

RIFFS DE METAL ACCESIBLES EN LA: DE LA PALMA AL RIFF COMPLETO

Apagado, mano derecha y riffs, en 10 fichas

El sonido metal se construye tanto con los silencios como con las notas: diez fichas para aprender a apagar, regularizar la mano derecha y tocar riffs de verdad, todo en La.

10 fichas · nivel 1 a 4 · a tu ritmo

Maquetación optimizada para lectores electrónicos de 7 pulgadas (Kobo, Kindle, Boox...), cómoda también en móvil y tableta.

Creado por Guitarshelf, generador y catálogo de fichas de ejercicios de guitarra
— <https://guitarshelf.com>

POR QUÉ ESTE PACK

Esta guía no retoma donde termina la de los primeros power chords en Mi: se centra en lo que hace que un riff de metal suene limpio, es decir, el apagado y la regularidad de la mano derecha. Todas las fichas se quedan en la tonalidad de La (A5, C5, D5 y luego E5), de modo que la mano izquierda solo memoriza un mapa del mástil y la atención se dirige al gesto. El orden es deliberado: primero fijar las tres formas y aprender a silenciar las cuerdas (fichas 1 y 2), después un patrón regular y la palma sobre el puente (3 y 4), luego los gestos de la mano derecha por separado, alternado, contraste de acentos y ritmo sincopado (5 a 7) y, por último, tres riffs de verdad (8 a 10). La trampa clásica es buscar velocidad o distorsión antes de que el apagado sea limpio: sin él, cuanto más potente es el sonido, más se notan los ruidos parásitos.

EL RECORRIDO EN 10 FICHAS

01 Metal en La — cambio de acordes

NIVEL 1 · METAL

Colocar las tres formas del recorrido (A5, C5, D5) y el paso entre ellas, sin preocuparse por el ritmo.

02 Silenciado con la mano izquierda (left-hand muting)

NIVEL 2 · METAL

Aprender a silenciar las cuerdas: la base de un sonido metal limpio, antes de tocar una sola nota.

03 Metal en La — ritmo

NIVEL 1 · METAL

Un patrón rasgueado regular sobre A5-C5-D5, para asentar la mano derecha antes de añadir el apagado.

04 Metal en La — rasgueos apagados

NIVEL 1 · METAL

Añadir la palma al mismo patrón: el sonido se vuelve corto y percusivo.

05 Alternancia de púa con palm mute

NIVEL 3 · METAL

Aislar la mano derecha: corcheas alternadas sobre la cuerda grave apagada, sin acordes ni cambios.

06 Silenciado rítmico continuo (chugging)

NIVEL 3 · METAL

Hacer resaltar algunas notas sin apagar dentro de un flujo apagado: el contraste crea el acento.

07 Metal en La — ritmo sincopado

NIVEL 3 · METAL

Volver a A5-C5-D5 con acentos a contratiempo, aplicando todo lo anterior.

08 Riff Groove rítmico — La menor

NIVEL 2 · METAL

Primer riff de verdad: una sola nota a la vez en la pentatónica de La menor, centrado en la tónica.

09 Power riff — subida escalonada en La

NIVEL 3 · METAL

Un riff de power chords que sube por escalones: A5, D5, E5 y vuelta a A5.

10 Power riff — pregunta-respuesta en La

NIVEL 4 · METAL

Cierre del recorrido: dos frases que se responden, pasando por E5-D5 antes de volver a A5.

PLAN DE TRABAJO RECOMENDADO

Semana 1 — Las formas y el silencio (fichas 1 y 2)

Coloca A5, C5 y D5 sin ritmo y practica cortar el sonido con la mano izquierda. Termina cada sesión con un minuto de silencio limpio entre dos acordes.

Semana 2 — Un patrón regular y luego la palma (fichas 3 y 4)

Un solo patrón rasgueado sobre la progresión, primero abierto y después apagado. El objetivo es un tempo estable, no rápido.

Semana 3 — Los gestos aislados (fichas 5, 6 y 7)

Alternado sobre cuerda apagada, contraste de acentos y ritmo sincopado. Empieza muy por debajo del tempo de la ficha y sube solo tras tres pasadas limpias seguidas.

Semana 4 — Tres riffs (fichas 8, 9 y 10)

Un riff pentatónico, un riff que sube por escalones y un riff de pregunta-respuesta: aplica todo lo anterior manteniendo el apagado limpio.

01 · METAL EN LA — CAMBIO DE ACORDES

Nivel 1

Metal

Ficha en línea: <https://guitarshelf.com/es/fiche/la-metal-cambio-acordes>

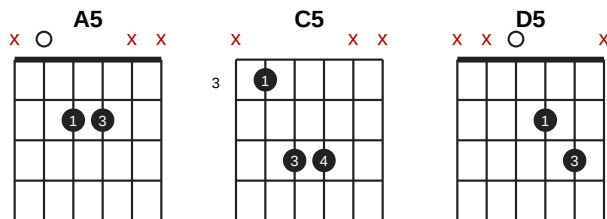
SU LUGAR EN EL RECORRIDO

Colocar las tres formas del recorrido (A5, C5, D5) y el paso entre ellas, sin preocuparse por el ritmo.

CONSEJO DE LA GUÍA

Mira adónde va cada dedo antes de cambiar de acorde: la forma del power chord sigue siendo la misma, solo cambia su posición. El gesto útil es mover la mano de una pieza, no recolocar los dedos uno a uno.

ACORDES



PROGRESION DE ACORDES

I	I	III	IV	I	I	IV	III
A5	A5	C5	D5	A5	A5	D5	C5

A diferencia de las grillas con acordes abiertos, donde «cambio de acorde» significa sustituir una forma de acorde por otra completamente distinta, A5, C5 y D5 son exactamente la misma forma de dos dedos: aquí, cambiar de acorde solo significa deslizar esa forma de un traste a otro por el mástil, nunca volver a aprender una nueva colocación de dedos.

CONSEJOS

Ubica primero las distancias entre los trastes de A5, C5 y D5 sin tocar, visualizando el deslizamiento en vez de buscar cada posición al azar.

Mantén la misma presión y el mismo ángulo de dedo durante todo el desplazamiento: es un deslizamiento, no una nueva colocación.

Una vez que los deslizamientos sean fiables, añade el ritmo progresivamente en vez de apuntar al tempo final desde el principio.

02 · SILENCIADO CON LA MANO IZQUIERDA (LEFT-HAND MUTING)

Nivel 2

Metal

Ficha en línea: <https://guitarshelf.com/es/fiche/silenciado-mano-izquierda>

SU LUGAR EN EL RECORRIDO

Aprender a silenciar las cuerdas: la base de un sonido metal limpio, antes de tocar una sola nota.

CONSEJO DE LA GUÍA

Tras cada power chord de las fichas siguientes, levanta brevemente los dedos para cortar el sonido: un riff de metal se define tanto por sus silencios como por sus notas.

Ejercicio técnico puro, sin acorde ni escala: apoya los dedos de la mano izquierda sobre las cuerdas sin presionarlas hasta el diapasón, luego rasguea: el sonido debe quedar completamente apagado, sin que suene ninguna nota.

CONSEJOS

A diferencia del palm mute (mano derecha cerca del puente), aquí es únicamente el contacto ligero de los dedos izquierdos lo que corta el sonido: mantén la mano derecha normal para aislar bien la técnica.

03 · METAL EN LA — RITMO

Nivel 1

Metal

Ficha en línea: <https://guitarshelf.com/es/fiche/la-metal-ritmo>

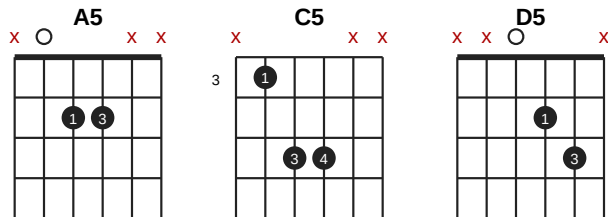
SU LUGAR EN EL RECORRIDO

Un patrón rasgueado regular sobre A5-C5-D5, para asentar la mano derecha antes de añadir el apagado.

CONSEJO DE LA GUÍA

Grábate treinta segundos con un metrónomo: escucharte revela las irregularidades que el directo oculta.

ACORDES



PROGRESION DE ACORDES

I	I	III	IV	I	I	IV	III
A5	A5	C5	D5	A5	A5	D5	C5

Esta grilla es la versión de entrada de la única familia power chord de tres acordes del catálogo construida en espejo (los dos últimos acordes invertidos de una mitad a otra), a diferencia de las familias en Mi, Re y Sol, que vuelven regularmente a su tónica. Incluso sin síncopa ni apagado, esta asimetría merece identificarse ya desde el nivel 1.

CONSEJOS

Divide la grilla en dos mitades de cuatro acordes desde este nivel de entrada: es más fácil de memorizar que contar ocho acordes uno por uno.

Toca cada acorde varios tiempos antes de pasar al siguiente, y acelera solo cuando el enlace esté limpio.

Una vez con esta estructura en mente, las versiones sincopada o apagada del catálogo solo añadirán una dificultad técnica, no una nueva estructura que aprender.

04 · METAL EN LA — RASGUEOS APAGADOS

Nivel 1

Metal

Ficha en línea: <https://guitarshelf.com/es/fiche/la-metal-rasgueos-apagados>

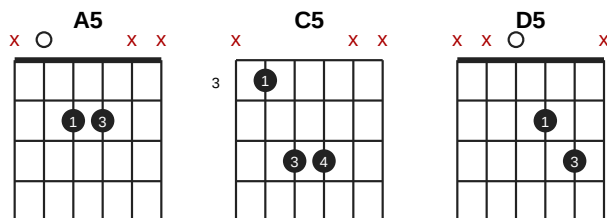
SU LUGAR EN EL RECORRIDO

Añadir la palma al mismo patrón: el sonido se vuelve corto y percusivo.

CONSEJO DE LA GUÍA

Desplaza la palma milímetro a milímetro cerca del puente mientras tocas: la zona donde las notas se oyen pero secas es estrecha y hay que encontrarla de oído.

ACORDES



PROGRESION DE ACORDES

I	I	III	IV	I	I	IV	III
A5	A5	C5	D5	A5	A5	D5	C5

A diferencia de la versión en Si del catálogo, que tiene solo dos acordes que apagar, esta en La tiene tres (A5, C5, D5): el gesto de la palma sigue siendo idéntico, pero debe repetirse en un acorde más por bucle, con un deslizamiento adicional que negociar.

CONSEJOS

Si la versión en Si del catálogo ya es sólida, esta grilla solo añade un nuevo deslizamiento que integrar, no una técnica nueva.

Apaga cada acorde por separado antes de encadenar los tres: el gesto de la palma es el mismo en los tres, solo cambia la posición de mano izquierda.

Mantén un tempo moderado mientras las tres posiciones aún no se encadenen sin dudar.

05 · ALTERNANCIA DE PÚA CON PALM MUTE

Nivel 3

Metal

Ficha en línea: <https://guitarshelf.com/es/fiche/alternancia-pua-palm-mute>

SU LUGAR EN EL RECORRIDO

Aislar la mano derecha: corcheas alternadas sobre la cuerda grave apagada, sin acordes ni cambios.

CONSEJO DE LA GUÍA

Mantén el antebrazo y la muñeca relajados: la tensión es la primera causa de perder regularidad al cabo de unos minutos.

Ejercicio técnico puro, sin acorde ni escala: en la cuerda de Mi grave apagada (palm mute), toca corcheas alternando sistemáticamente golpe hacia abajo y golpe hacia arriba, sin encadenar nunca dos golpes hacia abajo seguidos.

CONSEJOS

El palm mute debe mantenerse constante incluso cuando la velocidad aumenta: mantén la palma apoyada en el mismo lugar cerca del puente en lugar de reajustarla en cada pasada.

06 · SILENCIADO RÍTMICO CONTINUO (CHUGGING)

Nivel 3

Metal

Ficha en línea: <https://guitarshelf.com/es/fiche/silenciado-ritmico-chugging>

SU LUGAR EN EL RECORRIDO

Hacer resaltar algunas notas sin apagar dentro de un flujo apagado: el contraste crea el acento.

CONSEJO DE LA GUÍA

Antes de acelerar, cuenta los compases en voz alta: el acento debe caer exactamente en el mismo lugar en cada ciclo.

Ejercicio técnico puro, sin acorde ni escala: en la cuerda de Mi grave con palm mute marcado, toca corcheas regulares insertando una o dos notas normales (sin apagar) cada dos compases para crear un contraste rítmico.

CONSEJOS

El palm mute debe mantenerse constante incluso en las notas sin apagar que vienen justo después: suelta la palma solo en el instante exacto de la nota acentuada, y vuelve a apoyarla de inmediato.

07 · METAL EN LA — RITMO SINCOPADO

Nivel 3

Metal

Ficha en línea: <https://guitarshelf.com/es/fiche/la-metal-ritmo-sincopado>

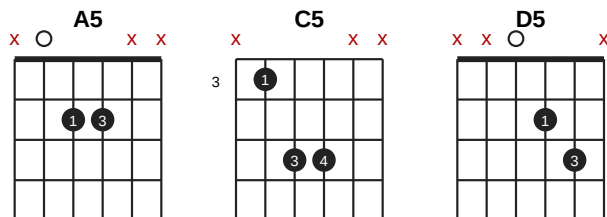
SU LUGAR EN EL RECORRIDO

Volver a A5-C5-D5 con acentos a contratiempo, aplicando todo lo anterior.

CONSEJO DE LA GUÍA

Golpea primero el ritmo con el pie o la mano sobre una mesa y luego añade la guitarra: un contratiempo no se aprende buscando los acordes a la vez.

ACORDES



PROGRESION DE ACORDES

I	I	III	IV	I	I	IV	III
A5	A5	C5	D5	A5	A5	D5	C5

El esquema de grados de esta grilla no es una simple repetición: i-i-III-iv y luego i-i-iv-III, con los dos últimos acordes intercambiados entre mitades. Es un recurso de composición habitual en el rock y el metal (una frase que se cierra en espejo en vez de un bucle idéntico), lo que hace la síncopa más difícil de memorizar: el oído debe detectar en qué momento el trayecto se invierte.

CONSEJOS

Divide la grilla en dos mitades de cuatro acordes y compáralas: solo los dos últimos acordes cambian de lugar. Memoriza el punto de inversión (después del cuarto acorde) como referencia, en vez de contar mecánicamente ocho acordes.

Una vez entendida la estructura, la síncopa en sí se trabaja como en cualquier grilla de power chords: con deslizamientos aislados antes de añadir el ritmo.

08 · RIFF GROOVE RÍTMICO — LA MENOR

Nivel 2

Metal

Ficha en línea: <https://guitarshelf.com/es/fiche/riff-la-groove-ritmico>

SU LUGAR EN EL RECORRIDO

Primer riff de verdad: una sola nota a la vez en la pentatónica de La menor, centrado en la tónica.

CONSEJO DE LA GUÍA

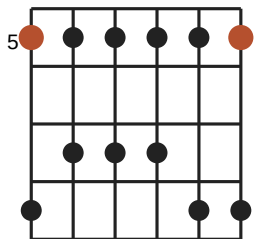
En un riff repetitivo la dificultad es la constancia: tócalo ocho veces seguidas sin cambiar el ataque, buscando la misma intensidad en la primera y en la octava.

Un riff rítmico y repetitivo centrado en la fundamental de La, pensado para trabajar la regularidad de la mano derecha más que los saltos de posición.

CONSEJOS

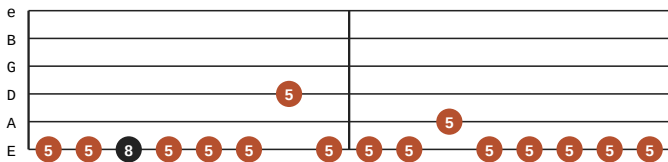
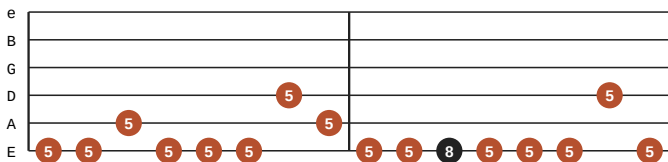
Toca muy lento, sin metrónomo al principio, hasta encadenar las 12 posiciones de la caja sin dudar antes de añadir tempo.

POSICIÓN EN EL MÁSTIL



Pentatonique La mineur — pos. 1

TABLATURA



09 · POWER RIFF — SUBIDA ESCALONADA EN LA

Nivel 3

Metal

~125 BPM

Ficha en línea: <https://guitarshelf.com/es/fiche/power-riff-la-subida-escalonada>

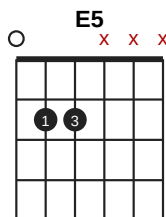
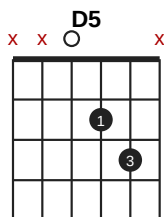
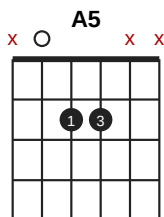
SU LUGAR EN EL RECORRIDO

Un riff de power chords que sube por escalones: A5, D5, E5 y vuelta a A5.

CONSEJO DE LA GUÍA

Prepara la digitación del siguiente acorde ya en el compás anterior: lo que hace perder el tempo no es la velocidad de los dedos, sino la duda antes del cambio.

ACORDES



PROGRESION DE ACORDES

I	I	IV	IV	V	V	I	I
A5	A5	D5	D5	E5	E5	A5	A5

Un riff de power chords que sube escalonadamente desde La (D5-E5) antes de volver a posarse en la fundamental: un movimiento armónico más amplio que el simple pedal, típico de un puente o un estribillo.

CONSEJOS

Aísla el cambio de acorde solo, en bucle lento, antes de devolverlo al ritmo completo del riff: es justo ese momento el que suele hacer perder el tempo.

10 · POWER RIFF — PREGUNTA-RESPUESTA EN LA

Nivel 4

Metal

~120 BPM

Ficha en línea: <https://guitarshelf.com/es/fiche/power-riff-la-pregunta-respuesta>

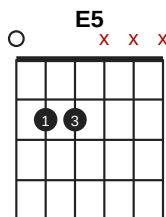
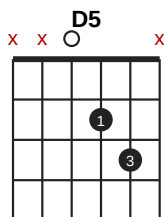
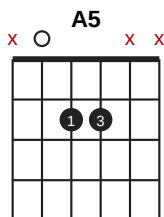
SU LUGAR EN EL RECORRIDO

Cierre del recorrido: dos frases que se responden, pasando por E5-D5 antes de volver a A5.

CONSEJO DE LA GUÍA

Tararea la pregunta y luego la respuesta antes de tocarlas: si las oyes en la cabeza, las manos siguen y enlazarlas sin pausa resulta natural.

ACORDES



PROGRESION DE ACORDES

I	I	V	IV	I	I	IV	I
A5	A5	E5	D5	A5	A5	D5	A5

Un riff de power chords en pregunta-respuesta sobre La: una primera frase que va a buscar un acorde más alejado (E5-D5) antes de que una segunda frase, más corta, cierre sobre la fundamental.

CONSEJOS

Una vez que ambas frases sean seguras por separado, tócalas una tras otra sin pausa ni ralentización: es ese encadenamiento de pregunta-respuesta sin corte lo que hace sonar el riff.

CÓMO USARLO

1. Imprime las fichas en orden, o guárdalas en formato PDF en una tablet cerca de tu guitarra.
2. Una ficha por sesión es suficiente: mejor repetirla varios días que encadenar las diez de golpe.
3. Anota la fecha y el tempo alcanzado al dorso de cada ficha: el toque se afina de oído, pero el progreso se mide con el metrónomo.
4. Una vez completadas todas las fichas, el mismo recorrido existe en otras tonalidades en el sitio para transportar lo aprendido.

QUÉ ES GUITARSELF

Guitarshelf es un sitio de fichas de ejercicios de guitarra, gratuito y sin cuenta que crear:

- Un catálogo de fichas clasificadas por estilo, nivel (1 a 6) y tipo de ejercicio (grilla, riff, escala, técnica...).
- Un generador que crea una ficha de ejercicio inédita a pedido, según los criterios elegidos.
- Un glosario y guías de equipo para entender el vocabulario y el mantenimiento del instrumento.
- Un cuaderno personalizado: arma tu propia selección de fichas y expórtala en PDF, como esta.

Seguir el recorrido en <https://guitarshelf.com>