

Desenvolvendo a qualidade vocal.

Mônica Gonçalves Moura Valle¹
mgmvalle@ig.com.br

Resumo

Além dos aspectos socioculturais e psíquicos envolvidos no ato de falar, a emissão da voz requer a harmonia de muitos mecanismos envolvendo elementos que integram diferentes funções no organismo humano. A monitorização (auditiva, tátil, proprioceptiva e visual) da voz falada deve ser estimulada, tanto em pessoas ouvintes quanto nas surdas, para favorecer o controle de sua produção e emissão vocal. Este artigo destaca que indivíduos ouvintes e surdos podem beneficiar-se com técnicas similares de facilitação da fonação e emissão da voz, abordando algumas delas. É claro que com os sujeitos surdos a aplicação destas técnicas deve considerar características próprias da perda auditiva e que outras facilitações poderão ser utilizadas. Algumas delas são aqui sugeridas. É importante

realçar que este processo inclui a informação e descrição de ações e mecanismos e, por isso, as possibilidades de comunicação entre o fonoaudiólogo e a pessoa assistida devem ser as mais amplas possíveis.

Abstract

Besides the sociocultural and psychic aspects involved in action of speaking, the emission of the voice requests the harmony of many mechanisms involving elements that integrate different functions in the human organism. The monitoring (hearing, tactile, proprioceptive and visual) of the spoken voice should be stimulated in listeners people as in the deaf ones, for the furtherance of the production control and vocal emission. This article highlights that listeners and deaf individuals can be benefit with similar techniques of facilitation on

the phonation and emission of the voice, mentioning some of them. Of course with the deaf subjects the application of these techniques should consider the hearing loss own characteristics and that other facilitations can be used. Some of them are suggested here. It is important to enhance that this process includes, the description of actions and mechanisms, therefore the communication possibilities between the phonoaudiologist and the client/patient should be the widest as possible.

As abordagens educacionais e de facilitação da aquisição da linguagem falada dirigidas aos sujeitos surdos, sempre estiveram imersas em muitas discussões e controvérsias ao longo da história. Não desejo considerar aqui seus fundamentos, vantagens ou desvantagens, mas sim, re-

¹Fonoaudióloga (IBMR). Pós-graduada em Docência Superior (IBMR) e em Voz (UNESA). Professora do curso de graduação em Fonoaudiologia do IBMR. Mestranda em Teatro (UNIRIO).

REFLEXÕES SOBRE A PRÁTICA

ferir-me especificamente ao trabalho fonoaudiológico que possa ser interessante aos sujeitos surdos (crianças, adolescentes e adultos) que necessitem e que desejem desenvolver a qualidade de emissão de sua voz.

Não é novidade que a surdez dificulta ou impede a aquisição da fala e uma boa qualidade vocal. No entanto, não é tão divulgado que mesmo quem não tem problemas de acuidade auditiva pode não escutar-se suficientemente para monitorar um resultado vocal harmonioso. Partindo deste pressuposto, é fácil entender que várias técnicas que fazem parte da abordagem fonoaudiológica visando a saúde e a estética vocal, podem também ser utilizadas com quem possui perdas auditivas, desde que sejam ou estejam sendo oralizados, ou seja, adquirindo a língua portuguesa falada. Destacar algumas destas técnicas é objetivo deste artigo.

Muitos possuem dificuldades para fonar e emitir suas vozes de forma confortável e harmoniosa, mesmo sem apresentar alterações em seus organismos que possam interferir nesta emissão. Tais dificuldades na fonação pertencem ao grupo classificado por Behlau et al. (2001, p. 70) como *disfonias funcionais primárias*, ocorrendo por uso incorreto da voz por falta de conhecimento vocal, estando presentes quando indivíduos selecionam inconscientemente ajustes motores impróprios a uma produção vocal saudável. Estas pessoas freqüentemente produzem suas vo-

zes com esforço, resultando muitas vezes em cansaço vocal, rouquidão, desequilíbrios na intensidade, altura e na ressonância, ou seja, na ampliação e modificação do som laríngeo na faringe, boca, nariz e ossos da face. Disfonias funcionais são mais comuns do que se pensa, ocorrendo comumente em profes-

ocupando um lugar particular no mundo, o seu lugar”.

Assim, no processo de comunicação estão presentes muitos aspectos da vida humana: emocionais, cognitivos, sociais, culturais... e muitas vezes é difícil lidar com todos estes, podendo estas dificuldades refletirem no resultado vocal.

...outros fatores também favorecem a qualidade vocal, como a percepção tátil, a percepção visual e a propriocepção...

sionais como professores e atores, dentre outros. A emissão da voz falada, aparentemente simples, é na verdade muito complexa, pois necessita da integridade e harmonia de processos psicofísicos que envolvem vários elementos e mecanismos, e exige, muitas vezes, habilidade. Daí o fato de muitas pessoas ouvintes necessitarem tratar e/ou aperfeiçoar suas vozes e seus modos de dizer (dicção) por motivos profissionais e/ou pessoais.

Emitir a voz da fala em um momento de comunicação permite antes de tudo uma integração sociocultural, pois os homens a utilizam para atuar e viver. Como observei em outra ocasião (Valle, 1996, p.58):

“Usar a voz é expor-se como sujeito único. O indivíduo usa sua voz numa relação com o outro, falando em uma língua utilizada pela comunidade da qual faz parte. Dentro de suas possibilidades, à sua maneira,

Além disso, a fonação requer muito do falante: uso eficaz e confortável de sua respiração, articulação dos sons lingüísticos adequados que permitirão a expressão dos pensamentos em palavras, com as sutilezas presentes nas inflexões de sua voz, pronúncias e ressonâncias... Não há dúvida que, um aspecto fundamental que permite e qualifica esta emissão é a capacidade de monitorar a fala usando a audição. Mas, outros fatores também favorecem a qualidade vocal, como a percepção tátil, a percepção visual e a propriocepção, referida por Sacks (1988, p.51) como o “fluxo sensorial contínuo dos músculos, tendões e articulações pelo qual a posição do corpo, tono e movimento são continuamente monitorados e ajustados, de modo automático e inconsciente”. A prática fonoaudiológica favorece o paciente no domínio do que acontece com o corpo ao fonar

por intermédio de informações básicas sobre este processo, associadas à sua percepção e uso de exercícios feitos de forma consciente.

No trabalho com o aperfeiçoamento e tratamento da voz, utilizo o que se fizer necessário, para informar os sujeitos sobre os mecanismos integrantes da emissão da voz falada, e para contribuir com o aumento da percepção e controle de sua produção e emissão, como por exemplo: mostrar figuras do corpo humano explicando o *trajeto vocal* (do ar inspirado à expiração sonorizada e articulada em fala), usar o espelho para a visualização associada à sensação e percepção tátil (e proprioceptiva) dos movimentos visíveis envolvidos nesta produção (respiratórios e articulatórios), usar o gravador para reforçar o monitoramento auditivo, orientar o relaxamento e alongamento - principalmente da musculatura de ombros, pescoço, língua e mandíbula - para favorecer a saída livre da voz. Para ter e manter a boa qualidade de sua voz, a pessoa "necessita, aprender (e apreender) a impulsionar o ar expirado com o diafragma e os músculos abdominais até à cavidade bucal e nasal" (Valle, 2002, p.26), necessita portanto, tornar conscientes mecanismos inconscientes que integram a fonação para favorecer seu resultado vocal.

A ativação consciente da expiração com os músculos abdominais e músculos intercostais é fundamental para a ressonância e articulação do som produzido nas pregas vocais. A intensidade deste

som está diretamente relacionada ao impulso dado por esta musculatura que ajuda o músculo diafragma na expulsão do ar. Para sensibilizar a respeito desta ativação, peço simplesmente que a pessoa sobre utilizando a musculatura abdominal, chamando a atenção para o controle deste movimento. A seguir, sugiro esta expiração associada a qualquer sonorização livre, varian-

(1999, p.17), que chama a atenção para o quanto o termo *surdo* é vago, abrangendo graus de surdez imensamente variados. Na verdade pode abranger desde os indivíduos que têm dificuldades para ouvir, até os seriamente surdos, incluindo os que ensurdeceram antes ou depois de adquirirem uma língua falada (ou entrarem em contato auditivo "natural" com a mesma).

A ativação consciente da expiração com os músculos abdominais e músculos intercostais é fundamental para a ressonância e articulação do som produzido nas pregas vocais.

do a posição da boca e a intensidade sonora. Depois de orientar a percepção das formas bucais das vogais, trabalho a produção destas com a utilização consciente da expiração referida. Esta contração abdominal voluntária deverá se fazer presente em todas as emissões, favorecendo a conscientização da expiração, que é a fonte da voz, e o controle da intensidade e duração do som vocal. Um aspecto importante é o cuidado que se deve ter com a forma da vogal /a/, pois, muita gente a realiza com o dorso da língua muito elevado e retraído, o que prejudica a emissão.

Atendo também, pessoas surdas, sendo algumas assistidas paralelamente em instituições ou escolas especializadas. Neste ponto é importante lembrar novamente Sacks

Dependendo da idade, do objetivo, da vontade e facilidade (relacionada ao grau e tipo da perda auditiva, dentre outras particularidades) do indivíduo surdo que atendo, escolho os caminhos e recursos para estimular a sua comunicação escrita e falada, o que inclui a emissão da voz e da fala. Mesmo que o sujeito surdo não adquira a fluência verbal, comunicar-se falando o melhor possível é muitas vezes necessário e outras vezes, gratificante.

As técnicas e recursos usados com os indivíduos surdos dependerão de particularidades acima referidas, mas de modo geral, utilizo também com eles os recursos que exemplifiquei no trabalho feito com as pessoas ouvintes com disfonias, ou com as que desejam aperfeiçoar a voz. Além destes

REFLEXÕES SOBRE A PRÁTICA

exemplos, mencionarei a seguir algumas outras práticas que faço uso com maior frequência com deficientes auditivos para favorecer a produção vocal.

Observo que muitos sujeitos surdos possuem dificuldade em produzir fonemas nasais, ou melhor, eles não são corretamente nasalizados. Para sua facilitação, além da percepção da vibração sonora no nariz (técnica já muito conhecida), acrescento movimentos de braços e mãos (partindo do nariz), simultâneos à emissão do fonema ou sílaba. Este recurso é baseado no método de oralização de surdos chamado Verbotonal, no qual movimentos corporais são realizados para favorecer a emissão de fonemas. Esta emissão é associada ao já referido impulso consciente, dado ao sopro sonorizado por intermédio da contração da musculatura costal e abdominal que favorece a saída do fluxo aéreo sonorizado (na laringe), articulado e acrescido de ressonância. Também o fonema /s/, assim como todos os que se fizerem necessários, são trabalhados com a facilitação de movimentos corporais. Como é bastante comum a dificuldade na sua emissão, deve ser ainda mais acentuado o apoio respiratório, ou seja, o controle da saída do ar com a movimentação da musculatura mencionada.

Outra técnica que favorece a emissão e a clareza prosódica é destacar as sílabas tônicas das palavras, realçando os seus signifi-

cados. Isso é feito principalmente aumentando-se sua intensidade sonora, variando a altura e a duração também relacionado ao sopro com a contração costo-abdominal. Com as pessoas surdas é mais difícil este trabalho, sendo muito importante que seja precedido da separação de sílabas, o que dá uma pista do número de vezes que elas devem abrir a boca e modificar a articulação. Costumo conscientizar os movimentos articulatorios utilizando-os de forma exagerada (sobreaticulação) com e sem sonorização.

É importante frisar que os referidos recursos visando a facilitação e conscientização sobre a produção da voz falada são utilizados em leituras e na fala espontânea tão logo seja possível, e que para o surdo este processo é muito mais difícil do que para o ouvinte, já que a aquisição e utilização da linguagem falada e escrita pelos sujeitos surdos muitas vezes não é fácil.

É pertinente ressaltar que embora seja de grande valia ter voz, mais ainda é dizer o que se deseja nas variadas relações de comunicação. Se a criança surda puder desenvolver suas possibilidades lingüísticas, tendo acesso em casa, na escola e com profissionais especializados a uma língua ou duas - língua portuguesa e de sinais, o mais precocemente possível, poderá se comunicar no sentido mais amplo do termo, ou seja, tornar comum seus pensamentos, intenções... Este fato pode, inclusive, tornar a emissão de

sua voz mais livre e harmoniosa possível.

Por fim, vale mencionar que o conhecimento de Língua Brasileira de Sinais (LIBRAS) pelo fonoaudiólogo, ampliando as possibilidades lingüísticas de comunicação com o sujeito surdo que a utilize (e que também deseje falar), pode facilitar este profissional em sua explanação sobre determinados movimentos e ações favorecedoras à fonação.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BEHLAU (org) *Voz - O livro do especialista*. Rio de Janeiro: Revinter, 2001.

SACKS, O *O homem que confundiu sua mulher com um chapéu*. Rio de Janeiro: Imago, 2ª. edição, 1988.

_____*Vendo Vozes - Uma viagem ao mundo dos Surdos*. São Paulo: Companhia das Letras, 1999.

VALLE, M.G.M *A Voz da Fala*. Rio de Janeiro: Revinter, 1996.

_____*(org.) Voz - Diversos Enfoques em Fonoaudiologia*. Rio de Janeiro: Revinter, 2002.