

# Cómo pronunciar la “R” vibrante (RR española)

*Paso a paso: instrucciones claras de pronunciación*

## ¿Qué significa "pronunciar la R vibrante"?

En español, la R vibrante es un sonido vibratorio que se produce cuando la punta de la lengua vibra brevemente contra la cresta alveolar, justo detrás de los dientes superiores. No es un sonido gutural ni la “R” inglesa. Es una vibración controlada impulsada por el flujo de aire.

## Anatomía del sonido

La punta de la lengua se eleva ligeramente hacia la cresta alveolar, la mandíbula permanece relajada y un flujo de aire constante pasa por debajo de la lengua. La lengua no empuja, sino que se relaja y vibra.

### Paso 1: Encuentre la posición correcta de la lengua

Abra la boca ligeramente. Levante la punta de la lengua y colóquela justo detrás de los dientes frontales superiores. No presione. Si puede pronunciar una “D” o una “T” suave, está en el lugar correcto.

### Paso 2: Deje salir el aire (sin voz todavía)

Exhale de forma constante por la boca. Mantenga la garganta relajada y deje que el aire pase por debajo de la punta de la lengua. El objetivo es que la lengua vibre por sí sola.

### Paso 3: Active la vibración

Combine un ligero contacto de su lengua con un flujo de aire constante. Si no ocurre nada, reduzca la presión o aumente el flujo de aire.

### Paso 4: Empiece la vibración

Una vez que comience la vibración, añada la voz. Practique con “RRRRA”, “RRRRE”, “RRRRI”, “RRRRO”, “RRRRU”.

### Paso 5: Practique con palabras

Comience con sílabas sencillas y luego pase a palabras como “perro”, “carro”, “arriba” y “ferrocarril”.

## Problemas comunes y soluciones

Si la lengua no se mueve, use más aire y menos presión. Si suena como una “R” inglesa,

mueva la lengua hacia adelante. Si lo siente en la garganta, relájese y vuelva a intentarlo.

## ¿Cuánto tiempo se tarda?

Pronunciar la “R” vibrante es una habilidad motora. La mayoría de los estudiantes sienten la vibración en pocos días y logran controlarla en una o dos semanas.

## Consejo para practicar

Practica primero sin palabras. Entrene la lengua y luego añada el español.

## ¿Necesitas ayuda adicional?

La práctica dirigida, la retroalimentación visual o el entrenamiento individualizado pueden ser de gran ayuda. Nuestros entrenadores están siempre disponibles para brindarte apoyo.