

Apostila de
Mecanismos
de
Acesso aos
Drives
Vocais



Henriette Marcondes Fonseca de Marco, Professora de

Canto, Voice Coach, Cantora Profissional, nascida e criada na cidade de São Paulo na década de 1970, começou a cantar ainda adolescente na noite paulistana cantando em bandas e também fazendo voz e violão em bares diversos como por exemplo o Café Piu Piu. Cantando em diversas cidades de SP, chegou em Piedade em 1998 onde passou a fazer parte dos "Amigos da Escola", quando iniciou a profissão de professora de música em escolas municipais e comunidades carentes. Na região se apresentou por muito tempo no saudoso restaurante/vagão de trem "Estação Boca do Monte" e em todos os bares da cidade. Trabalhou cantando também em Hotéis Fazenda em Pilar do Sul e Tapiraí. Ainda na Estação Boca do Monte e também no Teatro Municipal de Piedade, cantou ao lado da incrível artista Leilah Assunção (flautista e esposa do saudoso Itamar Assunção), no dia internacional da mulher através de convite do saudoso Paulo Andrade, adido cultural da cidade. Cantou em muitas bandas de baile (como a Banda SP3 em SP), bandas de formatura, de gafeira, etc. Em Sorocaba foi integrante da banda de rock Paraphernália (participando da gravação do DVD da banda), cantou com a Banda Sexta Dimensão, Banda Baddini (da qual foi integrante por 12 anos), Banda Lyra, Banda Favorita, Banda Silvestrini, Banda Santa Vitória, Banda e Orquestra SBK, Orquestra Camerata Les Ensembles de Tatui, Banda Harmonia, Orquestra Paradiso, Orquestra Bravo de Tatui, entre tantas outras (vídeos e fotos do acervo pessoal). Foi líder e crooner na banda Phator R.H. com a qual participou dos festivais: Itufest e Ituano Fest ficando em 3º e 2º lugares respectivamente e também da abertura do festival Sorofest em Sorocaba. Trabalhou em diversos estúdios em Sp, Sorocaba e Itu como os de Júlio Paz, Léo Moraes, Five estúdios, Fuzzr, entre outros gravando Jingles, fazendo dublagens em comerciais (Construtora Planeta) e desenhos no youtube (I love boo e as Aventuras de lelê) e gravando trilhas para outros músicos (The Fortuntellers, Ó do BGÓ, entre outros)

Toca violão, guitarra, teclado, estudou piano classico e bateria. Já tocou em diversos bares de rock de Sorocaba, como o saudoso Catraca, Black Sheep, Route bar, Anastácia, Coliseu, Olds kick, Kaptains, Kingsford entre outros. Estudou no Conservatório Musical Fundec em Sorocaba, onde integrou o Coral Madrigal em apresentações pela cidade. Se formou como voice coach pelo Full Voice Estúdios de Santa Catarina. Estudou com Mauro Fiuzza, Ariel Coelho, Marcio Marx entre outros profissionais da musica contemporanea. Também ja fez varios cursos de formação pedagogico cientificas na CEV (Centro de Estudos da Voz).

Já teve a honra de cantar ao lado do renomado artista Agnaldo Rayol (documentado em foto), em uma comemoração de bodas de um importante político da cidade.

Foi integrante de diversas bandas de rock participando de festivais e shows com orquestras, como a banda de rock Setup, tendo participado do projeto da cidade "Virada Cultural" (documentado em dvd), fez trabalhos com bandas de jazz, participou do Concerto Pop Sinfônico de 2009 promovido pela Prefeitura de Sorocaba, cantando com a Orquestra Sinfônica local, sob o comando do Maestro Jonicler Real com banda de rock.

Foi convidada a participar do programa Máquina da Fama no SBT e outros programas da tv, pelo amigo Rodrigo Lescura (produtor musical); também fez parte do projeto musical "Circuito Divas" com intuito de apresentar as canções das grandes cantoras da música mundial nos Sescs das cidades do interior de SP.

Cantou no Teatro Bradesco em SP com a renomada banda cover "ABBA the tribute" (conhecida em todo o país e América Latina), em 2017 compondo o coral acompanhada pela Orquestra Paradiso, e um ano depois (2018) fez o mesmo trabalho com o grupo cover intitulado "ABBA the Music" no teatro Municipal Teotônio Vilella em Sorocaba.

Também se apresentou no Rock Sinfônico com a Orquestra Sinfônica de Sorocaba e o Maestro Jonicler Real no Teatro Municipal de Sorocaba e no Sesi cantando sucessos de grandes artistas do rock em 2017 e repetiu essa apresentação no ano seguinte (2018) no espaço para eventos culturais no bairro Campolim com o apoio do Sesi Sorocaba. Como Professora ministrou centenas de aulas particulares e também em várias escolas de Sorocaba (Como o Instituto Musical Douglas Bueno entre outras). Também preparou diversos alunos para o The Voice, X-factor entre outros programas musicais.

Se tornou coordenadora Pedagógica na Music House Centro Musical onde leciona canto. Como Voice Coach orienta e acompanha a carreira da artista mirim Ashley Bernardi para o musical Les Misérables (onde foi admitida e cuja peça ficou em cartaz por um ano e meio) e depois para o Musical Annie, dirigido por Miguel Falabella (onde se destacou com a personagem Molly). Em março de 2020 completou 30 anos de carreira. Acompanha como Voice Coach a carreira musical das cantoras sertanejas do cenário musical de Sorocaba Diana Rodrigues e Bruna Modesto.

É integrante da Banda e Orquestra Paradiso e Banda Silvestrini e se apresentando em casamentos, formaturas e eventos corporativos e integrante da Banda de rock Catraca!

Hoje ministra aulas presenciais na escola L.A. English and Music e também das aulas online.

Além da carreira artística e musical, tem formação em química, cosmetologia e estética e é mestra em Ciências Farmacêuticas pela Universidade de Sorocaba, cujo conhecimento adquirido serviu para dar embasamento científico em seus cursos, oficinas, workshops e aulas.

"Sem a Música, a vida seria um erro"

Friedrich Nietzsche

ÍNDICE

Drives vocais.....	07
Alimentação e Outras Substâncias.....	09
Teste de Auto Análise de Aprendizado.....	11
Teste Identificador de Aprendizado.....	12
O que são ETVO"S.....	13
Fatores que Aceleram a Transformação Vocal.....	14
A Produção do Som.....	15
Cantor CrossOver.....	16
Sistema Respiratório.....	17
A Fonação, a Fonte e o Filtro.....	19
O Trato Vocal.....	20
O que são Caixas de Ressonância.....	21
Outros Grupos Musculares que Influenciam a Fonação.....	22
Os Músculos Faciais da Mímica.....	23
A Voz de Máscara.....	24
A Articulação.....	25
O Palato Mole e suas Funções.....	26
A Respiração no Canto.....	28

Respiração Intercostal.....	29
Respiração Diafragmática.....	31
Apoio Vocal.....	32
Efeito Bernoulli.....	33
Pressão Subglótica.....	33
Respiração Espagete e seu Funcionamento.....	34
A Laringe e suas Funções.....	35
Quais são os Músculos Intrínsecos da Laringe.....	36
Músculos Adutores.....	37
Músculos Abdutores.....	38
Músculos Tensores.....	39
A Diferença entre Tessitura e Extensão Vocal.....	40
Registros Vocais.....	41
Falsete.....	43
Voz de Flauta ou Apito.....	44
O Efeito da Posição da Cabeça para Cima no Canto das Notas Agudas.....	44
O Efeito da Posição da Cabeça para Baixo no Canto das Notas Graves.....	45
A Importância da Prática de Exercícios Vocais de e sua relação com as fibras musculares.....	46

A importância do Aquecimento e do Desaquecimento	
Vocal.....	47
Exercício de Vibração de Lábios.....	48
Exercício de Vibração de Língua.....	48
Vibração Simultânea de Língua e Lábios.....	49
Exercícios de Fricativas Sonoras Prolongadas.....	49
Exercícios de Huming Legatto ou Stacatto.....	50
Técnicas Vocais que nos levarão aos Drives Vocais.....	50
Vibrato.....	51
Yodel.....	52
Clamp.....	52
Twang.....	53
Belting.....	53
Glissando.....	54
Condições Básicas para a Execução dos Drives.....	54
Crepitância e Sibilância.....	54
O que são Drives Glóticos.....	55
O que são Drives Supraglóticos.....	56
O que são Drives Compostos ou Mistos.....	57
Drive Glótico Creaky Voice.....	58

Drive Glótico Kargyraa ou Canto Tuvano.....	59
Drive Glótico Composto Distorcion.....	60
Drive Supraglótico Growl.....	61
Drive Supraglótico Grunt.....	62
Curiosidades sobre o Gutural.....	63
Drive Supraglótico Uvular.....	63
Drive Supraglótico Epiglote.....	64
Drives Supraglóticos Compostos.....	64
Drive Scream.....	65
Exercícios de Percepção Auditiva.....	66
Exercícios para tonificação das Pregas Vocais (iniciante)- vibração de lábios e vibração de língua.....	66
Exercícios para tonificação das Pregas Vocais (intermediário)-vibração de lábios e fricativas sonoras.....	67
Exercícios para tonificação das Pregas Vocais (avançado)- vibração de lábios, vibração de língua e fricativas sonoras.....	68
Aquecimento Vocal antes da execução dos drives com muita pressão subglótica e mais constrição muscular (glóticos e Supraglóticos compostos e guturais)	69
Considerações Finais.....	70
Referências Bibliográficas.....	71

DRIVES VOCAIS

Existem registros desde os anos 50 com o Blues, mas o estilo se popularizou na década de 70 com o Rock.

Sempre se associou o uso dos drives a uma prática nociva à voz do cantor, devido a todos os excessos cometidos na busca de sua execução. Gritando, usando musculatura em demasia, “anestesiando” a voz com bebidas alcoólicas e remédios etc.

Mas graças ao acesso às novas tecnologias e ao desenvolvimento constante das Ciências da Voz no estudo dos drives, hoje se tem a compreensão de que, como em qualquer outra técnica, para serem feitos com destreza e sem nenhum dano vocal, exigem do cantor treino e condicionamento técnico e muscular.

Portanto para o bom desenvolvimento da técnica, é indispensável que o cantor tenha o acompanhamento de um professor com conhecimentos específicos de fisiologia vocal e dos mecanismos de acesso destes efeitos sonoros.

Sendo assim, o que são Drives Vocais?

São distorções da frequência fundamental da voz e da continuidade do fluxo de ar.

São efeitos vocais com ruídos que se assemelham à rouquidão, som de tecido ou papel rasgando, crepitar do fogo junto com as notas emitidas.

Existem vários tipos de Drives (alguns já estão catalogados e alguns ainda em estudos) e eles se diferenciam tanto na sonoridade, como no modo de produção dos mesmos. Para cada tipo de Drive existe um arranjo muscular na laringe, assim como em outras estruturas do nosso trato vocal, visto que temos Drives Glóticos, Supraglóticos e Compostos ou Mistos.

Existem muitos nomes diferentes para os mesmos drives, pois cada autor os renomeia ao escrever sobre eles e acrescenta suas próprias impressões que podem ou não ser baseadas em conhecimentos científicos.

A padronização dos nomes dos drives e seus efeitos é o maior desafio dos estudiosos das Ciências da Voz!

Por causa disso, usaremos nomes de consenso mundial com efeitos comprovados pelos maiores especialistas no assunto e falaremos dos drives mais executados em vários estilos musicais. Ao longo do nosso estudo, criaremos ferramentas de fácil acesso e exercícios para fortalecimento muscular que levarão a execução de drives de forma segura e satisfatória.

O Drive não é exclusividade do rock. Ele está presente em vários outros estilos musicais como o sertanejo, o pop, o jazz, o gospel, o blues, o jazz entre outros.

Não é perigoso fazer drives desde que tenhamos o treinamento correto, com uma rotina de exercícios vocais, as técnicas que facilitam o acesso aos drives, um bom uso do apoio subglótico e domínio do trato vocal e articuladores.

Para que isso seja possível, é necessário o conhecimento de algumas funções do seu corpo e a consciência de que ele é o seu instrumento musical e que executa manobras complexas.

A partir daqui você não é mais um leigo no assunto e sim um estudioso, que seguirá o passo a passo proposto nessa apostila com a certeza de que o seu objetivo será alcançado.

A determinação e a repetição serão as chaves para o seu sucesso!

ALIMENTAÇÃO E OUTRAS SUBSTÂNCIAS



Hidrate-se – Beber água só na hora de cantar não adianta. A hidratação é um processo contínuo. As pregas vocais precisam estar sempre úmidas e hidratadas para facilitar a flexibilidade e movimentação entre graves e agudos. Além disso a água compõe até 60% do corpo humano e é usada em diferentes processos químicos e metabólicos do corpo. Uma pessoa normal perde cerca de 2,6 litros de água por dia, sem fazer nenhum exercício. Se houver atividade física e muito suor, esse gasto pode aumentar até 1 litro. Então, beba água!

Não fume antes ou durante o canto – O cigarro irrita a laringe e a sua fumaça tem propriedades tóxicas que ressecam as pregas vocais. O fumo gera alterações na voz, causando inchaço (edema), ressecamento da mucosa e até mesmo o câncer de laringe e das pregas vocais.

Não beba álcool antes ou durante o canto – O álcool anestesia a musculatura como um todo, incluindo as pregas vocais e outras estruturas envolvidas no canto. Por isso acabamos cometendo excessos e machucamos nossa “voz” por falta de percepção dos movimentos.

Balas e Pastilhas para garganta - Tem efeito anestésico local para a laringe e pregas vocais, gerando os mesmos problemas do álcool (com a diferença que o álcool anestesia o corpo todo).

Não coma antes ou durante o canto – A alimentação deve acontecer até duas horas antes do momento de cantar, pois a digestão é um processo demorado e o estômago cheio vai dificultar o canto durante o uso do apoio (pressão subglótica), causando refluxos e mal-estar.

Benefícios da maçã – a maçã tem uma substância chamada pectina que é adstringente e deixa a consistência do muco mais líquida, facilitando a limpeza da laringe, evitando aquele famoso pigarro que às vezes atrapalha a vibração das pregas vocais. Além disso, a mastigação ativa os músculos bucais e os articuladores preparando-os para o canto. Ela tem uma digestão rápida e por ser constituída de fibras causa sensação de saciedade rapidamente.

Problemas causados pelo leite – O leite (ao contrário da maçã) deixa o muco pastoso e os hormônios e conservantes acrescentados ao leite, geram vários processos alérgicos alimentares.

Obs.: Qualquer coisa que possa ser fumada ou inalada, passa em primeiro lugar pelas pregas vocais causando anestesia, ressecamento, irritação, lesão, dificultando a fonação e prejudicando a hidratação e a flexibilidade vocal.

TESTE DE AUTO ANALISE DE APRENDIZADO

Cada pessoa tem uma forma mais fácil de absorver informações. Sem saber disso, passamos anos nos sentindo incapazes de aprender ou atrasados em relação aos outros.

Com um teste simples é possível descobrirmos se somos visuais, auditivos ou cinestésicos.

Se somos visuais, transformamos nosso estudo em slides, vídeos, tabelas, etc.

Se somos auditivos, transformamos nosso estudo em áudios, ditados, músicas, etc.

Se somos sinestésicos, associamos nosso estudo a situações de nosso cotidiano, lembranças, gostos e cheiros já conhecidos.

Geralmente somos uma mistura dos três com predominância de um sobre os outros. Faça o teste e descubra a melhor forma de aprendizado para você.

TESTE IDENTIFICADOR DE APRENDIZADO

PARA CADA AFIRMAÇÃO A SEGUIR, ESCOLHA A ALTERNATIVA QUE MELHOR TE REPRESENTA:

1 – Minhas decisões são baseadas:

- A) Na minha intuição;
- B) No que me soa melhor;
- C) No que me parece certo.

2 – Uma reunião ou apresentação é boa pra mim quando os outros participantes:

- A) Ilustram claramente os detalhes;
- B) Articulam um bom argumento;
- C) Promovem debates verdadeiros.

3 – Meus amigos e parentes sabem se meu dia está sendo bom ou ruim:

- A) Dependendo da minha aparência;
- B) Pelos pensamentos que compartilho;
- C) Pelo som da minha voz.

4 – Em uma discussão eu me influencio mais:

- A) Pela voz da outra pessoa;
- B) Dependendo de como me olham;
- C) Pela energia do ambiente.

5 – Tenho muita consciência:

- A) Dos sons ao meu redor;
- B) Dos tecidos das minhas roupas que tocam minha pele;
- C) Das cores e formas presentes no ambiente.

	1	2	3	4	5
A	CINESTÉSICO	VISUAL	VISUAL	AUDITIVO	AUDITIVO
B	AUDITIVO	AUDITIVO	CINESTÉSICO	VISUAL	CINESTÉSICO
C	VISUAL	CINESTÉSICO	AUDITIVO	CINESTESICO	VISUAL

O QUE SÃO ETVO'S

São exercícios para o trato vocal semiocluído. Foram desenvolvidos por fonoaudiólogos para tratar pregas vocais com alguma lesão ou como reabilitação vocal ou ainda para fortalecimento.

São exercícios com cargas musculares diferentes e seu uso depende da necessidade, demanda ou objetivo.

Cada pessoa se adapta melhor a um tipo de exercício. Isso não significa que não deva fazer os outros, apenas que deva começar por aquele que acha mais fácil de executar.

São exercícios que melhoram a interação entre a fonte (pregas vocais) e o filtro (trato vocal e regiões de ressonância).

Melhoram, equilibram e amplificam o espaço faríngeo (dando sensação de voz aberta) e reduzem o risco de trauma fonatório nas pregas vocais, durante a vibração.

Além disso há um ganho de eficácia vocal com menor esforço.

Devem ser feitos suavemente para se obter todos esses benefícios.

São eles:

- Vibração de língua;
- Vibração de lábios;
- Huming (legato ou staccato)
- Fricativas Sonoras (zzzz, vvvvv, sssss, ffff, jjjjj, chhhh)

Obs.: na terapia vocal os fonoaudiólogos também usam equipamentos para auxiliar os exercícios, como canudos, máscaras etc.

FATORES QUE ACELERAM A TRANSFORMAÇÃO VOCAL

Todo objetivo antes de ser atingido, possui metas a serem cumpridas.

No caso do canto não é diferente. Temos um passo a passo para chegar a um nível profissional, que é a capacidade máxima de performance vocal.

São eles:

- ter uma boa capacidade respiratória;
- ter uma boa percepção auditiva;
- fazer bom uso do trato vocal;
- ter uma musculatura vocal resistente e bem trabalhada.

Este com certeza, é o caminho para a execução dos drives de forma segura e intensa.

Nessa apostila vamos desenvolver nossa musculatura vocal, trabalhar nossa respiração, desenvolver nossa percepção acústica e aprender a utilizar nosso trato vocal e cavidades de ressonância para executar os drives vocais de forma simples, rápida e segura.

Além disso vamos ampliar nosso conhecimento sobre o funcionamento dos sistemas e músculos que nos levarão até lá.

A PRODUÇÃO DO SOM

O som é produzido quando o ar sai dos pulmões na expiração, passa pela traqueia e encontra as duas pregas vocais que estão inseridas na laringe. Quando o ar passa pelas pregas, elas vibram e produzem o som.

Quando emitimos uma nota fundamental nas pregas vocais (vamos usar de exemplo a nota A(lá) que fica logo acima do C(dó) central), as pregas vocais oscilam, vibram numa determinada velocidade.

A nota A tem a frequência de 440htz.

Htz é vibração ou oscilação por segundo.

Isso significa que as pregas vocais quando produzem a nota A, oscilam a 440 vezes por segundo.

Essa frequência onde soa a nota fundamental, é a vibração mais lenta que ocorre nas pregas vocais.

Enquanto as pregas vibram na nota fundamental, outras vibrações mais rápidas estão acontecendo em outras frequências ao mesmo tempo.

As frequências mais rápidas que estão acontecendo nas pregas vocais ao mesmo tempo que a nota fundamental, são chamadas de harmônicos. São o corpo harmônico da primeira nota.

São múltiplos inteiros da nota fundamental.

Isso significa que se o cantor canta a nota fundamental em 440htz, o 2º harmônico estará por volta de 880htz, o 3º por volta de 1760htz e assim por diante.

A forma como os harmônicos se configuram, mostra muito sobre nossa voz.

Então além daquela nota que estamos produzindo, há uma série de outras informações que compõem o “corpo” da nossa voz, definindo o nosso timbre, pois esses harmônicos vão interagir com o nosso trato vocal.

Muitas pessoas não gostam do som da sua própria voz e acreditam ser obrigadas a conviver com essa sensação a vida toda.

Mas na verdade, sabendo que nossa voz e seus harmônicos vão interagir com nosso trato vocal, cavidades de ressonância e articuladores, podemos aprender a moldar essas estruturas de forma que possamos modificar o som da nossa voz inicial, modificando nosso timbre.

É o que fazem os imitadores, dubladores e comediantes e cantores crossover.

CANTOR CROSSOVER

Um cantor crossover é alguém que canta todos os estilos musicais no tom original e com as características vocais semelhantes ao artista que estão interpretando. Pelo fato de trabalhar sua musculatura vocal constantemente, eles têm mais tónus e resistência, tem grande domínio do trato vocal, ressonâncias e articuladores. São os chamados atletas da voz!

Vamos chegar lá!!

SISTEMA RESPIRATÓRIO



O sistema respiratório é formado pelo nariz, fossas nasais, cavidades do nariz, a laringe, a faringe, a traqueia, os pulmões e os brônquios.

Esses órgãos são responsáveis pela absorção do oxigênio do ar pelo organismo e pela eliminação do gás carbônico retirado das células.

Como não conseguimos produzir oxigênio, temos que renovar o ar que está nos pulmões o tempo todo, para que sempre tenha diferença entre pressão (interna e externa) de oxigênio e de gás carbônico.

O ar precisa chegar em condições ideais para a troca gasosa.

Quando inspiramos o ar atmosférico, ele contém oxigênio e vários elementos químicos e outras impurezas, mas passa pelas vias aéreas antes de chegar aos pulmões.

Quando o ar entra no nariz, ele vai ser filtrado pelos pêlos das narinas, pois o ar está cheio de partículas que não podem chegar aos pulmões, vai ser aquecido e umidificado nas mucosas das cavidades nasais e vai passar nas conchas e meatos nasais, que por serem saliências e depressões, aumentam a área de contato do ar com a mucosa.

Essa mucosa doa calor e umidade pra esse ar que vai passar nas regiões faríngeas (nasofaringe, orofaringe e laringofaringe), seguindo para a laringe, passando pelas pregas vocais, traqueia chegando aos pulmões limpo, aquecido e umidificado.

Ou seja, próprio para a troca gasosa. E o processo recomeça!

A FONAÇÃO, A FONTE E O FILTRO



Respiração



Fonação

Para que aconteça a fonação, nós precisamos de:

- Pregas vocais aduzidas, assim que o ar chega na glote;
- Pressão subglótica (aérea) para vencer a força de adução das pregas vocais e fluxo de ar (passagem de ar constante pela glote) e (espaço entre as pregas vocais);
- Tensionamento adequado de pregas vocais para produção do som;
- Abertura das pregas vocais para a retomada de ar para o próximo ciclo.

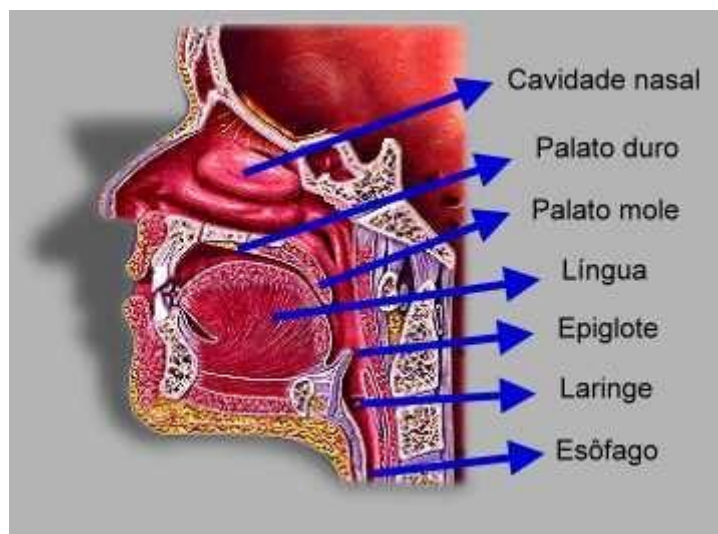
Então a fonação é um ato físico de produção do som por meio da interação das pregas vocais com a corrente de ar exalada.

Os puffs de ar são liberados em frequência audível (fonte glótica) ressoando nas cavidades supraglóticas do trato vocal (filtro).

A Fonte são as pregas vocais pois produzem o som.

O Filtro são todas as estruturas (trato vocal e cavidades de ressonância) e os espaços por onde o ar passa, antes de sair pela boca.

O TRATO VOCAL



O Trato Vocal é um sistema de paredes curvas e a distância entre essas paredes é variável.

É formado por cavidades e subdividido em regiões anatômicas e nas caixas de ressonância.

O trato vocal modifica a configuração do som produzido pelas pregas vocais.

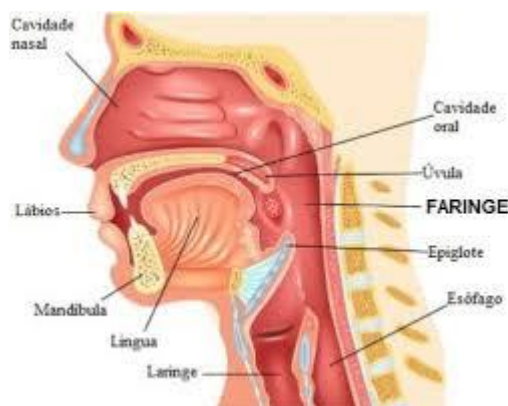
De acordo com a posição da língua, palato mole e lábios, são acrescentadas regiões de ressonância ao sinal inicial, o que faz com que a onda sonora emitida na fonte (pregas vocais), seja bem mais complexa.

A produção das vogais depende essencialmente dos mecanismos articulatórios, como lábios, língua, véu palatino, mandíbula e laringe!

Fazem parte do trato vocal: a cavidade nasal, a úvula, os lábios, a língua, a mandíbula, a epiglote, as pregas vocais, faringe, véu palatar e palato mole.

O trato vocal atua sobre as frequências geradas pelas pregas vocais.

O QUE SÃO CAIXAS DE RESSONÂNCIA



São os locais de passagem do ar que permitem a amplificação ou o abafamento de algumas frequências.

A ressonância da voz se dá principalmente na cabeça, mas também ocorre na caixa torácica. São as famosas regiões chamadas de voz de cabeça e voz de peito.

Existem vários vocalizes que são trabalhados em técnicas para melhorar a ressonância.

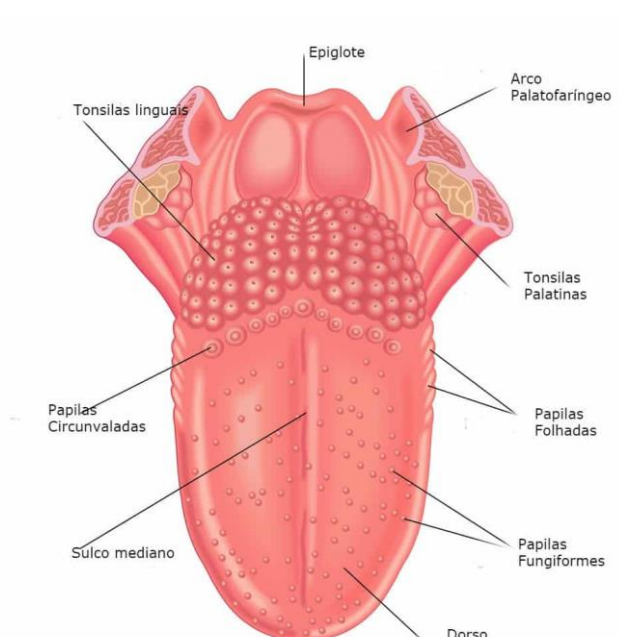
A maneira como o cantor realiza esse conjunto de ações (no trato vocal) mais a sua estrutura anatômica vocal ditará o seu timbre, ou seja, darão uma qualidade diferente à sua voz.

As caixas de ressonância são: cavidade da boca, cavidades do nariz e os seios paranasais (fossas nasais).

A laringe que se modifica levantando ou abaixando e as regiões da faringe que se comunicam com as cavidades nasais (nasofaringe), orofaringe (boca) e laringofaringe (espaço comum entre a laringe e a faringe).

OUTROS GRUPOS MUSCULARES QUE INFLUENCIAM A FONAÇÃO

- Músculos Faciais: (vamos discutir num capítulo a parte)
- Músculos do Palato: (vamos discutir num capítulo a parte)
- Músculos da Língua.



A língua é a principal estrutura da articulação pois interfere na formação das consoantes e vogais.

Em média a língua trabalha numa velocidade de 370 movimentos por minuto de fonação.

Cantar em tons mais altos exige que a língua seja levantada.

A língua tem que ser exercitada pois tem vários pequenos músculos internos que ajudarão na articulação e mudança do timbre.

OS MÚSCULOS FACIAIS DA MÍMICA



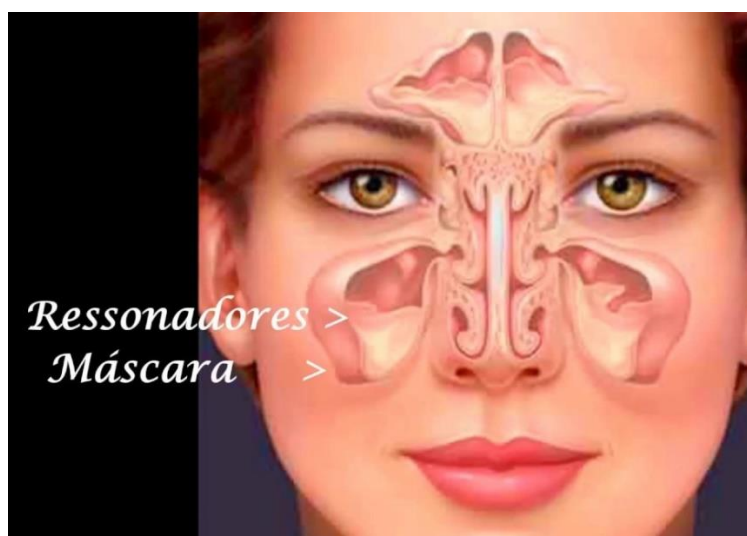
A localização específica dos músculos faciais permite a realização dos diversos movimentos do rosto que é conhecida como mímica.

Esses músculos são responsáveis pelas expressões faciais.

Os especialistas dizem que temos um grupo com cerca de 20 músculos na face. Onze deles são elásticos e estão posicionados ao redor das aberturas da face ou se estendem ao crânio e pescoço!

São eles: o frontal, corrugador do supercílio, orbicular do olho, levantador da pálpebra superior, levantador do lábio superior, zigomático maior, risório, orbicular da boca, mental, depressor do lábio inferior e depressor do ângulo da boca.

A VOZ DE MÁSCARA



Vamos falar de um assunto polêmico! Muitos pesquisadores atualmente têm dito que essa região não faz parte da ressonância e seu movimento não interfere no som final.

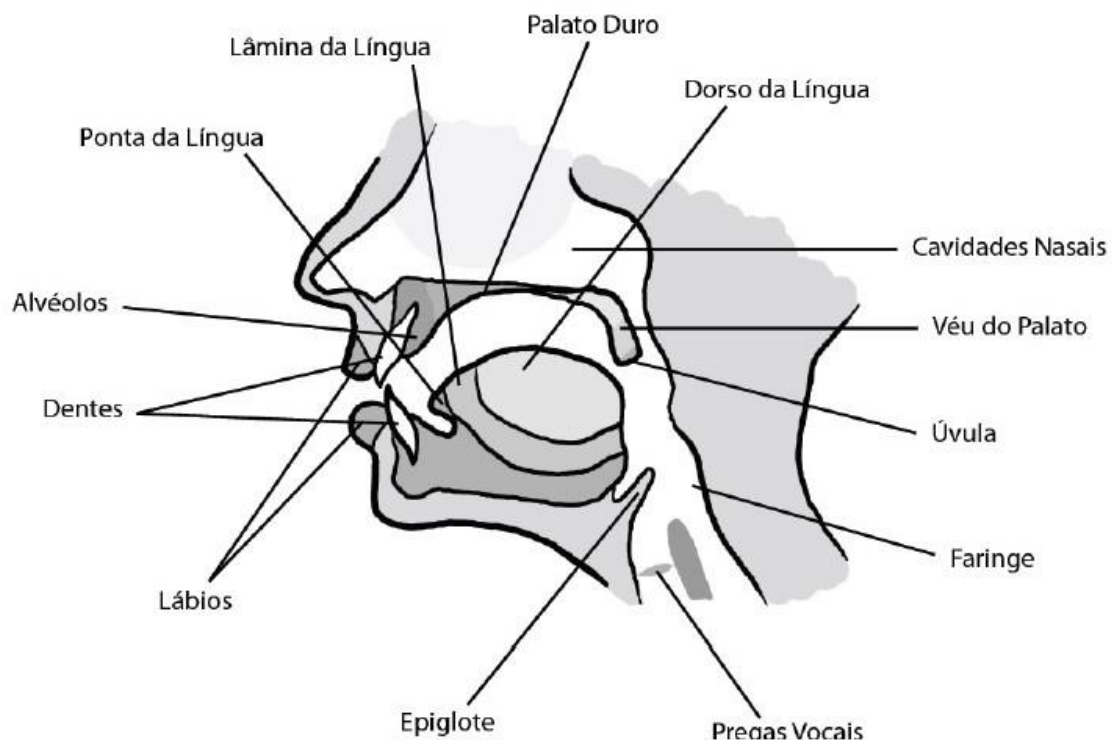
“Como eu discordo dessa afirmação (pelo fato de eu mesma usar muito no belting e nos drives vocais) mantereí a expressão “sensação” de voz de máscara, pra nos atermos a proposta do seu uso e não a discussão do tema.”

É o ponto onde a voz tem mais potência (a região do belting nos agudos). Já diz o ditado: Quanto mais a frente está o som, mais perto do ouvinte ele está!

Os seios da face ou seios paranasais, são cavidades cheias de ar no nosso crânio (quem tem sinusite conhece bem).

A voz de máscara descreve uma sensação física para a propagação das ondas sonoras ressoando nessa área quando anasalamos a voz.

A ARTICULAÇÃO



A voz produzida na laringe pelas pregas vocais, é influenciada pela configuração anatômica e espacial da faringe, cavidades oral e nasal chamadas ressonadores.

O processo de articulação dos sons linguísticos ocorrerá de acordo com os movimentos específicos dos órgãos fonoarticulatórios.

São eles o palato mole, a mandíbula, os lábios e a língua, determinando a produção das vogais e consoantes.

Algumas consoantes (s,f, ch) necessitam apenas da livre passagem da corrente do ar até a região ressonantal, sem a necessidade de vibração glótica.

As fricativas são consoantes produzidas pela passagem do ar através de um canal estreito feito pela convocação de dois articuladores próximos um ao outro (por exemplo, o lábio inferior contra os dentes superiores (v, f); nas fricativas sibilantes a língua conduz o ar sobre as pontas dos dentes (z, s); também pode ser com a parte posterior da língua contra o palato mole (ch, j).

Os articuladores ativos são órgãos do sistema fonador que tem a função de modificar a configuração do trato vocal e se movimentam para a realização dos sons da fala.

O PALATO MOLE E SUAS FUNÇÕES



O palato mole é a extensão muscular posterior do palato duro e juntos formam o teto da cavidade oral e o assoalho da cavidade nasal.

Composto por 5 estruturas musculares que auxiliam na fala e na pronúncia de consoantes, tem a função principal de impedir a entrada de alimentos e líquidos na cavidade nasal durante a deglutição e participam do refluxo do vômito.

Quando o véu do palato (ou campainha ou úvula) está levantado, ele bloqueia o ar para as cavidades nasais e os sons produzidos são chamados de orais.



(sons orais)

No entanto, quando um som da fala é produzido com o véu do palato abaixado, permitindo a saída do ar também pelas narinas, tem-se os sons chamados nasais.



(sons nasais)

Quando o fluxo de ar passa diretamente pelas estruturas supraglóticas, sem impedimentos ou constrições realizadas pelos fonoarticuladores ativos, os sons formados são as vogais.

Quando existe algum impedimento do fluxo de ar, total ou parcial, formam-se as consoantes.

A RESPIRAÇÃO NO CANTO

A respiração se dá de uma forma mais dinâmica durante o canto diferente de quando estamos em repouso.

Precisamos de um volume de ar muito maior pra cantar e sustentar as notas do que para falar.

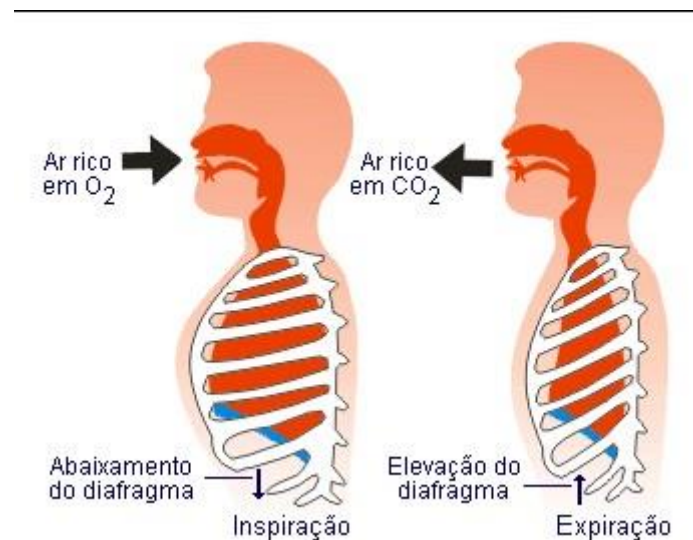
Além disso, para que possamos encher o pulmão rapidamente entre as frases, devemos respirar pela boca e de forma rápida.

A respiração do susto é a que funciona melhor! É claro que há várias opiniões controversas a respeito, mas nosso objetivo é executar drives vocais, nos valendo de todo o conhecimento disponível para isso, encurtando nosso tempo de treino, mantendo a segurança e a performance.

No canto usaremos a respiração de duas formas: intercostal e diafragmática.

Usadas ao mesmo tempo se chama respiração costo diafragmática abdominal!

RESPIRAÇÃO INTERCOSTAL



Na respiração intercostal percebe-se uma expansão e abertura das costelas durante a inspiração profunda.

Quando enchemos bem a caixa torácica e soltamos o ar criando uma pressão interna durante a sua saída (emitindo a consoante s por exemplo), deixamos as costelas expandidas mais tempo que o usual.

Como essa musculatura interna é elástica, conseguimos aumentar a abertura entre as costelas, criando mais espaço para o enchimento dos pulmões.

É muito semelhante ao que ocorre na natação ao atravessar a piscina por baixo d'água. Criamos muito volume e pressão no pulmão pois vamos soltando o ar aos poucos na água. E isso expande a musculatura intercostal abrindo as costelas.

Como não temos o peso da massa de água sobre nós, fazemos algo semelhante usando a fricativa sss, criando pressão interna dificultando a saída do ar.

Vamos aos exercícios!

Exercícios de respiração diafragmática!

Inspire profundamente enchendo bem o “peito” de ar contando até 3 ou 4 enquanto inspira.

Então comece a soltar o ar em SSSSS, no mesmo volume e na mesma intensidade até seu ar acabar enquanto conta o tempo.

Você tem que ter certeza que expirou o ar no mínimo no dobro de tempo em que inspirou. Assim sua caixa torácica terá ficado mais tempo aberta do que fechada, o que com o tempo vai expandi-la.

Por exemplo: se você inspirou em 4 tempos ou segundos, tem que expirar no mínimo em 8 tempos ou segundos.

Treine esse exercício 2 vezes por dia. O que importa é a persistência e a rotina diária. Melhor um pouquinho só todo dia, do que horas num dia só.

Lembre-se que estamos trabalhando músculos, então o treinamento tem que ser constante p ter resultado.

RESPIRAÇÃO DIAFRAGMÁTICA



O diafragma é um músculo grande que divide o tórax em duas partes. Ele separa os órgãos vitais (coração e pulmões) das vísceras (intestinos, pâncreas, baço etc).

Mas sua principal função é participar do sistema respiratório empurrando o pulmão para esvazia-lo quando há um grande volume de ar e pressão interna, para que aconteça a troca gasosa. (entra oxigênio, sai gás carbônico).

Quando inspiramos e os pulmões se enchem de ar, o diafragma relaxa. Devido a pressão sofrida, o diafragma contrai e empurra o pulmão expulsando o ar de seu interior. E depois o processo recomeça. Por isso é chamado de apoio no canto.

Para realizar o exercício da respiração diafragmática, devemos encolher a barriga enquanto soltamos a consoante sss (ao mesmo tempo) em movimentos curtos e fortes. (30 movimentos 2x por dia).

APOIO VOCAL



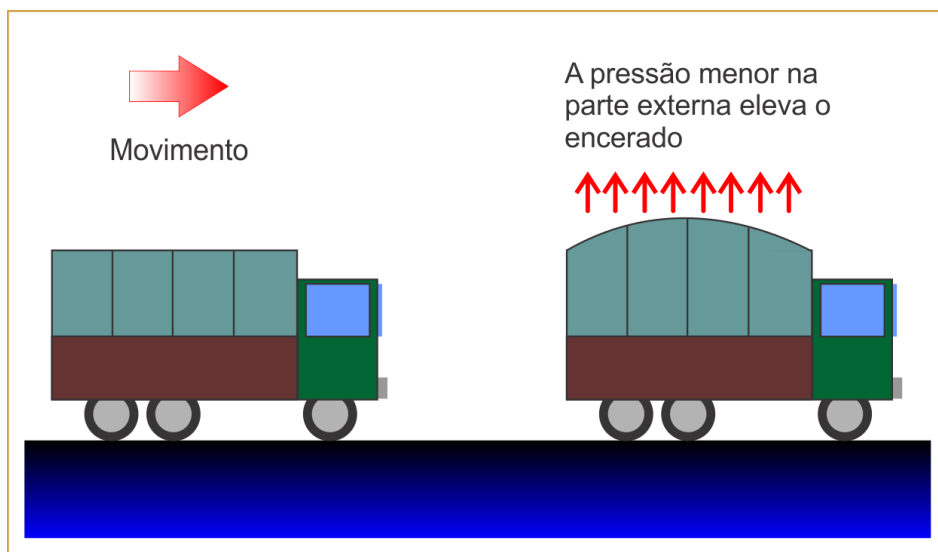
“Apoio vocal é qualquer estratégia de canto onde exista uma regulação constante de fluxo e pressão na nota emitida”!

E porque o diafragma é considerado o músculo que dá apoio à voz?

Quando você encolhe a barriga, contrai os músculos internos abdominais que empurram as vísceras pra cima; estas por sua vez empurram o diafragma que empurra o pulmão, que joga o ar p cima, passando pela traqueia, laringe e pregas vocais criando um fluxo de ar contínuo e fechando as pregas com mais firmeza.

O nome desse fluxo de ar é pressão subglótica e ocorre por um efeito chamado Efeito Bernoulli!

EFEITO BERNOULLI



O Efeito Bernoulli diz que quanto maior é a velocidade de “escoamento” de um fluido (volume, etc), menor será a pressão exercida por ele. O afastamento das pregas vocais se dá por aumento de pressão subglótica e a sua aproximação ocorre inicialmente por retrocesso elástico seguido pela sucção das pregas durante a fonação.

PRESSÃO SUBGLÓTICA

Quando o ar sai dos pulmões, ele viaja até encontrar nossas pregas vocais e o espaço entre elas (glote).

Se tiver abertura glótica (expiração), o ar sai livremente.

Se tiver fechamento glótico, o ar encontra uma barreira pra sair, gerando uma pressão extra nos pulmões; essa “sobrepresão” é a famosa pressão subglótica!

RESPIRAÇÃO ESPAGUETE E SEU FUNCIONAMENTO

É um exercício de sucção do ar, simulando a sucção de um espaguete. Ele favorece o alongamento do trato vocal com o arredondamento labial, elevação do palato mole e do dorso lingual, ampliação faríngeo, abaixamento laríngeo por contração do músculo esternotireoideo.

Esse exercício pode ser realizado com enfoques distintos!

- Exercício de sucção isotônica:

Fazer 3 séries curtas de 10 sucções curtas e fortes com intervalo de 30 segundos entre as séries.

- Exercícios de sucção isométrica:

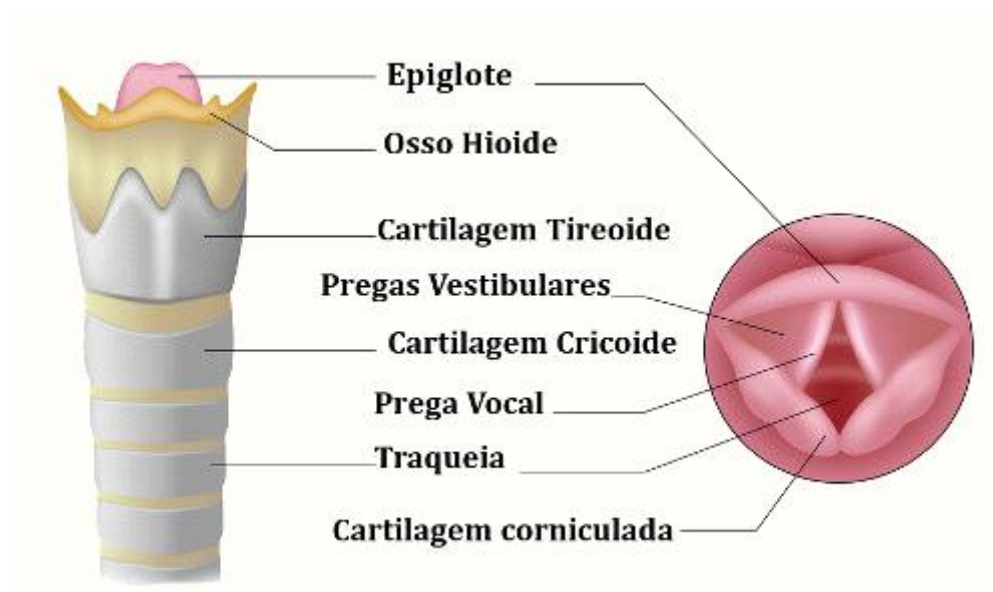
Fazer 1 série de 10 sucções longas e suaves com intervalo de 30 segundos entre as séries.

Ambos os exercícios promovem o fortalecimento e a estabilidade do músculo esternotireoideo.

A modalidade espaguete com retenção glótica auxilia no desenvolvimento da musculatura glótica adutora.

É aconselhável fazer esses exercícios com inalador ou com espaço grande de tempo entre eles, por causa do ressecamento causado as pregas, por respirarmos pela boca.

A LARINGE E SUAS FUNÇÕES



É um órgão complexo com importantes atividades fisiológicas.

Suas funções básicas são:

- a) Proteção – estritamente reflexa e involuntária (não podemos interferir no funcionamento da laringe quanto à proteção que oferece aos pulmões impedindo a entrada de alimentos no mesmo, através do fechamento da glote pelas pregas vocais).
- b) Respiração – pode se iniciar voluntariamente, apesar de ainda ser regulada de maneira não intencional (podemos prender a respiração intencionalmente).
- c) Fonação – atividade voluntária (pra falar ou cantar, o cérebro manda um comando para a laringe que por sua vez aciona as pregas vocais e isso só acontece se queremos).

A Laringe é constituída por músculos, ligamentos, cartilagens e membranas.

Vamos nos aprofundar em alguns deles para entender seu funcionamento durante o canto e a fonação.

A Laringe possui cartilagens ímpares e pares e apenas um osso.

Ímpares – cricóide, tireoide e epiglote;

Pares – aritenóides, corniculadas e cuneiformes;

Ossos – hioide.

Além das pregas vocais, encontramos dentro da laringe as pregas vestibulares, falsas pregas ou bandas ventriculares.

QUAIS SÃO OS MÚSCULOS INTRÍNSECOS DA LARINGE

Os músculos intrínsecos da Laringe controlam a frequência e a intensidade da voz, por promoverem a tensão das pregas vocais, modificações da massa vibrante e variações na pressão aérea subglótica.

Eles promovem movimentações e formatos distintos nas pregas vocais e controlam as posições das cartilagens.

Podem ser subdivididos de acordo com a função que exercem nas pregas vocais.

São eles: músculos adutores, músculos tensores e músculos abdutores.

MÚSCULOS ADUTORES

Os músculos adutores são os aritenóideos (AA), os cricoaritenóideos laterais (CAL) e os tireoaritenóideos externos (TAe).

- Os músculos aritenóideos (AA) são responsáveis pela adução da parte posterior das pregas vocais. Não permitem sua adução completa, mas são imprescindíveis para o fechamento glótico pois colaboram na pressão subglótica necessária para a emissão vocal;



- Os músculos cricoaritenóideos laterais (CAL) aduzem (aproximam) a porção média da glote;



- Os músculos tireoaritenóideos externos (Tae), aumentam a resistência glótica e atuam no controle da intensidade da adução.



MÚSCULOS ABDUTORES

São os músculos cricoaritenóideos posteriores (CAPS).

Exercem a função de abdução (abertura) das pregas vocais.

Promovem a abertura da glote (espaço entre as pregas) durante a respiração.



MÚSCULOS TENSORES

São os músculos tireoaritenóideos internos (TAi) e os músculos cricotireóideos (CT).

- Os músculos tireoaritenóideos internos (TAi) estão inseridos nas pregas vocais; encurtam e modificam a espessura das pregas vocais! É também chamado de tireovocal ou músculo da voz e atua no controle da intensidade e resistência vocal.

O TA pode alterar a biomecânica das pregas vocais de 3 formas:

- Encurtar as pregas vocais;
- Mudar sua forma;
- Mudar sua tensão longitudinal em diferentes áreas do músculo.



- Os músculos cricotireóideos (CT) são responsáveis pelo alongamento das pregas vocais. Apesar de não estarem ligados diretamente às pregas, quando contraídos, reduzem a massa vibratória graças ao movimento de báscula que ocorre entre as cartilagens cricóide e tireóide.



A DIFERENÇA ENTRE TESSITURA E EXTENSÃO VOCAL

Tessitura é o conjunto de notas que um cantor consegue articular sem esforço excessivo e com qualidade.

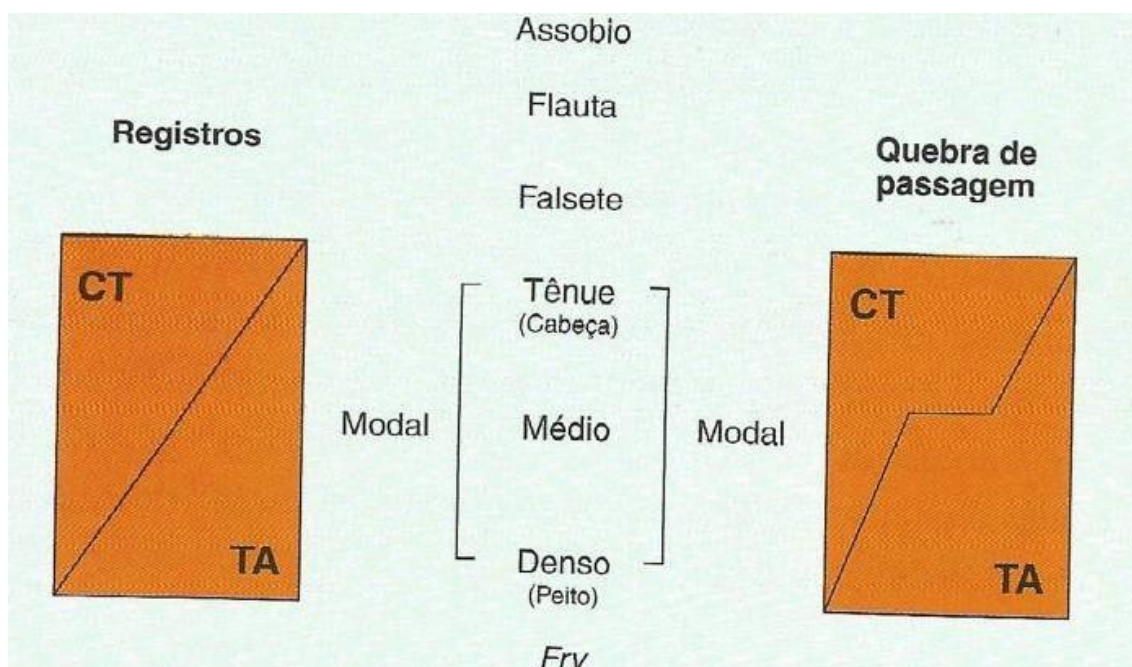
Extensão representa todas as notas fisicamente realizáveis, ainda que sem qualidade!

Quando vamos da nota mais grave que conseguimos emitir até a nota mais aguda, notamos mudanças na emissão vocal.

A voz passa de um som de rangido de porta para uma massa sonora forte vigorosa e vai para uma voz mais suave e depois fina e sopro.

Essas variações ocorrem, pois a laringe está acionando músculos diferentes que atuam nas pregas vocais e nas suas vibrações de várias maneiras. O resultado dessas variações é chamado Registros Vocais!

REGISTROS VOCAIS



O conceito de registro vocal vem mudando muito com os estudos das ciências vocais e muitos pesquisadores preferem o termo: mecanismos vocais.

Polêmicas à parte, registros vocais são eventos laríngeos com frequências vocais que se diferenciam em qualidade, volume, força e tons.

Em relação a atividade muscular predominante, se dividem em:

- Fry, região modal, falsete, flauta ou apito.

- O Registro Fry:

Corresponde à região mais grave da extensão vocal abrangendo frequências de 30 a 75hz. As frequências audíveis pelo ser humano vão de 20hz a 20.000hz.

O Fry é produzido com pouco fluxo de ar e amplitude de mucosa reduzida. A atividade do TA é predominante.

Existe encurtamento das pregas com crepitação e vibração das pregas vestibulares.

Fazer o Fry como exercício é uma boa estratégia para o fortalecimento glótico desde que por pouco tempo todo dia. Em excesso pode extenuar a musculatura. Ele é um facilitador de fluxo aéreo e de emissão vocal.

- O Registro Modal:

Ocorre grande atividade dos músculos tensores (TA - graves) e (CT- agudos) sendo que o TA é o mais solicitado a modificar seu tônus ao longo de toda a extensão vocal.

O TA dá massa e corpo à prega vocal. Ele é predominante na voz de peito (registro forte) enquanto que na voz de cabeça (registro tênue) há maior predominância de CT.

Cada um dos registros cobre certa extensão de frequências, mas estes se sobrepõem em determinadas notas.

Em geral é nítida a mudança de timbre nos diferentes registros em cantores sem treino. Conforme o cantor se desenvolve, vai homogeneizando seu timbre. A principal dificuldade do cantor é dosar a atividade do músculo TA nas transições de registros.

Mas existem técnicas e exercícios que serão trabalhados neste curso para acabar com essa diferença.

FALSETE

O falsete provém da palavra italiana falsetto = diminutivo de falso) é um registro vocal, geralmente aplicável a vozes masculinas, que tentavam imitar a voz mais suave e aguda das mulheres, já que as mesmas não podiam cantar ou participar de programas culturais etc. na época não se tinha o conhecimento sobre as musculaturas laríngeas e sua capacidade elástica.

O falsete ocupa uma extensão em frequência imediatamente acima do registro modal e sua produção ocorre em músculos alongados.

Essa região não tem a potência da emissão normal (voz plena, voz média ou voz falada).

As pregas permanecem estiradas criando uma fenda fisiológica paralela. As bordas finas das pregas não conseguem tensionar com a ação das aritenóides (pequenas pirâmides de cartilagem atrás da laringe) e oferecem pouca resistência ao fluxo de ar. Dessa forma o som fica mais fraco.

Hoje os cientistas da voz já entendem que os músculos que são utilizados na voz de cabeça, são os mesmos do falsete. Um tem mais adução de pregas e outro menos adução. A voz mixta é a mistura da voz de peito com o falsete.

VOZ DE FLAUTA OU APITO

Algumas literaturas os tratam como iguais. Outros não. São regiões das pregas no ápice do agudo, onde não há vibração das pregas. São emitidos em tons em torno de g5 e a5. A partir desses tons persiste apenas um orifício de tamanho variável, por onde o ar atravessa sem vibração, soando como um assobio ou apito.

Quem faz muito uso desse recurso é a cantora Mariah Carey!

O EFEITO DA POSIÇÃO DA CABEÇA PARA CIMA NO CANTO DAS NOTAS AGUDAS



Qualquer técnica ou método para canto que não trabalhe o corpo, a mente e o trato vocal, tem aplicações limitadas para o desenvolvimento de seu potencial.

O equilíbrio da cabeça na coluna afeta a qualidade da voz e a projeção naturais da voz? Sim, afeta! Mas isso não quer dizer que seja ruim; apenas deve ser uma mudança calculada para não gerar nenhum prejuízo pra saúde! Porque?

A Laringe está suspensa ao osso hióide!

Quando a cabeça está em extensão diagonal sobre a coluna cervical, tem-se uma elevação mandibular que favorecerá a emissão de sons mais agudos. A elevação mandibular aumenta a atividade dos músculos supra hióides que tracionam a laringe para cima.

O EFEITO DA POSIÇÃO DA CABEÇA PARA BAIXO NO CANTO DAS NOTAS GRAVES



Se a cabeça é puxada para baixo, os músculos do pescoço e garganta ficarão tensos e o tronco rígido, O excesso de tensão mata as vibrações e irá produzir um som grave e apertado. (podemos simular esse efeito movimentando o maxilar pra baixo).

Muitos dos Drives Vocais acontecem dos médios para os agudos, mas o Growl é um coringa entre eles pois pode passear por toda a extensão vocal, mudando apenas a força com que é executado. O Growl e o Grunt ganham mais peso e força nos graves quando usamos esses movimentos da cabeça no canto.

É claro que existe um ângulo correto pra que se tenha o benefício do peso na voz sem prejudicar sua atuação. Mas vamos treinar isso nos exercícios de dinâmica com o microfone (demonstrados em aula em vídeo ou presencial).

A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS VOCAIS E SUA RELAÇÃO COM AS FIBRAS MUSCULARES

A velocidade de contração dos músculos laríngeos depende do tipo de fibra que constitui o músculo.

Estudos revelam que as características das fibras laríngeas se assemelham às encontradas nos músculos dos membros do corpo essas fibras musculares podem ser classificadas em dois tipos: lentas e rápidas (referente a velocidade de contração).

As fibras lentas são as do tipo I, de cor vermelha. São muito resistentes à fadiga. (no nosso corpo, músculos de contração lenta são destinados a tarefas repetitivas como andar ou falar).

As fibras rápidas do tipo II, são muito fatigáveis e tem cor branca. São ideais para maior demanda muscular como correr e cantar.

Fazendo uma analogia com dois corredores:

Um é um corredor de 100 metros (corredor de força e velocidade), o outro um maratonista (corredor de resistência).

A perna do primeiro corredor (100 metros rasos) é forte e volumosa (fibras rápidas, de maior diâmetro com menor resistência à fadiga).

A perna do segundo corredor (maratonista) é normal e mais fina (fibras lentas, de menor diâmetro com maior resistência à fadiga). Esse fato demonstra que o tipo de atividade, favorece o desenvolvimento de fibras diferentes.

Da mesma forma que um atleta desenvolve sua massa, força e resistência com treinamento constantes, assim também ocorre com os cantores que treinam diariamente.

A IMPORTÂNCIA DO AQUECIMENTO E DESAQUECIMENTO VOCAL

São fundamentais para os profissionais da voz, sejam cantores, professores, apresentadores, oradores etc.

Esses procedimentos melhoram a emissão vocal e protegem as pregas vocais de possíveis lesões por excesso de uso.

O aquecimento tem como objetivo principal preservar a saúde do aparelho fonador, além de aumentar a temperatura muscular e o fluxo sanguíneo, favorecer a vibração adequada das pregas vocais.

Devem durar em média uns 15 minutos. E são usados os exercícios com vibração de lábios e língua e fricativas em escalas ascendentes com variações dos graves aos agudos.

O desaquecimento tem o objetivo de trazer a voz de volta ao ajuste fono respiratório da voz falada. Deve durar em média uns 5 minutos. São usados os exercícios de vibração de língua ou lábios, mas apenas em escala descendente para relaxar a musculatura trazendo-a para as notas mais graves. O bocejo é um excelente complemento para o desaquecimento vocal trazendo sua voz até o Fry, frequência mais baixa emitida pela voz humana.

EXERCÍCIOS DE VIBRAÇÃO DE LÁBIOS

Além de massagear as mucosas (pelo tipo de vibração), auxilia nas percepções vibratórias da face e do pescoço.

Deve ser feito em escalas ascendentes e descendentes para proporcionar esses benefícios em toda a extensão vocal.

Devemos fazer o exercício de forma relaxada, sem a preocupação em colocar volume, pra manter a laringe baixa.

Caso tenha dificuldade de execução, apoiar os dedos nos sulcos abaixo do lábio inferior, auxilia a produção.

EXERCÍCIOS DE VIBRAÇÃO DE LÍNGUA

Além de auxiliar na ativação da mucosa de revestimento das pregas vocais, propicia a abertura da parte posterior do trato vocal, reduzindo tensões faríngeas indesejadas.

Além disso solta a musculatura lingual. Melhora a dicção e a pronúncia das palavras. E a velocidade da sua execução. Também deve ser feito em toda a extensão vocal, para preparar a musculatura vocal para o canto.

A vibração solta a língua e aos poucos melhora sua consistência.

VIBRAÇÃO SIMULTÂNEA DE LÍNGUA E LÁBIOS

Promovem aumento substancial do fluxo aéreo subglótico.

Para facilitar sua execução, vamos fazer a letra T na vibração da língua simultaneamente com a letra P nos lábios. Se não conseguir, basta fazer os exercícios anteriores um por vez na sua extensão completa.

EXERCÍCIOS: FRICATIVAS SONORAS PROLONGADAS

Conforme explicamos no capítulo de articulação, "As fricativas são consoantes produzidas pela passagem do ar através de um canal estreito feito pela convocação de dois articuladores próximos um ao outro (por exemplo, o lábio inferior contra os dentes superiores (v, f); nas fricativas sibilantes a língua conduz o ar sobre as pontas dos dentes (z, s); também pode ser com a parte posterior da língua contra o palato mole (ch, j)".

Nas fricativas V, Z, J (por exemplo) produzidas suavemente, auxiliam a amplitude vibratória da mucosa das pregas vocais na sua superficialidade por aumento de fluxo e pressão intraoral. Devem assim como os outros, ser executados em escalas.

EXERCÍCIO HUMMING LEGATTO OU STACATTO

O Humming é um exercício básico para a correta fonação, indispensável em qualquer treino vocal. Sua prática é orientada com muito espaço interno, sem volume, esforço ou pressão glótica e tem como principal objetivo a exploração das cavidades de ressonância, responsáveis pela transformação da frequência fundamental. Abra a boca como se fosse cantar um Ó. Sem mudar a posição da boca apenas encoste os lábios. Por dentro a boca em Ó, por fora lábios colados. Suba e desça sua extensão vocal, fazendo hum, mantendo o queixo alongado, o espaço oral aumentado e os lábios colados. Suba e desça umas 3x sua extensão completa.

TÉCNICAS VOCAIS QUE NOS LEVARÃO AOS DRIVES

Algumas técnicas específicas são praticadas em quase todos os estilos vocais, como por exemplo o clamp.

Não é à toa, pois a prática dessas técnicas, leva o cantor a um outro nível muscular, respiratório e de ressonância. E isso vai nos ajudar muito a executar os drives vocais com mais facilidade e segurança!

Neste curso vamos aprender e praticar as seguintes técnicas:

Vibrato, yodel, twang, clamp, whisper, glissando e o Famoso belting.

Obs.: o belting não é uma técnica e sim o resultado da aplicação de algumas técnicas.

VIBRATO

Vibrato é um recurso amplamente utilizado no canto; um ornamento que traz leveza, riqueza expressiva e emoção à emissão.

Sob o ponto de vista fisiológico, o vibrato é considerado uma flutuação regular de frequência, da intensidade e da qualidade vocais. Atribui-se aos músculos cricotireóideos a produção dos vibratos.

Existem dois tipos de vibratos: o laríngeo que usa apenas a musculatura da laringe para a aproximação das pregas e oscilação entre elas, e o diafragmático, que conta com o uso da pressão subglótica para executá-lo. Este é mais utilizado no sertanejo e rock, é mais forte e mais marcado pelos puffs de ar constantes nas pregas. É o que vamos treinar aqui no curso.

Exercícios de aproximação de duas notas com um tom de diferença com o uso simultâneo do apoio ajudam a controlar a musculatura laríngea mantendo a oscilação constante.

Ex: Iron Maiden – Wasted years

Exercício: imite o som de uma ambulância (ela tem dois tons, duas notas) com a mesma vogal. Comece a acelerar esse som. Deixe-o cada vez mais rápido (não aumente o volume e sim a velocidade das duas notas). Quando não conseguir acelerar mais (aproximar os músculos) encolha a barriga, usado a pressão subglótica e o efeito bernoulli (explicado no início da apostila), para manter essa oscilação constante e formar o vibrato. (demonstração em aula gravada).

YODEL

Conforme já explicado antes, nossa voz é dividida em registros.

O Yodel é uma técnica de canto que consiste na mudança brusca de registro vocal indo da voz de peito para a voz de falsete com uma alternância rápida entre graves e agudos.

Exemplo: Cramberries – Zombie

Exercício: vamos emitir um som numa nota grave ou média e subir uma oitava mais ou menos. Na subida da nota, encolha a barriga com força e solte imediatamente. E sucessivamente enquanto durar o exercício, devemos intercalar entre o grave e agudo. Grave barriga solta. Agudo barriga encolhida. A pressão subglótica eleva o tom da nota quando usada com força e velocidade. (demonstração em aula gravada).

CLAMP

É a constrição da laringe para apertar, comprimir a voz, diminuindo sua projeção e volume, porém uniformizando sua emissão em todos os registros.

Esse processo acaba elevando a laringe e baixando o palato, trazendo uma nasalidade e um metálico pra voz. Porém protege a musculatura na execução drive, pois o músculo retesado sofre menos o impacto e a pressão. Como diz a tradução da palavra, é literalmente por uma braçadeira na voz para aperta-la. (demonstração em aula gravada).

Exemplo: Bruno Mars – Locket out of heaven

TWANG

Muito usado no estilo country americano, é uma técnica que permite cantar com mais brilho e metal na voz (nasalidade).

Não é um som nasal excessivo e não é voz de peito. Não se usa tanta massa muscular e o TA já não está tão ativo pois se executa a técnica em tons mais médios e agudos.

É um som caricato que traz o brilho da voz pra frente. Volumoso, pontudo e metálico. A primeira característica estrutural da qualidade vocal do twang é o esfíncter ariepiglótico, criando um tubo laríngeo acima das pregas vocais e que age como um ressoador independente dentro do trato vocal. O trato vocal fica pequeno e a laringe e a língua ficam altas. (demonstração em aula gravada).

Exemplo: Maroon 5 – Sunday Morning

BELTING

O Belting não é bem uma técnica e sim o resultado do uso das técnicas citadas acima, o que traz tônus muscular, domínio da dinâmica e intensidade vocais, projeção vocal e em volumes muito altos. Está diretamente ligado às notas médias e agudas, pontudas, metálicas e fortes. Estilo muito utilizado em musicais e apresentações teatrais, onde antigamente não havia microfones ou outras facilidades atuais, então o trabalho vocal era feito de forma a alcançar os expectadores que se encontravam mais distantes do palco. (demonstração em aula gravada).

Exemplo: Demy Lovatto – Sorry not to sorry

GLISSANDO

Um ornamento muito usado em diversos estilos musicais (incluindo o rock), onde emitimos uma nota e escorregamos ou arrastamos a mesma até uma oitava ou mais acima ou abaixo do tom original. (demonstração em aula gravada).

Exemplo: Deep Purple – Highway Star

CONDIÇÕES BÁSICAS PARA A EXECUÇÃO DOS DRIVES

1 – Tempo de Desenvolvimento

Um efeito de drive bem feito, de forma saudável e com um certo conforto na execução, pode levar um certo tempo pra ficar perfeito, até que se tenha total domínio da técnica!

2 – Técnicas Vocais

Antes da prática do drive em si, devemos aprender outras técnicas que vão facilitar o aprendizado.

3 – Conhecer seu aparelho vocal

Prestar atenção ao que acontece com sua voz e músculos durante o canto te ajuda a diferenciar movimentos benéficos e prejudiciais pra você.

CREPITÂNCIA E SIBILÂNCIA

Crepitância - emissão vocal (atonal) com pequena intensidade, com a periodicidade ampla; além disso pode ou não ocorrer a vibração das pregas vestibulares (FRY). No Fry as musculaturas TA e CT se equilibram.

Sibilância - é uma emissão vocal (atonal) com muita intensidade; é um ruído de chiado, com muito ar passando. Modo de articulação de consoantes fricativas, produzidas ao projetar um jato de ar com a língua em direção a um canal estreito entre os dentes (z,s).

O QUE SÃO DRIVES GLÓTICOS

São ajustamentos dos músculos que compõem a glote! O TAI (Tireoaritenóideos internos – tireovocal – músculo firmador/tensor); os CAL (cricoaritenóideos laterais – adutores horizontais); os IAO (interoaritenóideos oblíquos e os IAT (interoaritenóideos transversos - – aproximam as aritenóides).

Os drives glóticos acontecem apenas nas pregas vocais. Não envolvem estruturas supraglóticas. Alguns drives glóticos terão muita pressão e outros menos, mas não ativarão outras musculaturas. OS Drives Supraglóticos Growl, se dividem em low, midi e high. Com pouca, média e alta pressão!!!



Exemplo de Drive Glótico: Creaky Voice – Aerosmith

O QUE SÃO DRIVES SUPRAGLÓTICOS

São ajustamentos das estruturas supraglóticas (acima das pregas vocais).

As cartilagens cuneiformes, as pregas vestibulares, a úvula e a epiglote. Todas essas estruturas vibram, cada uma com uma velocidade, com uma pressão, com um movimento diferente. Podem vibrar separadamente uma por vez, resultando em sons específicos, ou vibrar juntas, gerando outros sons.

OS Drives Supraglóticos Growl, se dividem em low, midi e high.

Com pouca, média e alta pressão!!!



Exemplo de Drive Supraglótico: Growl - Mestre Yoda

O QUE SÃO DRIVES COMPOSTOS OU MISTOS

Quando fazemos drives, nossos ouvidos percebem o som distorcido pela descompactação da série harmônica que caracteriza o timbre do som limpo.

Podemos misturar os drives glóticos com os Supraglóticos e transforma-los em compostos. Isso depende da pressão subglótica e do aumento de constrição muscular. Quando aprendemos a manipular essas estruturas, aí fica mais fácil mudar de um drive pra outro.

OS Drives compostos se dividem em low, midi e high.

Com pouca, média e alta pressão!!!



Exemplo de Drive Supraglótico Composto:

Growl + Epiglot – B.B.King

DRIVE GLÓTICO CREAKY VOICE

Fonação em que as cartilagens aritenóides da laringe são unidas; como resultado, as pregas vocais são comprimidas com bastante força, tornando-se relativamente compactas!

Exercício para “achar” o Creaky:

- Iniciar com o Fry e ir subindo para o agudo sem perder a crepitação. Tem que arrastar a “sujeira” na voz. Se perder a crepitação pare e comece de novo. Com calma e paciência.

Lembre-se: você nunca fez isso. Deixe o corpo se acostumar com essa nova sensação e esse novo som.

Seja determinado, regrado e paciente. Todo dia um pouquinho!

Depois tente imitar a voz da Margie Simpson. Calma! (vamos demonstrar em aula gravada).

Essa técnica recuo de pressão e pouco volume, por isso possibilita maleabilidade tonal (o TA não fica tão firme).

OS Drives Supraglóticos Growl, se dividem em low, midi e high.

Com pouca, média e alta pressão!!!



Exemplo do Creaky Voice: Bruno Mars

DRIVE GLÓTICO KARGYRAA OU CANTO TUVANO

Técnica de Canto dos povos Mongóis. É uma vibração com crepitação quase como o Fry. Só está numa frequência um pouco mais alta. É uma boa matriz para drives compostos.

Exige muita força muscular e pressão subglótica. Só é possível executá-lo com segurança nos tons mais graves.

As pregas vocais estão ativadas e usando muita massa. O TA está totalmente presente e ativado.

Exercício para trabalhar o Kargyraa. (claro que após muito aquecimento):

- Imitar o som do escapamento de uma moto com sua voz de fala com um é ou ô com muito apoio e ajuste de articulação.

- Imitar o professor Raimundo falando.

(demonstração em aula gravada).



DRIVE GLÓTICO COMPOSTO DISTORCION

É a sobreposição do Kargyraa com o Creaky com muito mais pressão subglótica e constrição muscular.

Existe uma preponderância de ponta aritenóides crepitando.

(demonstração em aula gravada).

OS Drives Glóticos se dividem em low, midi e high.

Com pouca, média e alta pressão!!!

Exemplos de drives distorcion: Deep Purple, Whitesnake, Iron Maiden.



Exemplo de Drive Distorcion: Cris Cornell

DRIVES SUPRAGLÓTICOS GROWL

As pregas vocais ficam passivas, enquanto as pregas vestibulares ou falsas pregas vibram de maneira fraca ou forte dependendo da força subglótica que se imprime.

OS Drives Glóticos se dividem em low, midi e high.

Com pouca, média e alta pressão!!!

Exercício para treinar o Growl: fazer uma voz aguda e leve. Em seguida imitar o som de uma arara ou gralha. Mas usando o apoio o tempo todo. Depois de conseguir realizar com leveza, comece a pôr mais pressão.

Exemplos de drives Growl: Fred Flintston, Chewbaca, Loui Armstrong, yoda, alguns cantores sertanejos.



Exemplo de Drive Growl: Cantor Bruno a dupla Bruno e Marrone

DRIVE SUPRAGLÓTICO GRUNT

Esse é o drive que dá origem ao Gutural.

Ele usa também as pregas vestibulares, porém feito em notas muito graves, quase atonais. E junto a elas usa as corniculadas (pequenas pirâmides na ponta das aritenóides).

As pregas vocais ficam abertas o tempo todo. Elas não ajustam a afinação durante a emissão então a laringe baixa deixa a frequência bem grave.

Existe uma quantidade de ar enorme passando então as pregas ficam ressecadas. É necessário iniciar aos poucos tanto pelo ressecamento constante nas pregas, quanto pela capacidade respiratória necessária.

Exercícios para o treino do Grunt:

Devemos usar o palato alto com uma articulação no Â.

Imitar o latido de um cachorro bem grande com notas bem graves.

Imitar o som de um gorila ou macaco Bujil.



Exemplo de Drive Grunt: Max Cavalera do Sepultura

CURIOSIDADES SOBRE O GUTURAL

Foi criado pelo cantor Max Cavalera da banda de Heavy Metal Sepultura. Na busca por encontrar uma identidade vocal, acabou criando um drive repetido no mundo todo. Graças a isso Max acabou sendo convidado para fazer a voz de um demônio no filme “o Retorno da Múmia 2”. Ele é reconhecido e respeitado mundialmente não só por isso, mas por ser a banda que colocou o heavy metal brasileiro no cenário mundial.

DRIVE SUPRAGLÓTICO UVULAR

A úvula, também chamada sininho, é encontrada no palato mole, ladeada pelas amígdalas. Ambas as estruturas estão localizadas na abertura da garganta, também conhecida como faringe. O som do gargarejo é o drive. Unido as notas agudas ou graves temos o drive propriamente dito.



Exemplo de Drive Supraglótico Uvular: Kiko do seriado Chaves

DRIVE SUPRAGLÓTICO EPIGLOTE

A Epiglote se encontra no início da laringe e é uma espécie de lâmina que se encontra por detrás da língua e que serve para fechar a ligação da faringe com a glote durante a deglutição. Essa cartilagem evita a comunicação entre os aparelhos respiratório e digestivo. O drive acontece com o movimento que fazemos quando pigarreamos. Mas só funciona para fazer pressão junto a outras estruturas originando um drive.

DRIVES SUPRAGLÓTICOS COMPOSTOS

É a mistura de várias estruturas supraglóticas. Em diferentes intensidades. Podem usar os glóticos junto com os supraglóticos.

Exemplos:

Linkin Park – distorcion + growl + scream

Metallica - grunt + growl + epiglote

Nickel Back – grunt + growl + epiglote

Fred Flintstone _ growl + epiglote



Exemplo de drive supra glótico composto: Metallica

DRIVES SCREAM

O scream usa muita Sibilância na sua execução. É o oposto do Fry. Feito nas pregas vocais, portanto um drive glótico.

Screamo é um subgênero do pós-hardcore emo que se popularizou através de bandas como por exemplo thursday, poison the well etc. A técnica usada para cantar screamo pode exigir bastante das cordas vocais então deve se seguir o passo a passo mostrado nas aulas gravadas.



Exemplo de drives Scream: Linkin Park

EXERCÍCIOS DE PERCEPÇÃO AUDITIVA

No piano, teclado, violão ou guitarra, você vai tocar uma nota por vez, grave ou aguda, fora de ordem. A cada nota tocada, tente imitar o som que você ouve. Tente igualar sua frequência com a do instrumento. O modo mais fácil de fazer isso é com leveza na voz. Ai, será possível atingir as notas dentro do seu alcance vocal, tessitura ou até na sua extensão, depois de algum tempo. Sempre usando o apoio respiratório, pressão subglótica (encolhendo a barriga).

Você deve fazer uma sequência de notas primeiro bem distantes entre si e depois notas aproximadas para acostumar os ouvidos aos intervalos grandes ou pequenos.

Esses exercícios serão demonstrados em aula e terá um áudio disponível pra você treinar.

Faça todos os dias! Até encontrar seu ponto de equilíbrio de afinação em todas as notas.

EXERCÍCIOS PARA TONIFICAÇÃO DAS PREGAS VOCAIS (INICIANTE) - vibração de lábios e vibração de língua

Este exercício (diferente da percepção auditiva) será feito nota a nota na sequência do grave para o agudo em toda a sua extensão vocal (Lembrando que extensão vocal são todas as notas que você consegue emitir mesmo que sem qualidade).

Vamos fazer esse exercício com vibração de lábios em primeiro lugar. Vamos fazer o som Brrrrrrrrrr. Caso tenha dificuldade você pode esticar levemente a parte debaixo do lábio inferior, ou pronunciar um T antes do brrr. Facilita muuuuito.

Ai, vamos fazer nota a nota subindo e descendo toda a extensão.

Em seguida vamos fazer o mesmo exercício com o som Trrrrrrr, vibrando a língua. Nota a nota em toda a extensão vocal, suavemente do grave ao agudo e voltando para o grave.

Esses exercícios serão demonstrados em aula e terá um áudio disponível pra você treinar.

Faça todos os dias durante a primeira semana de treinamento! (2x por dia com espaço de algumas horas entre eles pra musculatura se recuperar).

Em seguida iniciar o canto de uma música com drive leve: o creaky voice. Nossa sugestão é a música :

“I dont wanna miss a thing” do Aerosmith.

Está num tom medio/agudo propicio para o inicio do treino sem sofrimento ou grandes dificuldades.

EXERCÍCIOS PARA TONIFICAÇÃO DAS PREGAS VOCAIS (INTERMEDIÁRIO) - vibração de lábios e fricativa sonora

Este exercício será feito com acordes maiores, naturais em toda a sua extensão vocal do grave para o agudo retornando para o grave. Vamos tocar o acorde inicial (supondo que seja C (dó), vamos tocar o acorde cheio e depois dedilhar a tônica, 3ª e a 5ª e 3ª e tônica, e assim sucessivamente (D, E, F, etc). A cada nota faremos BRRRRR usando o apoio respiratório. Subindo e descendo. Faremos 2 escalas completas.

Em seguida faremos o mesmo usando a fricativa ZZZZZ.

Esses exercícios serão demonstrados em aula e terá um áudio disponível pra você treinar.

Faça todos os dias na segunda semana de treinamento! (2x por dia com espaço de algumas horas entre eles pra musculatura se recuperar).

Em seguida iniciar o canto de uma música com drive leve: o creaky voice. Nossa sugestão é a música :

“I dont wanna miss a thing” do Aerosmith.

Está num tom medio/agudo propicio para o inicio do treino sem sofrimento ou grandes dificuldades.

EXERCÍCIOS PARA TONIFICAÇÃO DAS PREGAS VOCAIS (AVANÇADO) - vibração de lábios, vibração de língua e fricativa sonora.

Neste exercício juntaremos o BRRR, o TRRRR e o ZZZZ em escalas de 5 tons (sonoridade de C a G).

Vamos tocar o acorde cheio natural e em seguida vamos tocar a escala de 5 notas com BRRR, em seguida com TRRRR e finalmente ZZZZZ. Acabando vamos para o próximo acorde e assim sucessivamente. Faremos 2 escalas completas.

Esses exercícios serão demonstrados em aula e terá um áudio disponível pra você treinar.

Faça todos os dias durante a terceira semana de treinamento (2x por dia com espaço de algumas horas entre eles pra musculatura se recuperar).

Em seguida iniciar o canto de uma música com drive leve: o creaky voice. Nossa sugestão é a música: “I dont wanna miss a thing” do Aerosmith.

Está num tom médio/agudo propício para o início do treino sem sofrimento ou grandes dificuldades.

AQUECIMENTO VOCAL ANTES DA EXECUÇÃO DOS DRIVES COM MAIS PRESSÃO SUBGLÓTICA E MAIS CONSTRIÇÃO MUSCULAR (glóticos compostos, supraglóticos compostos e gutural)

Subir e descer 3 vezes sua extensão completa com BRRR (nota a nota) encolhendo e soltando a barriga a cada nota, ou seja: usando o “apoio”

Subir e descer 2 vezes sua extensão completa com TRRR (nota a nota) encolhendo e soltando a barriga a cada nota, ou seja: usando o “apoio”

Subir e descer 2 vezes sua extensão completa com ZZZZ (nota a nota) encolhendo e soltando a barriga a cada nota, ou seja: usando o “apoio”

Subir e descer 2 vezes sua extensão completa com JJJJJJ (nota a nota) encolhendo e soltando a barriga a cada nota, ou seja: usando o “apoio”

Para finalizar e reposicionar a musculatura baixando a laringe e alongando o trato vocal, fazer o Humming vocal na tríade dos acordes naturais em toda a sua extensão vocal.

Iniciar o treino dos Drives.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Todos os exercícios serão demonstrados em aula gravada no curso e todos os áudios propostos serão disponibilizados para seu treinamento.

Espero que tudo o que apresentamos aqui e nos vídeos, te ajude a criar uma rotina de exercícios diários vocais e respiratórios e uma consciência do uso correto do seu instrumento chamado “voz”, para que você se desenvolva na sua plenitude na execução dos drives vocais. Essas manobras exigem dedicação, determinação, mas principalmente repetição. Assim em pouco tempo você atingirá seus objetivos. Caso sinta qualquer desconforto, pare, descanse e depois recomece. Muitos movimentos nunca foram realizados por seu corpo e podem causar estranhamento ou cansaço muscular. É normal! Se necessário diminua o ritmo, faça menos séries. E vá aumentando aos poucos! Mas não desista. Os obstáculos servem para ser contornados e superados! Não tenha medo! O Drive Vocal é mais um ornamento, uma técnica vocal como tantas outras e demanda um tempo pra criarmos intimidade com ele e sua execução. Então, bons estudos e boa sorte!!

Lembre-se: “A prática leva à Perfeição!”

Henriette Marcondes Fonseca De Marco

(Cantora, Pedagoga e Voice Coach)

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARBOLEDA, Barbara M. W.; FREDERICK, Arlette L. Considerations for maintenance of postural alignment for voice production. *J Voice*, 2008, n.22, v.1, p.90-100.

BARROS, Daniela D. Imagem corporal: a descoberta de si mesmo. *Rev. Hist. Ciênc. Saúde*, 2005, n.12, v.2, p.547-54.

BEHLAU, Mara. *Voz: tudo o que você queira saber sobre fala e canto*/Mara Behlau, Glaucya Madazio. 1 ed.-Rio de Janeiro: Revinter, 2015.

LAGIER, Auder; VAUGOYEAU, Mariana; GHIO, Alain; LEGOU, Thierry; GIOVANNI, Antoine; ASSAIANTE, Christine. Coordination between posture and phonation in vocal effort behavior. *Folia Phoniatr Logop*. 2010, n.62, v.4, p.195-202.

Large, John W (fevereiro–março de 1972). «Towards an integrated physiologic-acoustic theory of vocal registers». *The NATS Bulletin*. 28: 30–35. ISSN 0884-8106. OCLC 16072337

MELLO, Ê. L. et al. Postura corporal, voz e autoimagem... *Per Musi*, Belo Horizonte, n.31, 2015, p.74-85.

Rev. Soc. bras. Fonoaudiol. 2009, n.14, v.3, p.352-361.

MERLEAU-PONTY, Maurice. *Fenomenologia da percepção*. Trad. Carlos Alberto Ribeiro de Moura. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

84 PER MUSI – Revista Acadêmica de Música – n.31, 353p., jan. - jun., 2015
Recebido em: 06/10/2013 - Aprovado em: 14/05/2014

Pinho, Silvia Maria Rebelo. *Músculos Intrínsecos da Laringe e dinâmica Vocal*/Silvia Maria Rebelo Pinho, Gustavo Polacow Korn & Paulo Pontes – 3. Ed. – Rio de Janeiro – RJ:Thieme Revinter Publicações,2019.

STAES, Filip F.; JANSEN, Lieve; VILETTE, Ann; COVELIERS, Yannick; DANIELS, Kim; DECOSTER, Wivine. Physical therapy as a means to optimize posture and voice parameters in student classical singers: A case report. *J Voice*, 2009, n.25, v.3, p.91-101.

Sundberg, Johan. *Ciência da Voz: Fatos Sobre a Voz na Fala e no Canto*/johan Sundberg: tradução e revisão,Gláucia Lais Salomão. – 1. Ed.1. reimpr.rev.- São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo,2018.328 p.:il.;19,5 x 27 cm.

Titze, I. R. (23 de setembro de 1995). «What's in a voice». *New Scientist*: 38-42

TRAGTENBERG, Lucila. Performance vocal: expressão e interpretação. *Per Musi*, 2007, n.15, v.1, p.41-46.