant en contact l'une avec l'autre, explique Séverine Isoard, logopédiste au CHUV. En parlant, nous gérons plus ou moins consciemment l'air contenu dans les poumons à l'aide du diaphragme, principal muscle respiratoire qui sépare le tronc en deux. Lorsque le diaphragme monte, l'air sort et quand il redescend l'air « entre ».

Pour les chanteurs, toute la difficulté réside dans la maîtrise à la fois du souffle et du son. Il faut tout d'abord gérer l'expiration, ce qu'on appelle communément la respiration par le ventre. « Ne pouvant pas commander directement le diaphragme, nous utilisons les muscles abdominaux pour accompagner la remontée de l'air et sa sortie sous forme de son. En relâchant les abdominaux, le diaphragme redescend. Pour chanter, lorsque nous avons besoin de produire des notes plus longues, nous nous servons de la résistance élastique de la cage thoracique, explique Séverine Isoard. Les sons graves ou aigus sont obtenus en changeant la tension des cordes, qui alors vibrent différemment. On parle par ailleurs de voix de poitrine et de voix de tête. Pour la voix de poitrine, les cordes vont s'accoler sur toute leur épaisseur, c'est la voix parlée en général. Pour la voix de tête, c'est la partie supérieure des cordes vocales qui se touche ».

« A force de trop pousser sa voix, de continuer à chanter durant un état grippal par exemple, en malmenant son larynx sous l'effet de la fumée ou encore en manque d'hydratation, il est possible de voir apparaître un accident au niveau des vaisseaux de la muqueuse. S'ensuit alors une lésion, tel un polype: une excroissance de la muqueuse entourant les cordes vocales », précise le Dr Olivier.