



## **LICENCIATURA EM MÚSICA**

**MILENA PEREIRA NASCENTE**

**A PRÁTICA DE CANTO COM A VOZ ADULTA ENLUTADA EM TEMPOS  
PANDÊMICOS: um estudo na ótica da educação musical**

**Porto Alegre**

**2023**

## CIP - Catalogação na Publicação

Pereira Nascente, Milena

A PRÁTICA DE CANTO COM A VOZ ADULTA ENLUTADA EM  
TEMPOS PANDEMICOS: um estudo na ótica da educação  
musical / Milena Pereira Nascente. -- 2023/02.

56 f.

Orientadora: Luciane Cuervo.

Trabalho de conclusão de curso (Graduação) --  
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto  
de Artes, Licenciatura em Música, Porto Alegre, BR-RS,  
2023/02.

1. luto. 2. canto. 3. ciências da voz. 4. pandemia  
Covid-19. I. Cuervo, Luciane, orient. II. Título.

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
INSTITUTO DE ARTES - DEPARTAMENTO DE MÚSICA**

**LICENCIATURA EM MÚSICA**

**MILENA PEREIRA NASCENTE**

**A PRÁTICA DE CANTO COM A VOZ ADULTA ENLUTADA EM TEMPOS  
PANDÊMICOS: um estudo na ótica da educação musical**

Trabalho de Conclusão do Curso de Licenciatura em Música do Departamento de Música do Instituto de Artes, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para a obtenção do Título de Licenciada em Música.  
Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Luciane Cuervo.

**Porto Alegre**

**2023.2**

## DEDICATÓRIA

*Gostaria de dedicar este trabalho à minha querida e amada avó paterna  
Elvira Pires Freitas.*

*Ela partiu no ano de 2021 e foi uma perda inestimável para mim.*

*Foi diante desta perda que a vida e a música ressoaram de forma diferente,  
e a duras penas entendi que a morte faz parte da vida.*

*À minha avó/mãe querida, meu muito obrigada por seus ensinamentos  
e cuidado, serei eternamente grata.*

*Eu trilharei o meu caminho com você para sempre em meu coração.*

## AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, gostaria de agradecer aos meus familiares e amigos(as) por toda paciência, amorosidade, cuidado, empatia e apoio que tiveram comigo durante todos esses anos de intenso estudo. Em especial aos meus pais, *Mário Luis e Kátia Cecília*, por terem me dado a vida e me amado e cuidado incondicionalmente. Aos meus irmãos queridos por toda a paciência, empatia e apoio em minhas empreitadas de estudo. Vocês são fundamentais para mim. Deixo também um agradecimento à minha grande incentivadora *Maria Luiza*, minha querida e amável avó materna. Sem você nada disso seria possível.

Queridos(as) amigos(as), vocês foram essenciais para que eu pudesse sobreviver e viver a graduação. A todos digo que nossos momentos estarão sempre comigo, e eu serei eternamente grata por nossa amizade.

Aos meus professores e professoras de graduação, o meu muito obrigada pelos seus ensinamentos. Aos que estiveram mais presentes na minha formação especificamente, levarei para sempre suas lições e tentarei na medida que alcanço, ampliar mais os conhecimentos adquiridos com vocês, isto na intenção de fortalecer nossa área da música. Às professoras que compuseram as minhas bancas, *Jusamara Vieira de Souza, Luciana Del Ben, Marília Raquel Albornoz Stein e Regina Antunes Teixeira*, muito obrigada pelas colaborações. Gratidão.

Gostaria de deixar um agradecimento especial à minha orientadora querida, atenciosa e aplicada *Luciane Cuervo*. Seus incansáveis conselhos e dedicação à minha pessoa e como professora e orientadora, meu agradecimento profundo. Desde o primeiro dia de aula eu sabia que você seria minha orientadora de TCC.

Um agradecimento ao *Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID)* da *Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior (CAPES)* do Brasil, pelo apoio que também se reflete neste trabalho. O PIBID proporcionou vivenciar a docência, mesmo que de maneira online por conta da época pandêmica, e me conectar mais a ela, ainda no início do curso.

Agradeço à Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) por me proporcionar cursar esta graduação e todas as oportunidades que pude aproveitar nestes quatro anos de curso.

E por fim, mas não menos importante, a todos e todas que, direta ou indiretamente, estiveram comigo durante toda esta jornada de estudos e muita dedicação. Obrigada de todo meu coração.

*Estar no mundo sem fazer história,  
sem por ela ser feito, sem fazer cultura,  
sem “tratar” sua própria presença no mundo,  
sem sonhar, sem cantar, sem musicar,  
sem pintar, sem cuidar da terra, das águas,  
sem usar as mãos, sem esculpir, sem filosofar,  
sem pontos de vista sobre o mundo,  
sem fazer ciência, ou teologia,  
sem assombro em face do mistério,  
sem aprender, sem ensinar,  
sem ideias de formação,  
sem politizar  
não é possível.*

Paulo Freire,  
*Pedagogia da Autonomia*, 1996, p. 30.

## RESUMO

Este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) de Licenciatura em Música propõe investigar o contexto da voz adulta enlutada na prática de canto, em diálogo com as experiências pessoais da licenciada durante a pandemia de Covid-19. Possui uma natureza de investigação qualitativa, de revisão bibliográfica narrativa, no campo da educação musical e ensino e aprendizagem de canto. Como objetivo principal, visa entender o que se passa com a voz enlutada na prática de canto. Dentre seus objetivos específicos, procura mapear características mais comuns manifestadas na voz enlutada e conhecer possíveis benefícios da prática musical neste contexto. Procura, ainda, se unir ao questionamento freireano sobre a educação bancária contextualizada ao ensino de canto, em direção a uma prática de canto sensível, que contemple as dimensões socioafetivas e bagagens emocionais do sujeito. Dialoga no campo das ciências da voz, e discute estudos da Educação e Educação Musical e da Saúde, principalmente da Fisiologia e Psicologia, para tratar do processo educativo e das reações e manifestações emocionais, fisiológicas e socioculturais do sujeito que canta enlutado. Em seus achados de pesquisa, considera-se que os aspectos emocionais influenciam na prática de canto da voz enlutada e são percebidos a partir de uma voz mais sopro e enfraquecida, de silenciamentos da voz falada e cantada em função do entristecimento e da retração comportamental. Considera-se que a Educação Musical na prática de ensino de canto com a pessoa enlutada precisa, portanto, focar em elementos de suporte, e, assim, possivelmente trazendo benefícios em relação ao bem-estar com os processos emocionais e motivacionais do sujeito.

**Palavras-chave:** luto; canto; ciências da voz; pandemia Covid-19.

## ABSTRACT

This Course Completion Work for an undergraduate level Teaching in Music proposes to investigate the context of the bereaved adult voice in singing practice, in dialogue with the graduate's personal experiences during the Covid-19 pandemic. It has a qualitative research nature, a narrative bibliographic review, in the field of musical education and singing teaching and learning. As a main objective, it aims to understand what happens to the mourning voice in singing practice. Among its specific objectives, it seeks to map the most common characteristics manifested in the mourning voice and learn about possible benefits of musical practice in this context. It also seeks to join Freire's questioning about banking education contextualized with singing teaching, which takes into account the socio-affective dimensions and emotional baggage of the subject. Dialogues in the field of Voice Sciences and discuss studies from Education and Musical Education and health, mainly from Physiology and Psychology to deal with the educational process and the emotional, physiological and sociocultural reactions and manifestations of the mourning subject who sings. In their research findings, it is considered that emotional aspects influence the practice of singing the mourning voice and are perceived from a more breathy and weakened voice, from silences in the spoken and sung voice due to sadness and behavioral withdrawal. It is considered that Musical Education in the practice of teaching singing with the bereaved person therefore needs to focus on these support elements, and brings benefits in relation to the well-being of the subject's emotional and motivational processes.

**Keywords:** grief; singing; voice sciences; Covid-19 pandemic.



## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	9
<b>1.1. Objetivos</b> .....	11
<b>1.2. Justificativa</b> .....	11
<b>ORIGENS DO INTERESSE DE PESQUISA</b> .....	13
<b>2.1. Sentimento de pertencimento</b> .....	17
<b>2.2. O canto na pandemia</b> .....	20
<b>3. METODOLOGIA</b> .....	25
<b>4. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA</b> .....	28
<b>4.1. A voz falada e cantada</b> .....	28
<b>4.2. O luto</b> .....	32
<b>4.3. O canto com a voz enlutada</b> .....	36
<b>4.4. Benefícios do canto no contexto da voz enlutada</b> .....	42
<b>5. DISCUSSÃO DOS ACHADOS</b> .....	45
<b>5.1. Sobre voz em geral, considerando-a falada ou cantada</b> .....	45
<b>5.2. Sobre o canto com a voz enlutada</b> .....	46
<b>6. CONCLUSÃO</b> .....	50
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	52

## 1. INTRODUÇÃO

Este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) de Licenciatura em Música possui como tema central a voz adulta enlutada, emocionalmente abalada, diante de demandas de práticas de canto na academia, em especial diante do impacto da pandemia de Covid-19<sup>1</sup> e do ensino remoto. De modo a desencadear a discussão, partirei dos motivos pessoais que me levaram a esta temática de pesquisa, apresentando um TCC de natureza qualitativa, com metodologia de revisão bibliográfica narrativa.

As discussões acadêmicas da revisão bibliográfica se entrelaçam às minhas experiências pessoais, fundamentando, refletindo e expondo aspectos problematizadores do tema de estudo. Levando em consideração a minha trajetória acadêmica dentro de uma modalidade de ensino à distância como estudante de canto, existe um assunto em questão que foi pouco discutido e que deve receber o devido espaço devido à sua relevância. Este refere-se ao abalo emocional provocado pelo luto e seus possíveis impactos que interferem na voz cantada.

A origem da palavra latina luto é relacionada à “dor”, “mágoa”, “lástima” ou “choro” (sentimento de perda de alguém), ou seja, um “sentimento de tristeza profunda pela morte de alguém” (Houaiss, 2024). A voz enlutada, portanto, é um termo relacionado à voz de uma pessoa que está passando pelo processo de luto, podendo manifestar comportamental, acústica e fisicamente algumas características, embora cada pessoa em luto reaja e manifeste de maneira única.

A temática deste TCC encontra apoio em diferentes estudos como os de Ramos (2016) e Msawa *et al.* (2022), os quais procuram ressaltar o caráter vivencial, subjetivo e pessoal das diferentes reações mentais e físicas do processo do luto. O caminho problematizador foi trilhado ao longo de uma pandemia mundial, a qual impôs isolamento social, ensino mediado por computadores e internet, bem como limitações de toda natureza no desenvolvimento de atividades musicais, individuais e coletivas.

Diante das dificuldades enfrentadas, seja material e tecnológica, seja dos aspectos técnicos do cantar e do abalo emocional enfrentado, tendo em vista a tristeza

---

<sup>1</sup> A Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou a doença de Covid-19 como pandemia, manifestando-se sobre isso em 30/01/2020; a Instituição comunicou o fim da pandemia em 05/05/2023, tendo durado, portanto, mais de dois anos segundo orientações internacionais de normas sanitárias (UNASUS, 2020).

e as perdas humanas do período, busco neste trabalho estudar e contextualizar o cenário com aporte teórico científico.

Para retomarmos as aulas levando em consideração aquela situação de isolamento social imposta pela pandemia de Covid-19, foi implementado na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) o Ensino Remoto Emergencial (ERE) por meio da resolução do Conselho de Ensino, Pesquisa e Extensão da UFRGS (CEPE/UFRGS, 2020). Foi uma tentativa de seguir com as aulas recém iniciadas, mas através do formato *on-line* e que perdurará até o fim da pandemia. Assim, tudo estava diferente neste retorno às aulas, mediado por computadores e internet, fruto do persistente confinamento social.

Esse contexto desafiador exigiu resiliência da comunidade universitária, expressa através da adaptação das atividades artísticas, didáticas e administrativas, mantendo alguma lógica temporal durante esse momento de tantas atribuições e incertezas (Santiago, 2021, p. 12).

As aulas em 2020 dentro da UFRGS consistiam na mediação pelas telas, de um lado alunos e do outro professores, ou situações assíncronas, em experiências geralmente solitárias de estudo. Enquanto para algumas pessoas esse retorno poderia ser um elemento motivador dos contatos e vínculos acadêmicos, como ressaltam Cuervo e Santiago (2020), havia outros obstáculos a serem superados, como a falta de acesso a recursos adequados. Cantar para uma tela, justamente em um curso cujo seu instrumento principal necessita desta relação de aproximação, recebeu um envolvimento diferente na época que, de certa forma, tornava as aulas impessoais.

No ambiente acadêmico de música, pode haver certa repetição do paradigma do ensino conservatorial/tradicional, o que permite, de certa forma, fazer uma relação com o conceito freireano de Educação Bancária (Freire; 1996). Durante quase dois anos de Ensino Remoto Emergencial (ERE) na UFRGS (CEPE/UFRGS, 2020), ocorreram muitos desafios que se evidenciaram, tanto enquanto sociedade, quanto na educação. Este trabalho questiona a educação bancária no ensino do canto, pois esta reproduz o que se discute, em educação musical, o chamado ensino conservatorial, como explicam Penna e Sobreira (2020, p. 6):

Vale ressaltar que tanto o poder centrado no professor que “transmite” um conhecimento sistematizado aos alunos quanto a questão do ensino disciplinar, frequentemente distanciado da vivência cotidiana (musical ou não) do aluno, são características de processos educativos tradicionais.

Em um contexto de uma voz fragilizada por estados emocionais impactados pelo luto, a prática de canto pode acabar aprofundando aspectos negativos quando se baseia na educação bancária. Nesta abordagem, não haveria espaço para subjetividades, questionamentos e flexibilização de conteúdos, pois há um engessamento de comportamentos e elementos a serem consolidados. Este cenário é o oposto buscado neste estudo.

Este trabalho nasce, portanto, deste contexto de aproximadamente dois anos de dificuldades e desafios enfrentados no âmbito acadêmico e que envolvem o canto, situações de abalo emocional e a formação de professores na Licenciatura em Música.

### **1.1. Objetivos**

Partindo de experiências pessoais que consiste no cantar em situação de abalo emocional pelo luto, este Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) tem como objetivo principal compreender o que se passa com a voz enlutada na prática de canto.

Dentre seus objetivos específicos, procurará mapear características mais comumente manifestadas na voz enlutada e conhecer possíveis benefícios da prática musical neste contexto. Procura, ainda, questionar a educação bancária no ensino de canto, em direção a uma prática de canto sensível, que contemple as dimensões socioafetivas e bagagens emocionais do sujeito. Desse modo, aborda aspectos das características fisiológicas na relação da voz e emoção, saúde mental e repertório musical entre pessoas que passam por este tipo de situação.

### **1.2 Justificativa**

A música faz parte do desenvolvimento do ser humano, e a voz cantada é um dos instrumentos mais antigos utilizados como manifestação cultural pela humanidade. Ou seja, cantar faz parte da nossa história e, portanto, possui sua importância e significado.

Existem várias formas de se fazer música, mas o cantar envolve uma série de questões que caracterizam as peculiaridades do ser humano. Este instrumento está dentro de um humano tão complexo quanto o próprio mundo no qual este vive. O canto envolve vastas implicações sobre mente e corpo, no qual parece haver uma linha direta com a subjetividade do ser humano, expressa, independente do viés, de uma forma diferente e única em comparação a outros instrumentos.

O canto expõe emoções e conduz a uma das mais profundas expressões do sentimento de pertencimento humano. O que dificilmente pode ser expresso de forma verbal e objetiva encontra fluidez na música, principalmente quando é feita de maneira prazerosa e instigante. (Fonseca; Dias; Sampaio, 2017, p. 312).

A voz carrega consigo uma identidade, ela comunica o que somos: “A voz é um aspecto essencial da nossa identidade humana: ela diz respeito a quem somos, como nos sentimos, como nos comunicamos e como as outras pessoas nos percebem” (Welch; Preti, 2018, p. 8).

Diversos estudos vêm comprovando os benefícios da prática de canto, em especial em contextos coletivos, para o ser humano (Cuervo e Maffioletti, 2016; Welch e Preti, 2018; Fancourt *et al.*, 2019), porém são poucas as investigações que se debruçam sobre a voz cantada enlutada, como explicam Fancourt e colaboradores (2019). Deste modo, este TCC busca contribuir na discussão teórica acerca da temática, ainda pouco discutida, principalmente na ótica da educação musical.

Buscando também romper com o paradigma da educação musical “bancária” (Freire, 1996), a temática deste TCC aposta na relevância da assunção da identidade cultural do sujeito, em suas subjetividades e estados emocionais, que transcendem o conteúdo tradicional da aula de música. Na necessidade de fazer uma aproximação mais delicada e sensível, visto que abordar determinado assunto de emissão vocal e técnica quando seu instrumento está prejudicado, necessita de certo cuidado.

Desta forma, este trabalho justifica-se por pensar a música e, principalmente o canto, em particular em um contexto da voz enlutada. Ao articular potencialidades e importâncias de que cada linguagem expõe e a sua real contribuição para o desenvolvimento humano em seu contexto cognitivo, social, cultural, intelectual e emocional, se espera enriquecer a área da educação musical.

As seções finais deste TCC são dedicadas às discussões dos achados, articulando as leituras críticas realizadas durante a revisão bibliográfica e a experiência pessoal da autora. Ao final é feito um panorama do trabalho, entrelaçando, portanto, conteúdos científicos às experiências pessoais da autora.

## 2. ORIGENS DOS INTERESSES DE PESQUISA

Eu iniciei os meus estudos na UFRGS no ano de 2020, mas a minha relação com a Universidade começou antes mesmo do meu ingresso. Todo preparo necessário para concorrer a uma vaga em um curso de Música de um dos espaços acadêmicos mais cobiçados do país teve seu penoso tempo de preparo. Os meus estudos para o ingresso se deram de forma objetiva e organizada, iniciando cerca de ano antes da realização do teste específico de habilidades musicais (UFRGS, 2020) através de aulas particulares de canto para desenvolver a técnica e preparar repertório, assim como trabalhar as questões teóricas e perceptivas necessárias para o desempenho mínimo exigido dentro da academia.

Essa demanda que comento expõe de certa forma uma experiência pessoal e envolvimento que tive com a música, que me levou a pensar na possibilidade de me especializar nesta área. Gostaria muito de dizer que este envolvimento se deu a partir das minhas experiências escolares, mas infelizmente não tive este acesso à educação musical, mas sim, através do ambiente religioso do qual eu convivía. E foi neste meio que conheci instrumentos, obtive o desejo de aprender a tocar violão, cantar, e me envolver com música.

Esse primeiro envolvimento motivado por questões religiosas me ajudou muito, pois foi um contato importante com uma área para a qual eu viria a me dedicar. Caso muito comum na nossa sociedade atual, visto que a oportunidade de estudar linguagens artísticas que temos nas escolas, geralmente envolve mais as áreas das artes visuais do que as outras linguagens (música, teatro, dança).

Eu passei por todas as etapas necessárias e, finalmente, obtive minha tão sonhada vaga no final de 2019 na primeira tentativa, atendendo a todos os requisitos do complexo edital de seleção (UFRGS, 2020). Oficialmente ingressei no ano seguinte, em 2020, no curso de Licenciatura em Música, cujo instrumento musical principal seria o canto lírico. Tendo em vista que eu gostaria de focar na voz cantada, e em consideração a toda minha trajetória musical com participação em canto coral e outros grupos corais que tive a oportunidade de experienciar junto com o coro residente do conservatório de música do qual tive meus primeiros estudos formais de música, optei por essa escolha pela proximidade com a técnica, familiaridades de repertório, dentre outros. Assim também como o desejo pessoal de seguir aprendendo

sobre o canto lírico, mas agora de maneira mais formal, sistemática e didática, visto que se tratava de um curso de Licenciatura em Música.

Os estudos na Universidade iniciaram-se em março de 2020. Estava realizada e feliz com a conquista, imaginando que nada poderia me tirar essa felicidade. Mas, para a minha surpresa, algo aconteceu de forma tão avassaladora na minha vida, como na vida do restante do mundo, que tudo começou a mudar. O rumo da minha vida pessoal e acadêmica daquele momento em diante e, mais especificamente, a minha jornada dentro da Universidade, tomou outra forma e proporção a partir deste ano.

Em dezembro de 2019, um vírus da família do coronavírus chamado *Sars-cov-2*<sup>2</sup> foi o fio condutor desta mudança, se espalhando de forma rápida através da doença Covid-19, ainda desconhecida. O *Covid-19* era então um vírus facilmente contagioso e que passou a dizimar muitas pessoas em pouco tempo. Infelizmente não demorou muito para chegar ao Brasil, e em função de um governo insensível às orientações científicas de proteção da população, houve uma contaminação avassaladora que lotou as emergências hospitalares de todo o Brasil e inclusive na capital gaúcha (*Jornal do Comércio*, 2021<sup>3</sup>).

Motivada por essas dificuldades, procurei auxílio em materiais na internet sobre técnica vocal, cursos no espaço virtual como no *YouTube*, entre outros, que poderiam me dar um suporte a mais, que muitas vezes sentia falta dentro das aulas de canto e, mais especificamente, dentro da academia. Cabe mencionar, ainda, que sou oriunda da escola pública na qual não havia educação musical ou, menos ainda, aula de canto, ingressando imediatamente no seguinte período letivo na faculdade. Este cenário, portanto, resultou de apenas uma semana de aula presencial precedida de praticamente dois anos de música mediada pelo computador (2020-2021).

Neste contexto acadêmico, tive a oportunidade de ingressar no Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID), o qual ocorreu de forma predominantemente remota também e, entre seus estudos, entrei em contato com textos sobre educação, como de Freire (1996, *Pedagogia da Autonomia - saberes*

---

<sup>2</sup> Segundo o SUS/Ministério da Saúde: “A Covid-19 é uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global. O SARS-CoV-2 é um beta coronavírus descoberto [...] em pacientes com pneumonia de causa desconhecida na cidade de Wuhan, província de Hubei, China, em dezembro de 2019.

<sup>3</sup> No JC (2021): “Santa Casa de Porto Alegre fecha as emergências após atingir lotação de 300%”.

*necessários à prática educativa*) que me motivaram a mudar aos poucos meu pensamento sobre o papel do professor, sobre educação, entre outras questões. Neste programa, também tive a oportunidade de vivenciar, na perspectiva da iniciação à docência, as limitações tecnológicas, as subjetividades no campo sócio afetivo, demandas de competências e situações de exclusões que ocorriam nas mais variadas esferas da comunidade escolar. Nestes estudos, destaco uma citação de Freire (1996, p. 25) que vai em direção às discussões que envolvem este trabalho: “[...] quem forma se forma e reforma ao formar a quem é formado forma-se e forma ao ser formado”.

Freire argumenta: “[...] ensinar não é transferir conhecimento [...]”, mas também engloba a construção dos saberes de forma dialógica, crítica e criativa (Freire, 1996, p. 24). Este livro tem me acompanhado cotidianamente, acalentando minhas inquietações e promovendo outras tantas problematizações que me enriquecem enquanto educadora em formação, ao mesmo tempo que sou estudante em formação.

Pensando nesta questão, de fato, saber sobre algo não te torna educador, entender sobre algum assunto difere sobre como ensinar aquele determinado assunto. O professor de maneira geral necessita estar atento às demandas, pensar na acessibilidade, principalmente na temática central que este trabalho aborda, com sensibilidade diante de uma pessoa fragilizada. Desta forma, estar aberto ao aprendizado mútuo é um interessante caminho a se seguir.

A minha experiência na educação escolar se forjou através do seu uso utilitário, na qual os conteúdos e disciplinas existiam para um benefício futuro, pensando no que o mercado precisava, incentivando aprendizagem ligada à produção. Na minha experiência escolar, em muitos momentos não havia uma ideia de discussão, problematização, exploração de ideias e espaço para criatividade. Apenas existia uma cópia das informações segundo o que o professor exibia. Questão esta que o educador Freire (1968/2004) desenvolve através do termo *Educação Bancária* utilizada em seu livro *Pedagogia do Oprimido*. A Educação Bancária, portanto, faz referência a uma educação na qual a tomada de consciência é um elemento a ser evitado, pois a imitação e repetição passiva de modelos expostos pelo educador é o comportamento esperado. Em suas palavras, a educação bancária: “[...] é puro treino, é pura transferência de conteúdo, é quase adestramento, é puro exercício de adaptação ao mundo” (Freire, 2000, p. 101). Na intenção de fomentar o sentimento de comunidade, de solidariedade e resiliência, numa prática de educação libertadora,



a educadora bell hooks<sup>4</sup> (2021) diz que: “A educação progressista, educação como prática de liberdade, prepara-nos para confrontar sentimentos de perda e para restaurar nosso senso de conexão. Ela nos ensina a criar uma comunidade” (bell hooks, 2021, p. 21).

A experiência de estudar canto sozinha em casa e ter aulas online, dependendo de equipamentos, conexão de internet, autonomia extrema em meio a um turbilhão emocional de acontecimentos negativos foi marcante na minha formação acadêmica e prejudicou o meu senso de comunidade acadêmica.

Em 2021 passei por uma grande luta interna que foi sentir a dor do luto e da falta. É como se um buraco profundo se abrisse dentro de mim. Me senti completamente ausente na vida. Já havia perdido pessoas próximas, mas não alguém tão fundamental na minha formação como pessoa. Sentia a garganta embargar, o peito doer, as mãos já estavam doloridas de tanto apertar e a sufocá-las pela ansiedade. É um choro em todas as noites e um cansaço físico e mental. Foram meses assim, sem ânimo para viver.

*A vida continua, querendo ou não*, e à medida que vivia buscava encontrar força nas coisas que eu gostava. Uma das atividades mais importantes foi a atividade física, sem dúvidas. No entanto, estudar e cantar foram cruciais para que eu pudesse me manter seguindo em frente. E é justamente neste ponto que as coisas começam a mudar dentro de mim.

Relembrando a época em questão, acometida pela pandemia mundial, as aulas e atividades na UFRGS eram totalmente mediadas pelas telas, o que no início pareceu mais fácil para mim. Confesso que me sentia motivada pela grande curiosidade e pela felicidade de ingresso no ensino superior. À medida que as coisas foram mudando de rumo em minha vida e pela situação emocional delicada que estava passando, estudar, cantar, regularidade nos estudos, participação das aulas, entre outros, passou a ser algo extremamente difícil.

Durante muitos anos, a música foi meu porto seguro, e naquele instante, o que me restava era apenas o intenso silêncio. Lembro de alimentar um arquivo pessoal

---

<sup>4</sup> A educadora, escritora feminista e ativista negra bell hooks preferia ser tratada pelo pseudônimo (em homenagem à sua avó Bell Blair Hooks) em letras minúsculas, porque gostaria de destacar suas ideias antes de seu nome.

(2021) e escrever assim sobre a época em questão: “O silêncio pode ser ensurdecedor.”

## 2.1 Sentimento de pertencimento

Com apenas uma semana de aula, no dia 16 de março de 2020 as aulas foram oficialmente canceladas por apenas algumas semanas, porém seu retorno viria a ocorrer somente dali uns meses à frente. Esperei, portanto, para o fim desse período, mas novamente foi prorrogado o início das aulas, e assim foi adiado de modo imprevisível. Essa situação se manteve até agosto de 2020, ou seja, os primeiros seis meses da vida acadêmica do curso de música foram abolidos da minha experiência. Estávamos todos em casa, com medo do que poderia acontecer, e iniciava-se um isolamento social dramático e inédito em mais de um século de história.

Esta nova forma de viver a vida universitária antes tão sonhada, teria agora que se adaptar e adequar conforme as possibilidades atuais. Pensei não ser um problema nos primeiros meses de aula no formato *on-line*, visto que imaginava, assim como toda a comunidade acadêmica e sociedade, que logo retornaremos ao cotidiano conhecido. Mas, infelizmente, o que permaneceu foi uma eterna fermata<sup>5</sup>. Trazendo uma comparação entre a música e a minha vida, considero a vida na terra como uma grande obra musical, e a pandemia foi para mim uma grande fermata que estava em um determinado momento da peça. Essa fermata em particular trouxe um peso para aquele momento da obra, ou seja, para a vida. Cuervo e Santiago (2021, p. 360) explicam que, embora fosse um sentimento de acolhimento para boa parte dos estudantes que se encontravam abatidos e isolados em suas casas, também houve casos de exclusão pela falta de acesso às tecnologias demandadas do ERE na UFRGS.

Refletindo sobre esta falta de sentimento de pertencimento que foi acentuada pelo ERE, pareceu uma ruptura com a noção de comunidade que recém estava sendo criada. Como explica bel hooks (2021, p. 21), em seu livro *Ensinando comunidade*, existem desafios no âmbito educacional que nos afastam de uma comunidade.

Um dos perigos que encaramos em nossos sistemas educacionais é a perda do sentimento de comunidade, não apenas a perda de proximidade com as pessoas com quem trabalhamos e com nossos alunos e alunas, mas também a perda de um sentimento de conexão e proximidade com o mundo além da academia.

---

<sup>5</sup> Segundo o Dicionário online de Português (2023), fermata significa: “Suspensão do compasso, para que o executante prolongue a nota por tempo indeterminado”.

O isolamento social trouxe consequências em todos os sentidos, alguns bons e outros ruins. Questões como as preocupações financeiras, decorrente da queda do poder aquisitivo, dentre outros problemas, na falta de possibilidade de estarmos juntos, presencialmente, as telas trouxeram uma oportunidade, mas agravantes também quando utilizadas em excesso, principalmente no meio musical. A fadiga digital instaurou e neste caso dentro da acadêmica foi algo notório, como comenta Santiago (2021, p. 28):

A imensa velocidade na qual ocorrem os processos digitais sob a forma de mensagens de texto, gravações de áudios, publicações de imagens, envio de e-mails e criação de conteúdo audiovisual, somada ao enorme volume de interações e conexões online, imprimem ritmo acelerado à rotina do musicista contemporâneo. Para dar conta dos diversos afazeres digitais, cada qual muitas vezes operado através de uma plataforma específica, o profissional da música desdobra-se em muitos, atuando também como comunicador, produtor executivo, promotor, designer, videomaker e gestor de mídias sociais. A enorme quantidade de energia despendida durante o uso das novas tecnologias evidencia a sua lógica tecnocêntrica, apontada por Bauer ([2020]) como um dos empecilhos identificados por educadores no emprego das tecnologias educacionais. (Santiago, 2021, p. 28).

Pensar em estudar música no formato *on-line* me remetia a uma aprendizagem com defasagem e pouco aprendido, visto que, especificamente neste caso, eu não esperava tornar meu quarto em sala de aula, sem contar que os recursos necessários para participar das aulas me faltavam. Aparelho celular e ou computador, fone de ouvido, acesso à internet, esses eram instrumentos básicos para a participação nas aulas, mesmo que não todos antes citados, obrigatório. No meu caso particular, professores com o qual me aproximei mesmo das aulas no formato *on-line*, se sensibilizaram e me auxiliaram com alguns materiais e recursos que comentei anteriormente. Mas, tenho em mente que fui exceção à regra. Para situações assim, me recordo de pensar no quanto o Ensino Remoto Emergencial de fato deveria ser passageiro e terminar logo através da disseminação do vírus e retorno das aulas presenciais na UFRGS.

Conforme Ferreira (2020, p. 14), houve grande segregação social na implementação do ensino remoto, em especial com divisões de classe social e raça. A autora retoma o conceito de *apartheid* digital resgatado de Sabbatini (2000, *apud* Ferreira, 2020, p. 14):

*Apartheid* é uma palavra que significa separação. Foi um regime de segregação racial implantado na África do Sul até a democratização do país. Segundo Sabbatini (2000), *apartheid* digital é a expressão utilizada para caracterizar a separação, o abismo de diferenças formado entre a parte da população que usa computador, acessa a internet etc., e os que não têm

acesso a esses recursos. É um gigantesco e dramático fosso entre uma minoria “plugada” no mundo moderno e uma grande massa “sem-internet”. No Brasil, essa segregação entre aqueles que têm acesso à tecnologia digital e os que não têm é transversalizada pelas dinâmicas do racismo, colocando majoritariamente a população negra na experiência da exclusão tecnológica, que por sua vez promove uma exclusão socioeconômica.

Eu passei por exclusões de variadas naturezas, pois houve uma verdadeira sobrecarga de atividades e competências demandadas na formação acadêmica. Somado a isso, enfrentei diversos problemas relacionados ao ambiente familiar e à saúde de pessoas próximas a mim. Seguindo meses de aulas *on-line*, o agravamento da situação pandêmica trouxe uma piora nas questões psíquicas e mentais por mim percebidas, justamente porque a realidade atual na época era de total preocupação com a saúde de familiares e amigos. O pico de infectados se instaurou nos meses iniciais do ano de 2021<sup>6</sup>, se encontrando em níveis alarmantes. Já existia a possibilidade de vacina, mas o governo federal da época em questão se encontrava dedicado a não pensar neste viés de cura e houve muita morosidade (Ray, 2020; Cuervo e Santiago, 2020), mesmo com pesquisas científicas recentes mostraram resultados positivos no combate ao vírus. Sendo assim, chegou um determinado momento ainda nesta época que a infecção pelo vírus era quase que inevitável, havia um número alto de infectados pelo Brasil e por consequência, por este vírus ser algo novo para o organismo humano, havia juntamente com o número de infectados, um número alto de mortes provocadas por complicações causadas por este vírus.

Lidar com estudos de forma remota, ainda mais neste momento, tornou-se mais difícil quando me deparei com a morte pela primeira vez através da perda de um parente muito próximo. Foi e ainda é doloroso pensar nesta época. Conforme meus arquivos pessoais ligados ao PIBID, registrei em meus diários de bordo<sup>7</sup> momentos que passei por isso em reuniões, presenças e ausências:

*Eu infelizmente estava me sentindo muito mal, totalmente desenhada. Depois que todos falaram eu comentei um pouco sobre o que estava acontecendo comigo e não resisti ao choro, foi algo muito forte. Esse processo de luto é muito dolorido, mas eu com certeza estaria lá se não fosse os estudos me resgatar e me trazer a realidade aos poucos. Foi a primeira perda que tive nesses 21 anos de vida. E infelizmente foi um dos meus pilares que me deixou. Esse processo é lento e difícil de lidar. Após dividir com eles um pouco de mim, e receber suas palavras de conforto, me senti mais amada. Foi muito bom. (Arquivo pessoal, abril/2021).*

---

<sup>6</sup> “[...] pico de mortes em abril, 2021 tem mais da metade de óbitos da pandemia”, 30/04/2021, Uol, Saúde.

<sup>7</sup> Relatos pessoais serão descritos em itálico para diferenciar de citações de autores.

Neste depoimento, fica claro o inicial sentimento de desconexão, de falta de pertencimento gerado pelos problemas pessoais e pela pandemia. Seguir pensando nos estudos de música, sendo que sua saúde mental se encontra abalada, torna-se uma tarefa extremamente difícil, isto porque quando nossa mente sofre esse choque há determinadas reações que sofremos que afetam nossa aprendizagem, atenção, alimentação, acarretando muitas mudanças psíquicas e físicas. Justamente a música, que poderia ser minha aliada neste processo, me faltou.

Dentro da rotina acadêmica existe uma forma de se caminhar o fazer pedagógico, mas nada pensando para se fazer dentro de uma situação emergencial e remota. Explorar e aprender mais sobre canto era meu desejo, mas neste momento as telas me trouxeram um distanciamento desta prática do cantar.

## **2.2. Canto na pandemia**

Diante da pandemia de Covid-19 e todas as demandas de confinamento social, as práticas musicais presenciais e coletivas ficaram totalmente inviabilizadas, assim como o canto individual presencial orientado por um(a) professor(a). O convívio agradável com os colegas de curso, conversas e práticas musicais formais ou informais ficaram totalmente prejudicados.

Essa situação, somada às imposições de limitações financeiras, de saúde física e mental e todo o temor pelo contágio da doença, naquele momento podendo ser letal e sem vacina no Brasil, levou a um estado de abalo emocional e desgaste mental muito grandes. Como lembram Louro *et al.* (2020), o risco de contágio na prática musical de canto era dos maiores que existia no ápice da pandemia, exigindo protocolos rigorosos de distanciamento, higienização e diversos procedimentos.

É importante lembrar que não somente os estudantes encontraram dificuldades e limitações, mas toda a comunidade acadêmica, inclusive docentes. Não foi diferente na música, com alguns docentes mais fluentes e outros menos nas tecnologias exigidas, como programas de *lives*, reuniões por vídeo-conferência, captação e projeção de som e imagem etc. Ray (2020) disserta sobre isso, alertando sobre a postura rígida de alguns professores que achavam insubstituível a experiência presencial e acabaram resistindo às demandas do ensino virtual:

Conseqüentemente uma grande insegurança foi instaurada no processo: de um lado professores ensinando sem esperarem o devido retorno por parte do aluno, de outro lado, o aluno frustrado e sem orientação precisa de como continuar se desenvolvendo com os recursos disponíveis (Ray, 2020, p. 289).

Um dos maiores desafios nesta época foi praticar meu instrumento. Cantar se tornou algo penoso, difícil de se fazer, justamente porque os meus sentidos estavam aéreos, vagos e inconsistentes. Questões outras que se somaram em relação a família e trabalho, me levaram a um *quase* eterno silêncio. O cantar justamente me parecia distante com uma voz embargada.

Durante as aulas de canto nesta época, em muitos momentos eu não conseguia me dedicar a estudar o repertório proposto. A minha voz estava mais fragilizada, a minha região de passagem estava deslocada, eu sentia minha voz mais sopro e cansada. Esses sintomas vinham em muitos momentos eu não conseguia controlar. Simplesmente acordava e minha voz estava assim. E ainda, pensando hoje sobre o meu estado psicológico, eu poderia dizer que me encontrava emocionalmente abalada. Fontana (1991, *apud* Louro *et al.*, p. 10, 2020) comenta que a pandemia teria um potencial estressor, de situações de grandes tensionamentos. A concentração, aumento de índice e demora para reação à estímulos foram percebidos por ele como sendo questões importantes, e traçando um paralelo com os estudos musicais, esses sintomas do alto nível de estresse podem vir a prejudicar a performance musical e seus estudos.

É importante mencionar que essas impressões pessoais no decorrer das aulas ficaram visíveis também no repertório, obviamente. Quase que instintivamente procurava canções mais lentas, com um teor mais dramático e inclusive canções que me remetiam à morte ou à partida de alguém.

Recordo também que esta procura por canções em com um teor mais dramático me acompanhou até a construção do meu repertório para o Recital de Formatura em Canto que ocorreu na metade do curso de Licenciatura em Música, sendo a conclusão deste recital como pré-requisito parcial da minha formatura. É importante comentar que a construção deste repertório erudito durante os anos de estudo de canto foi intensamente árdua por várias razões, sinto que com certeza seria diferente se por exemplo eu não tivesse passado por um luto tão difícil.

Durante meu processo de estudo, eu me recordo, por exemplo, de algumas aulas em particular, após finalizar a aula online o sentimento de perda, de fracasso e insatisfação me tomava e me emocionava muito. Em alguns momentos específicos, me faziam chorar. Tanto pela minha condição mental atual da época, quanto pela perda recente.

Ao longo do curso de música, fui ressignificando coisas dentro de mim e, na medida em que podia honrar meus sentimentos, passei a prestar mais atenção e dar espaço para sentir o que precisasse. Mas, até chegar a estes momentos, tive que enfrentar dificuldades no caminho para tentar entender novamente a minha voz. Pensando nisso, procurei professores particulares para me auxiliar nos cuidados vocais, ajuda com o repertório, e conseguir seguir no curso e suas demandas avaliativas.

Com essas minhas experiências surgiu então a necessidade de procurar mais especificamente como as emoções de maneira geral afetam a voz. À medida que essas questões foram crescendo em mim, fui me dando conta sobre os aspectos que podem enfrentar a voz cantada também, principalmente no que se refere a emoções negativas, ou situações de alto estresse, depressão, luto, entre outros, justamente porque havia experienciado certos aspectos dessas situações. Percebi que havia pouco espaço de discussão no que se refere às questões trazidas aqui dentro da academia. Desta forma, foi a partir deste meu processo pessoal de enfrentamento do luto, que surgiram os questionamentos envolvidos neste TCC. Sendo assim, foi por este motivo que me propus através deste trabalho estudar a temática de “voz enlutada” e foi através das vivências pessoais que pude perceber que essa temática não só é pouco discutida na academia, quanto dentro do próprio ambiente educativo musical.

Escrever sobre este processo foi e segue sendo um desafio, mas, também, uma forma de lidar com essas lembranças e processar os sentimentos e experiências educativas vivenciadas ao mesmo tempo. É neste anseio por uma educação libertadora que valoriza os saberes e cultura do aluno, como apregoa Freire (1989; 1996), e fala educando que também é trabalhador, como foi meu caso: “Cultura é também a maneira que o Povo tem de andar, de sorrir, de falar, de cantar, enquanto trabalha (Freire, 1989, p. 32). Esta educação consegue mobilizar as experiências pessoais, cujos impactos são definidos por hooks como ser: “[...] capaz de se dirigir diretamente à dor que está dentro das pessoas e oferecer-lhes palavras de cura, estratégias de cura, uma teoria da cura” (hooks, 2013, p. 97).

Neste período, senti maior dificuldade em encontrar motivação interna para seguir com os estudos de música, sentia minha voz fraca, rouca, soprosa, e já notava certa dificuldade nas regiões de passagem. Também passei a trabalhar mais intensamente posteriormente em uma ocupação fora da área da música, o que

impactou negativamente na qualidade de vida, em especial no sono. Disso decorreu uma privação de sono importante, que também impactou no canto.

Ao mesmo tempo em que lidava com as minhas questões pessoais sobre o canto na pandemia, também levei para meus trabalhos acadêmicos essa preocupação. Em um relato de experiência apresentado no Seminário PIBID (Nascente *et al.*, 2022) abordamos nossos planejamentos educativos cujo tema central era a musicalidade da voz no ensino remoto. relatei a confecção de um sussurrofone<sup>8</sup> como objeto de trabalho nas escolas, sobre autopercepção da voz, o qual poderia ser empregado mesmo com uso de máscara no caso de ensino presencial ou híbrido na época. Falamos sobre como a voz carrega consigo a história de vida de cada pessoa e objetivamos:

[...] pensar a produção vocal sobre diferentes perspectivas e práticas interdisciplinares do ensino remoto, proporcionando uma valorização da voz enquanto recurso/instrumento expressivo e imprescindível, fomentando a tomada de consciência sobre saúde, educação e musicalidade da voz (Nascente *et al.*, 2022, p. 278-279).

Desse trabalho também surgiu uma das únicas possibilidades de interação presencial coletiva ainda durante a pandemia, na instalação do Mural Sonoro-Cênico-Visual do projeto de extensão CriatividARTE PIBID/UFRGS (2022). Fomos nas escolas instalar os objetos criados a partir de nossas pesquisas individuais em casa, e ao menos, assim, encontrei, “olho-no-olho”, com máscaras, colegas pibidianos(as). Este processo criativo foi registrado no Fanzine<sup>9</sup>.



Imagem 1. *Fanzine CriatividARTE*, p. 9 – confecção do Sussurrofone, Milena Nascente e Thainá Gabriela Santos.

<sup>8</sup> Para Nascente *et al.* (2022, p. 282), o sussurrofone é um: “[...] objeto de autopercepção fonológica chamado de *whisper phone*, [...] um instrumento utilizado por fonoaudiólogos para trabalhar elementos da fala e leitura dentro de espaços pedagógicos de ensino e que pode ser útil também para atividades envolvendo a musicalidade da voz falada ou cantada. Neste caso da experiência didático foi construído um Sussurrofone com cano de PVC.

<sup>9</sup> A versão digital do Fanzine pode ser acessada pelo link: <https://linktr.ee/criatividarte>



Desse modo, como uma auto-reflexão e necessidade de estudos para entender melhor o que se passa comigo na esfera pessoal e artística, surgiu o mote temático deste TCC. Buscar subsídios científicos para entender o que acontece com a voz enlutada, se existem características em comum com as pessoas que passam por estas situações, e o quanto a prática de canto, quando bem orientada, pode trazer benefícios para estes sujeitos.

### 3. METODOLOGIA

Este trabalho emprega uma revisão bibliográfica narrativa sobre o tema do canto com a voz enlutada e desenvolve seus desdobramentos e articulações temáticas de forma interdisciplinar. Contudo, busco ilustrar as reflexões com relatos pessoais sobre episódios no ingresso no curso, em 2020, e vivenciados ao longo da pandemia, cuja ocorrência inédita e avassaladora impregnaram as minhas experiências.

Foi averiguada a possibilidade de elaborar um relato de experiência, entretanto, devido às complexidades e temáticas sensíveis que essa configuração e escrita demandaria, optamos por manter a discussão no âmbito teórico. De maneira a considerar as experiências pessoais de maneira selecionada, pontual, enfim, o TCC tomou esta forma, visto que a escrita sobre mim mesma é bastante fluída, porém percorre caminhos delicados e sensíveis, inclusive de gatilhos emocionais, sobre os quais prefiro preservar.

Ao constatar a pouca produção acadêmica sobre o tema da voz e do canto em situação de luto, entendo que a pesquisa neste campo corrobora a criação de espaços para discussões destas subjetividades na educação musical. Ray (2020) ressalta a importância de relatos de experiência das práticas musicais envolvendo os tempos da pandemia, como forma também de mostrar caminhos possíveis diante de adversidades.

A revisão bibliográfica é fundamental para a escrita de um texto científico, independentemente do gênero: uma tese, uma dissertação, um projeto ou a escrita de um artigo científico de revisão. Gil (2002) defende a pesquisa do tipo bibliográfica:

[...] a principal vantagem da pesquisa bibliográfica reside no fato de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente. Essa vantagem torna-se particularmente importante quando o problema de pesquisa requer dados muito dispersos pelo espaço (Gil, 2002, p. 3).

A revisão bibliográfica possui como objetivo fornecer um panorama do conhecimento existente sobre um tópico, identificar lacunas na literatura e oferecer *insights* para pesquisas futuras.

Diferente da revisão bibliográfica integrativa ou sistemática, o tipo de revisão adotada neste trabalho é a narrativa, por ser um estilo mais livre que não pretende, em si, esgotar o tema em suas fontes. Se adequa a este trabalho porque na revisão

narrativa: “A seleção dos estudos e a interpretação das informações podem estar sujeitas à subjetividade dos autores” (Biblioteca Mattos, 2015, p. 3).

De modo a organizar as etapas e os procedimentos demandados para o alcance dos objetivos deste TCC, foi elaborado um plano de trabalho cujo cronograma encontra-se a seguir:

### CRONOGRAMA TCC

ETAPAS (em 2 semestres) - descrição	TCC 1	TCC 2
1. Primeiras discussões, manifestação de possível interesse/tema. Leitura dinâmica geral inicial (voz, canto, luto - 3 a 10 publicações)		
3. Reflexão crítica e estruturação metodológica. Orientação acadêmica.		
4. Primeiro registro em ideias – palavras-chave, buscadores, tempestade de ideias. Doc online (diário de bordo TCC)		
5. Reflexão crítica e estruturação - discussão da problemática de pesquisa, fundamentação teórica, produção textual.		
6. Redação do pré-projeto (TCC 1). Apresentação/qualificação para banca.		
7. Redação final do trabalho com correções. Revisão final das normas ABNT e acadêmicas. Data final: janeiro/2024		
8. Apresentação, orientação e <i>feedback</i> da banca final.		
9. Envio do trabalho para o repositório acadêmico LUME em vista da colação de grau.		
10. Divulgação do trabalho em eventos acadêmicos e submissão em publicações da área.		

Estas etapas não formaram uma sequência rígida de ações, mas o seu delineamento busca organizar e delinear possíveis caminhos a serem desenvolvidos. Embora o início do trabalho partisse de estudos e debates sobre qual seria a melhor metodologia adotada, a temática de pesquisa sempre foi bastante nítida para mim. Neste sentido, ao decorrer do trabalho fui me aproximando cada vez mais da revisão bibliográfica narrativa que compõe o tipo de trabalho que por fim adotei para criação deste TCC.

É possível afirmar que a metodologia deste trabalho seguiu o caminho natural do TCC, o qual sempre foi o de atender a uma demanda mobilizada na esfera pessoal: cantar com a voz enlutada. Sendo assim, o objetivo principal deste trabalho é entender

o que se passa com a voz enlutada na prática de canto, e dentre seus objetivos específicos, busca, também, questionar a educação bancária no ensino de canto, em direção a uma prática de canto sensível, que contemple as dimensões socioafetivas e bagagens emocionais do sujeito.

Para chegar estudar tais temas foi necessário buscar fontes das áreas da Educação e Educação Musical, áreas da saúde como a Fonoaudiologia e da Psicologia, para tratar do processo educativo e das reações e manifestações emocionais, fisiológicas e socioculturais do sujeito que canta e se encontra emocionalmente abalado pelo luto.

## 4. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A voz é um recurso de expressão das emoções através da manifestação do discurso falado ou cantado, carregando a nossa história, nossas alegrias, tristezas, referências culturais e sociais (Welch; Preti, 2018).

Se as emoções e os afetos contidos no repertório musical podem ser expressos na interpretação da prática vocal individual ou coletiva, também cabe pensar sobre a situação inversa: o estado emocional abalado pelo luto como fator influenciador da performance vocal.

Welch e Preti (2018) discutiram as interfaces do canto como comunicação e expressão das emoções, entendendo essa atividade como grande mobilizadora de emoções, numa relação simbiótica.

Essa integração da experiência musical inicial com seus correlatos afetivos pode ser interpretada como o capital emocional básico, um recurso que é empregado à medida que os humanos em desenvolvimento interagem, se relacionam, lidam com e dão sentido a seus ambientes sonoros diretos e ampliados (Welch; Preti, 2018, p. 206).

Para entender os possíveis efeitos do luto sobre uma voz humana na prática de canto, previamente se faz necessário compreender de forma mais básica o que é e como funciona a voz. Para isto, foi necessário pesquisas e estudos para chegar a tais conclusões, agora divididas neste trabalho.

### 4.1. A voz falada e cantada

É importante partir da convicção de que a voz faz parte do corpo e do comportamento humano, e é através dela que nos comunicamos mais efetivamente com os nossos iguais, ou seja, os outros seres humanos. Desta forma, temos que a voz faz parte do que somos e sua importância se dá por trazer uma característica específica da humanidade, justamente a comunicação. O falar vem da voz, e nela surge possibilidade da comunicação.

A educadora musical e pesquisadora da voz Amato (2017, p.18) comenta que: “A voz é meio de comunicação social e expressão artística. A voz falada dimensiona-se como principal instrumento de comunicação cotidiano utilizado pela maioria das pessoas.”

A voz humana é múltipla em sua potencialidade, ela pode servir como um recurso para comunicação como também ir além para um objeto de expressividade

humana. À medida que desenvolvemos a nossa capacidade de comunicação e exploramos naturalmente a voz para fazer parte do nosso dia a dia, a voz se demonstra parte do convívio social, ela comunica e expressa, ela se torna um dos bens mais ricos do ser humano por sua multiplicidade. Ela expressa emoções boas e ruins, comunica independente da intenção, é de fato um recurso cotidiano. Desde os primórdios temos que a voz, falada ou cantada está presente na humanidade. Faz parte da nossa característica humana utilizarmos ela para a nossa comunicação.

Quando ainda na fase inicial de vida, utilizamos o choro para demonstrar alguma insatisfação ou necessidade, ao passar do tempo e convívio passamos a entender quais outros possíveis mecanismos de comunicação podemos utilizar. Welch (2003, p. 3), baseado em seus estudos sobre o canto ao longo da vida, afirma que os bebês, em suas primeiras vocalizações, se relacionam com estados emocionais como choro ou euforia. Ou seja, a voz, como antes comentado, é expressão de alguma necessidade primordial.

Existem reações físicas e comportamentais que podem transmitir emoções através da voz e o choro é algo ligado a emoções fortes e primordiais, como dor ou alegria profunda, até mesmo “chorar de tanto rir”, ou seja, comportamentos exaltados. Falar com a voz chorosa na vida adulta manifesta fragilidade e entristecimento no tom da voz. Porém não é possível criar escalas e padrões, pois cada pessoa vivencia o luto de uma forma, e reage de maneira única.

Levando em consideração as relações entre a voz, a fala e o canto neste trabalho, é importante comentar que existe uma diferença entre voz cantada e falada, mesmo que a configuração anatômica de emissão seja a mesma, pois existem mecanismos diferentes que funcionam sobre diferentes intensidades a depender do utilizador e sua intenção.

Barbosa (2005) cita Friedman para lembrar que a fala envolve pelo menos três dimensões, a orgânica, relativa ao ser biológico, a psíquica e suas subjetividades e a social, associada às experiências na vida cotidiana.

Welch (2012, p. 14) diz que: “As características prosódicas da fala são similares às da música no que tange à altura, a extensão e o contorno, a variação de intensidade, o ritmo e o tempo, e ambas — linguagem e música — são regidas por uma gramática”. Para desdobrar essa afirmação, tem-se que:

Vários estudos revelam que cantar é essencialmente diferente de falar, uma vez que o controle central está em um local distinto no cérebro e a

musculatura do trato vocal move-se de maneira dessemelhante. O canto deve ser entendido como uma forma de comunicação e expressão dos sentimentos, tanto quanto a fala, sem dicotomizar a racionalidade que está presente na voz falada e a emoção inserida profundamente na voz cantada. (Costa; Andrada e Silva, 1998, *apud* Amato, 2017, p. 19).

É relevante exemplificar quais são as partes (sistemas) do corpo humano que se relacionam com a produção vocal, a voz, que é justamente o som que produz a nossa voz, que acarreta a produção da voz falada e conseqüentemente a voz cantada. Amato (2017, p. 65) argumenta que podemos considerar o sistema respiratório (vias aéreas superiores, pulmão, e músculos respiratórios), aparelho fonador e articuladores da cavidade bucal (língua e dentes) como as bases para a produção vocal. E sobre o sistema respiratório, segundo Amato (2017, p. 65), funciona da seguinte forma:

A respiração fornece o ar, que é a matéria prima básica para a vibração das pregas vocais e a produção do som de nossa voz, que se dá a partir do fluxo expiratório que passa pela laringe. Por isso, respirar com eficiência é o mais importante pré-requisito para falar e cantar bem. (Amato, 2017 p. 65)

Além destes sistemas citados, Amato (2017) também inclui o sistema circulatório ou cardiovascular e o próprio sistema digestivo, mas estes em segundo plano. Como parte da anatomia corporal humana e sua relação com a fisiologia da voz, temos ainda segundo Amato (2017) o Sistema Nervoso Central (SNC): “[...] que contém a maior parte dos corpos de celulares de neurônios”, o Sistema Nervoso Periférico (SNP): “[...] que conduz “informações” a partir das várias partes do corpo para o sistema nervoso central e recebe “respostas” deste.” e o sistema endócrino. (Amato, 2017, p. 67 e 68).

Embora seja evidente a relação entre corpo, voz, movimento, expressividades na performance, enfim, como manifestações das emoções através do canto, é comum encontrar relatos que denotam poucas abordagens nesta visão integradora do sujeito que canta. Um estudo que confirma esta impressão foi realizado por Braga e Pederiva (2008), no qual foram investigados participantes cantores do Coro Lírico do Teatro Nacional Cláudio Santoro (Brasília/DF). Encontraram que o desenvolvimento da corporeidade não dialoga com a performance do canto, enquanto elementos físicos e emocionais eram considerados menos importantes em detrimento da supervalorização de processos intelectuais e técnicos. Já no estudo de Lima (2016), observou-se que desconsiderar a corporeidade em movimento nos métodos de ensino

de canto tradicionais e enrijecidos poderia inclusive causar experiências traumáticas para os coralistas.

O estudo de Braga e Pederiva (2008, p. 212) constatou que: “[...] cantores líricos têm uma tendência a não vivenciar seus corpos como unidade: mente-físico-emoção, ou seja, a sua corporeidade”. Justamente o aspecto emocional da prática vocal de canto parece ser o elemento mais negligenciado, com problemas como cansaço físico e mental ou dificuldades emocionais sendo camufladas de modo a não transparecer na performance artística (Braga e Pederiva, 2008).

Em comparação entre voz adulta e infantil, neste sentido contribuir para a compressão entre diferentes vozes humanas e nas suas idades, segundo Amato (2017, p. 70) a voz infantil e a adulta diferem-se pelo sistema respiratório por conta do condicionamento e armazenamento de ar que é menor no sistema respiratório infantil e a posição da laringe que neste caso encontra-se mais alta em relação a uma voz adulta.

Entre os sistemas respiratórios e fonatórios, o aparelho fonador é o sistema que mais atua na produção vocal, mesmo possuindo todos os mesmos órgãos do sistema respiratório (Amato, 2017, p. 71).

Levando em consideração a necessidade de compreender as bases de desenvolvimento da voz humana para sua produção, temos dentro do aparelho fonador a laringe, onde se encontram as pregas vocais que são justamente músculos que vibram a partir de estímulos e uma energia vital, que é o ar. O processo de produção da voz acontece através deste estímulo, indo a cavidades de ressonância até sua amplificação. Amato (2017) exemplifica com a seguinte explicação:

Na laringe, estão as pregas vocais, dois músculos que ficam na posição horizontal, lado a lado. Quando elas vibram, produzem um som básico (*buzz* laríngeo). Esse som produzido pelas pregas vocais passa da laringe à faringe e chega a outras cavidades de ressonância, como a boca, o nariz, e os seios paranasais. Nessas cavidades, o som é amplificado e assim chega àquela qualidade que percebemos como sendo a voz. (Amato, 2017, p. 72).

Desta forma, temos que a produção da voz humana envolve uma complexa relação entre vários mecanismos de sistemas que trabalham em conjunto para a sua produção e funcionamento. Com Amato (2017) fica exposta a grande complexidade e riqueza que está presente na produção da voz. Portanto, podemos destacar com este estudo que a voz humana é o som produzido pelas pregas vocais ao vibrarem (pelo estímulo, o ar) na laringe dentro do aparelho fonador que se encontra na parte superior



do corpo humano, na cabeça. Ainda no aparelho fonador este som passa por outras transformações nas cavidades de ressonância até chegar aos articuladores, para por fim produzir a fala, ou canto.

#### 4.2. O luto

Em todas as culturas do mundo existem diferentes maneiras de manifestar as emoções do luto pela perda de um ente querido. Há despedidas ritualísticas, cânticos de lamento, manifestações de tristeza, choro e sofrimento, em geral, mas também de alegria pela passagem, conforto emocional.

É possível, afirmar, no entanto, que ninguém deseja perder algo que gosta muito, algo que para esta pessoa possui uma importância, um valor pessoal, um afeto. Em determinadas fases da vida somos colocados em posições de intenso desconforto, momentos que infelizmente não podemos controlar. Perder algo do qual temos um grande vínculo também não escapa disso.

Perder coisas do qual gostamos durante a vida, infelizmente faz parte do viver, e em geral as pessoas entendem isso ao decorrer do tempo. A depender do que se perde, buscamos outros meios para substituir o objeto perdido. Mas, ainda sim, a depender do que se perde não há esta possibilidade de substituição. E isso é algo que com o tempo também se entende.

Aquele algo que um dia estava presente, não estará mais disponível para acessarmos, então entendemos que o que fica é a falta, é o eco da perda, é a sensação de desconforto por não ter mais algo que gostávamos ou tínhamos um relação que era constantemente alimentada e intensamente vivida. É uma frustração ter que quebrar com determinados vínculos. De acordo com Bowlby (1973/1980, *apud* Ramos, 2016): “O luto reflete a frustração de uma necessidade básica de vinculação, que é manter a proximidade com uma figura significativa, bem como o romper de um significado de segurança na vida.”

Segundo o dicionário de psicologia (*American Psychological Association*, 2010) o luto é:

O processo de sentir ou expressar tristeza após a morte de um ente querido, ou o período durante o qual isto ocorre. Ele envolve tipicamente sentimentos de apatia e abatimento, perda de interesse no mundo exterior, e diminuição na atividade iniciativa. Essas reações são semelhantes à depressão, mas são menos persistentes e não são consideradas patológicas. (Tradução nossa).

Parkes (1998, *apud Msawa et al.*, 2022) acredita que o luto é uma transição psicossocial, ou seja, que envolve uma relação entre o indivíduo enlutado e o mundo em que vive, sendo assim o luto deve ser compreendido como um processo e não como um estado. Um processo que é moldável à medida da necessidade do enlutado. Dentre as diferenças de processo do luto, para Parkes (1998, *apud Msawa et al.*, 2022) temos o luto comum e o patológico. O luto comum trata-se de três etapas em que o indivíduo passa de maneira geral, e elas são as 1. entorpecimento, 2. ansiedade 3. desorientação e aflição. Após essas etapas, Parkes (*apud Msawa et al.*, 2022) finaliza: “[...] Com o passar do tempo, a intensidade das dores do luto comum vai diminuindo, e inclinam-se a retornar em dias específicos, nos quais a ausência do falecido é mais lembrada” (Parkes, 1998, *apud Msawa et al.*, 2022, p. 3).

Dentre os vários significados sobre o luto que Ramos (2016) traz de seus estudos, Bowlby citado por ela, contribui descrevendo estágios que a pessoa em estado de luto passa. Segundo Bowlby, citada por Ramos (2016):

Quatro estádios ou fases que um indivíduo supostamente tem de passar para que a perda da vinculação seja reconhecida e a recuperação se dê por concluída. A primeira fase é o choque onde o indivíduo não reconhece a perda. De seguida entra a fase de protesto em que o indivíduo procura e anseia pela pessoa perdida. A terceira fase é o desespero que ocorre quando o indivíduo se apercebe que a perda é permanente. A quarta e última fase é a aceitação que ocorre quando o indivíduo se adapta à perda e começa a retomar o seu funcionamento normal. A adaptação ao luto é o resultado de uma interação entre duas forças de vinculação opostas: a necessidade de manter a proximidade com a pessoa perdida e a necessidade de desvinculação para investir noutras relações. (Bowlby 1973/80, *apud Ramos 2016*, p. 4).

Na educação, Freire (1996) fez instigantes questionamentos que muito bem se adequam ao sentimento de dor e perda que a pandemia trouxe, defendendo que o currículo deveria contemplar assuntos áridos numa ótica sociocultural, de acolhimento e sensibilidade com a realidade do educando. Em suas palavras: “[...] Por que não discutir com os alunos a realidade concreta a que se deve associar a disciplina cujo conteúdo se ensina, a realidade agressiva em que a violência é a constante e a convivência das pessoas é muito maior com a morte do que com a vida?” (Freire, 1996, p. 32). O que acompanhamos pelas notícias em redes sociais, somadas às situações das esferas familiares, pesadamente afetadas pelo luto e tristeza. Na expectativa pela vacina, quantas vidas foram perdidas, sem terem sequer a chance de uma despedida serena.

Repensar os valores da vida em decorrência de um luto e seu sofrimento foi um processo vivenciado por mim, e discutido por diferentes autores. Marinho *et al.* (2007) também citam Parkes (1998) para exemplificar as mudanças drásticas pelas quais podem passar indivíduos nessas condições:

Quando alguém morre, uma série de concepções sobre o mundo, que se apoiavam na existência da outra pessoa para garantir sua validade, de repente passam a ficar sem essa validade. Hábitos de pensamento construídos ao longo de muitos anos precisam ser revistos e modificados; a visão de mundo da pessoa precisa mudar. (...) (Parkes, 1998, p. 114).

É possível analisar o luto por diferentes óticas, como pelos seus sintomas ou pelas suas fases, como dito anteriormente. Estes mesmos autores Marinho *et al.* (2007) mostram esse panorama de sintomas e comportamentos que podem caracterizar o luto. Eles concordam que é necessário considerar aspectos socioculturais envolvidos no processo e afirmam que:

Será a partir do processo de luto, compreendido como transição psicossocial, que a pessoa irá, de certo modo, assumir uma nova identidade. À medida que se apropria de um novo modelo de mundo, de novos papéis e de um novo repertório de soluções para os problemas da “nova” vida (Marinho *et al.*, 2007, p. 11).

Os autores citam diversos trabalhos que classificam estágios do luto, como negação, isolamento, raiva, choque, dor, protesto, desespero, adaptação, restituição, entre outros e fazem a interessante observação de que nem sempre a dor do luto refere-se somente à perda de um ente querido, podendo ser relativa à perda de emprego, de status social etc. (Marinho *et al.*, 2007).

A tristeza pela saudade da perda é um processo natural do luto (SUS, 2022), porém quando o tema causa dor sempre que mencionado em forma de “gatilho”, pode se caracterizar como um luto prolongado, um distúrbio mental descrito pela OMS (SUS, 2022). Nele, há dificuldade extrema da pessoa em manter-se envolvida de forma funcional na sociedade, e sintomas se fazem presentes, como: isolamento e retração social; dificuldade de concentração, dificuldade de realizar interações sociais positivas, sofrimento agudo (SUS, 2022). Em pessoas adultas, pode haver ainda dificuldade de valorizar a vida e o momento presente, sentimento de incapacidade diante das demandas cotidianas.

Não é possível esgotar o assunto devido ao tempo e espaço deste trabalho, mas cabe ainda algumas palavras sobre um tipo de luto próprio no período contemporâneo: o luto virtual. Antes mesmo da ocorrência da pandemia, Gurgel *et al.* (2011) explicam que o conceito de luto virtual veio ainda na década de 90, e se

preocupam em contextualizar o luto mediado por computadores como um fenômeno social urbano. Em sua pesquisa, citam a existência de espaços de manifestações de luto em redes sociais e conduções do perfil das pessoas falecidas, sites de cemitérios virtuais, blogs etc., problematizando a pessoalidade, a coletividade e discussões inerentes ao complexo processo de enlutamento também no mundo virtual. Este contexto tomou novas proporções ao longo da pandemia de Covid-19 devido ao isolamento social.

Muitas pessoas ficaram privadas de vivenciar presencialmente o luto em situações de velórios e despedidas sociais, incluindo conforto religioso, pois não havia possibilidade de reunir grupos nos momentos mais dramáticos da pandemia e pelos altos riscos de contaminação. O luto virtual, portanto, foi um recurso legítimo de manifestação, desabafo, partilha entre contatos de uma rede social, por exemplo, também vivenciado por mim. Nesta época publiquei em minhas redes sociais:

*Difícil lidar com sua partida. Ta difícil seguir em frente, ta difícil entender que você se foi.. é a garganta que embarga, é o peito que dói, é uma saudade imensa! Eu sinto tudo e ao mesmo tempo eu não sinto nada, é um vazio sem fim...mas, eu juro que estou tentando seguir, vó! Eu te amo pra sempre, obrigada por me ensinar tanto e trazer tantas coisas boas para minha vida. Hoje eu escrevo: Gratidão. Seguindo. Saudade. ♥ [Nascente, arquivo pessoal, 04/04/2021]*

Enfim, o caminho das dores até a chegada em um sentimento de serenidade e saudade é longo, tortuoso e incerto, cujo tempo pode ser um dos maiores aliados. E cada pessoa tem o seu ritmo, bem como o seu tempo. Durante o ensino remoto imposto pela pandemia, não houve um tempo único ligado somente ao calendário acadêmico, mas, sim, muitas lacunas. Como argumentam Cuervo e Santiago (2020, p. 371):

O tempo de aprendizado das novas tecnologias, o tempo de aquisição de recursos materiais necessários, o tempo de garantir, prioritariamente, segurança alimentar e saúde emocional às classes docentes e discentes, não existiu. Não houve tempo de reflexão, de construção dialógica, de colaboratividade.

Os autores seguem refletindo sobre as dificuldades e percepções de temporalidades durante o período de isolamento social, quarentena e distanciamento físico, que se refletiram inclusive no organismo.

Os tempos cronológicos se chocam com os tempos transmutados da quarentena no organismo, refletindo-se em ciclos circadianos desorganizados: relatos expressam que períodos de sono e vigília, energia para compromissos síncronos ou assíncronos e disciplina diante das práticas musicais foram

profundamente abalados pela pandemia e as exigências de distanciamento e confinamento social (Cuervo e Santiago, 2020, p. 363).

Essas lacunas foram acentuadas ao longo do processo de vivenciar as dores do luto, prejudicando a assimilação destes sentimentos, em função dos compromissos acadêmicos. Como argumentam Marinho *et al.* (2007, p. 28):

Aceitar a realidade da perda é construção no tempo, já que envolve não só a aceitação intelectual, como, também, a emocional. Estar intelectualmente consciente da irreversibilidade da perda pode ocorrer muito antes das emoções permitirem a aceitação da perda como verdadeira.

Diante das reflexões e estudos apontados, é possível considerar a complexidade do processo de enlutamento, em diferentes dimensões humanas e o quão desafiador é pensar sobre como estes fatores podem vir a influenciar na voz.

#### **4.3 O canto com a voz enlutada**

O termo “voz enlutada” foi adotado durante o processo de escolha do tema teste trabalho, e combina o sentimento de perda da pessoa que passa pelo processo de luto com a sua decorrente produção vocal, na tentativa de delinear o que pode vir a acontecer quando essa pessoa canta. Desmembrando este termo, seria pensar o como se manifesta a voz quando se encontra em um processo de luto, de perda e sofrimento físico e mental dele decorrente, quais as características que esta voz pode apresentar em termos físicos e acústicos.

Em vários momentos da vida nos deparamos com situações estressantes que podem desencadear efeitos físicos e mentais, que podem influenciar diretamente na voz. É possível afirmar que a voz cantada de uma pessoa em sofrimento por luto pode ser afetada de maneiras semelhantes às alterações na voz falada. O luto é uma experiência emocional intensa, e as emoções podem influenciar a expressão vocal durante o canto no contexto de um distúrbio vocal. Segundo Lopes *et al.* (2015, p. 2):

Os distúrbios da voz são processos patológicos que afetam diretamente a produção vocal, manifestando-se de diferentes formas, incluindo a presença de sintomas sensoriais e auditivos, desvios da qualidade vocal e a presença de alterações funcionais e/ou estruturais da laringe, que pode envolver fatores comportamentais e/ou orgânicos associados à sua gênese e manutenção.

Estes autores entendem que há várias causas de distúrbios vocais, por isso a avaliação precisa ser interdisciplinar e incluir exames visuais e acústicos, bem como

a autoavaliação, a percepção de si mesmo, para identificar problemas e dificuldades (Lopes *et al.*, 2015).

Há diferentes dimensões que poderiam ser abordadas no que diz respeito à voz e luto. Sobre o aspecto da comunicação e expressividade; estudos sobre mudanças na voz, tom e padrões de fala em pessoas que estão passando por um processo de luto; exploração das questões psicológicas associadas ao luto e seu impacto na expressão vocal; pesquisas sobre como a terapia de voz pode ser aplicada para ajudar indivíduos em luto a expressar suas emoções de maneira saudável; exame da relação entre a saúde mental, o luto e as mudanças na voz; as relações fisiológicas que se manifestam na voz enlutada.

Com *American Speech-Language-Hearing Association* (2003/2010) em seu artigo temos que distúrbios vocais psicogênicos incluem ansiedade, transtornos de estresse crônico, reação de conversão e depressão. A depressão advinda de um luto, por exemplo, pode estar atrelada a sintomas físicos que perpassam pela voz, e neste caso especificamente, para a voz falada.

O estresse na prática musical afetada pela pandemia foi discutido por Louro *et al.* (2020) que somaram elementos já relatados em outros estudos da prática musical, como dificuldades do mercado de trabalho, altos investimentos em recursos materiais, ansiedade da performance musical, competitividade e auto-crítica, com cobranças que chegaram juntamente com o Covid-19, como a destruição de recursos de investimento na cultura, limitando possibilidades de trabalho, medo de contaminação, dificuldades de adaptação às novas tecnologias exigidas no ensino virtual, solidão e preocupação extrema com o futuro (Louro *et al.*, 2020).

Lopes e colaboradores (2015) explicam que um dos fatores que os distúrbios vocais podem causar é o ressecamento das mucosas da laringe, além de uma voz mais rugosa (áspera), falhas no fechamento glótico e instabilidades da emissão. No referido trabalho de Louro *et al.* (2020), somam-se com a pandemia quadros de aumento de pressão cardiovascular, tensões musculares, liberação de toxinas estressantes como cortisol em excesso, alterações do sono em vista do desequilíbrio de produção de melatonina, entre outras reações fisiológicas.

Existem trabalhos como o de Barbosa (2005) que tratam dos efeitos emocionais na voz ao se colocar em situações de fala em público. Seus achados evidenciam possíveis mudanças fisiológicas, emocionais e psíquicas que podem

acontecer em indivíduos que se colocam em situações de necessidade da fala em público. Termos mais comuns como suor e tremor nas mãos são visíveis rapidamente, no entanto não são os únicos meios para se perceber um indivíduo desconfortável numa situação assim. O nervosismo por exemplo pode acarretar na voz falada segundo (Polito, 1986 *apud* Barbosa, 2005, p. 19), a voz pode ficar [...] “presa na garganta”, e seguindo nesta linha outras contribuições dos achados de Barbosa (2005) temos que a voz pode transmitir aspectos emocionais, que muitas vezes são [...] “traduzidas pela voz” [...] (Picotto, Soares, 1977, *apud* Barbosa, 2005).

Barbosa (2005, p. 19) cita Kyrillos *et al.* (2003) quando explicam que: “[...] variações muito sutis das características de fala, de frequência de voz, na velocidade ou inflexão e na melodia da fala. Em sua pesquisa, também encontrou estudos que mostram que a emoção modifica a voz. Por exemplo, diante de tensionamentos, o timbre fica anormal, diminuindo os agudos e harmônicos em oposição à alegria (Bloch, 1984, *apud* Barbosa, 2005) e denota desânimo e frustração em situações dolorosas como a perda de um ente querido (Lane e Friedman, 1994 *apud* Barbosa, 2005).

Com Barbosa (2005), mesmo tratando relação entre emoção e voz, neste caso, voz falada, podemos pensar em possíveis tendências quando ponderamos na voz cantada, que é justamente o viés que este trabalho se propõe a estudar.

A resenha de Brito e colaboradores (2014) sob estudo de Holmqvist *et al.* (2013) destaca que o estresse afeta a homeostase do organismo. O estudo discutido teve por objetivo “[...] analisar a existência de relação entre estresse e sintomas vocais”, além de diferenças de gêneros. Segundo suas discussões:

Os achados evidenciaram que a maior ocorrência de sintomas vocais foi a presença de pigarro ou tosse durante a fala. Em relação ao estresse, o sintoma mais frequente foi se sentir nervoso ou tenso em situações em que precisa falar. Esse sintoma e aquele relativo a se sentir cansado ou exausto obteve associação positiva com os seis sintomas vocais. A ocorrência de azia esteve associada aos sintomas vocais: voz tensa e cansada; pigarro ou tosse durante a fala; quebras na voz durante a fala; e tensão muscular ou bolo na garganta. Os que haviam sido diagnosticados com refluxo gastroesofágico tiveram maior ocorrência de sensação de tensão muscular ou “bolo na garganta”. A queixa vocal de tensão muscular e “bolo na garganta” teve associação com todos os sintomas de estresse (Brito *et al.*, 2014, p. 415).

O estado de luto pressupõe um nível de entristecimento que pode inclusive abalar a percepção de autoeficácia. Conforme discutem Fancourt e colaboradores (2019, p. 607):

Nos primeiros anos após o luto, as pessoas relatam diversos resultados psicológicos. Os mais comuns são respostas afetivas (incluindo depressão, ansiedade, culpa, solidão e raiva), respostas cognitivas (incluindo negação, baixa auto-estima, desamparo e ruminação intrusiva), respostas comportamentais (incluindo fadiga, agitação e retraimento social) e respostas fisiológico-somáticas (incluindo distúrbios do sono, perda de apetite e exaustão). (Fancourt *et al.*, 2019, p. 607, tradução nossa).

Marinho *et al.* (2007) apontam diversas mudanças comportamentais relacionadas ao luto, como distúrbios do sono, incluindo o despertar precoce e sonhos com a pessoa falecida, distúrbios de apetite, suspiros, choros e hiperatividade, entre outros. Este estudo combina com os achados sobre o estresse de músicos acentuado pela pandemia conforme explanam Louro *et al.* (2020).

Essas mudanças na voz geralmente refletem os aspectos emocionais e psicológicos do luto. Cada pessoa lida de maneira única com o processo de luto, e essas alterações na voz podem ser temporárias ou persistir por um período mais longo, dependendo da forma como o indivíduo está enfrentando e processando a perda. É importante notar que essas respostas são variáveis e que nem todos que estão de luto experimentarão mudanças na voz da mesma maneira. Em minhas experiências pessoais, diversas dessas características foram vivenciadas, acentuando-se os problemas também pela falta de familiaridade e sentimento de identificação sociocultural do repertório musical proposto na época do curso em questão. É importante dizer que esta sensação me acompanhou até final do curso, mais especificamente até o recital de formatura em canto, que ocorreu na metade do curso.

Harris (2015) exemplifica o que vivenciei com a voz em seu artigo sobre o efeito do estresse e da emoção na voz, duas questões que envolvem o tema principal deste trabalho. Harris (2015) comenta que existem diferentes tipos de desencadeamento de estresse. Normalmente consideramos, segundo a autora, aspectos como o próprio luto, doença, desarmonia familiar, agressão violenta como os desencadeadores. Mas, segundo Harris (2015), podemos ainda pensar em questões do cotidiano, como mudança, ter filhos, entre outros, mesmo que esse cotidiano não seja levado em conta como um estressor. Os distúrbios da voz segundo Harris (2015) podem ser sintomas físicos de um estresse, porque segundo a autora podemos transmitir o estresse de forma física e emocional. A autora cita sintomas como:

Podemos sentir-nos irritados, ansiosos ou deprimidos, ou podemos notar alterações físicas como aumento da tensão muscular, dores de cabeça, dificuldade em dormir ou problemas digestivos. Frequentemente, esses



sintomas vêm e vão e nós os ignoramos ou os atribuímos a outras causas, como combater uma infecção ou comer algo que não nos convém. Somente quando os sintomas se tornam persistentes ou graves o suficiente para nos preocupar é que procuramos ajuda (Harris, 2015, s/p.).

Louro *et al.* (2020) mostram um panorama de problemas neurobiológicos decorrentes do estresse em músicos acentuado pela pandemia. De distúrbios do sono a gastrointestinais à hipertensão e cansaço excessivo, aspectos que podem ser diretamente relacionados a problemas na prática de canto, como refluxo, azia, alterações cardiovasculares que podem alterar a qualidade da projeção vocal. Aspectos multimodais como irritabilidade e problemas de memória podem afetar diretamente a construção da performance musical no canto, considerando memorização de melodias, ritmos, letras das canções etc., bem como a reduzida capacidade de encontrar estratégias eficazes de minimizar o estresse inerente ao cenário de construir um repertório musical diante de tamanhas dificuldades.

Harris (2015) resume os problemas físicos decorrentes do estresse como aumento de tensão muscular, aumento das frequências cardiovasculares com alteração do processo respiratório, mudanças de temperatura corporal com tremores e sudorese, tremor da boca e gargantas secas. A reação à angústia, segundo a autora, pode resultar em: problemas intestinais como refluxo, um fator extremamente danoso para a voz; problemas de pele como eczema e psoríase; dores nas costas e no corpo, incluindo dores laríngeas; problemas respiratórios como em quadros de pânico; rouquidão, um tipo de disfonia decorrente de abuso vocal, abalo emocional, viroses e outros fatores ou mesmo a completa perda da voz, manifestando-se como sussurro ou de maneira inaudível (afonia).

Todas estas características influenciam diretamente na produção vocal, para as quais existem um conjunto de exercícios vocais (vocalizes), de relaxamento e técnica vocal específicos.

O trato vocal, antes já citado neste trabalho, possui laringe, faringe e o sistema de funcionamento, em uma articulação complexa de órgãos, músculos, cartilagens e ossos, além dos fluxos do corpo. O (SNC) Sistema Nervoso Central e o (SNA) Sistema Nervoso Autônomo se articulam em uma produção vocal. Segundo a autora Harris (2015), o SNA é:

[...] ligado aos centros emocionais do cérebro e essa conexão ajuda a explicar por que, por exemplo, somos capazes de reconhecer quando nossos entes queridos estão chateados ou irritados devido a mudanças sutis na expressão facial, na postura corporal e, claro, tom de voz (s/p.)

Se o problema persiste por mais de duas semanas, já não se considera um caso agudo, mas algo crônico, o que pode caracterizar uma disfonia vocal. Conforme explicam Cuervo e Maffioletti (2016, p. 26):

A disfonia pode ser definida como um distúrbio da comunicação oral no qual a voz fica prejudicada no processo de transmitir a mensagem verbal e emocional no discurso do indivíduo. Ela é constatada quando há alguma desarmonia na fonação, incluindo toda e qualquer dificuldade na emissão vocal que impeça a produção natural da voz.

Além de todas essas dificuldades enumeradas sobre cantar com a voz enlutada, é preciso retomar a informação de que este trabalho possui um recorte temporal ligado à pandemia, portanto, somam-se os desafios do ensino remoto. Ray (2020) discute a performance durante a pandemia, argumentando que os desafios foram diversos em muitas dimensões diferentes e que o estudo para a realização de uma performance demanda exercícios, repetição, transformação de textos para fins técnicos no canto e sonoridades que podem ser maçantes. A autora fala, por exemplo, das dificuldades do estudo realizado em casa, quando este era possível (devido à demanda de espaço físico, equipamentos, conexão de internet etc.), isso quando não há outras interferências, como: “Estudar um instrumento ou praticar canto em casa nem sempre é possível, pois a invasão sonora pode ser um tanto incômoda para vizinhos e familiares” (Ray, 2020, p. 292).

Levando em consideração todos os estudos aqui analisados para compor um escopo de levantamentos importantes para as áreas que se propõe este trabalho a contribuir, nota-se um dado importante a se comentar. Os trabalhos que tratavam especificamente de “voz enlutada” contribuem nas linhas de pesquisa da voz falada especificamente, mas em um ampliamto tênue desta fronteira, podemos assumir elementos complementares ao tema principal ligados à saúde vocal, saúde mental e ciências da voz no contexto do canto. As ciências da voz se unem na relação entre áreas do conhecimento que envolvem saberes científicos ligados à produção vocal e vocologia<sup>10</sup>, a qual pode ser definida como o: “[...] conhecimento da anatomia vocal, fisiologia, biomecânica, princípios de aprendizagem perceptivo-motora, acústica, física do som e ensino e prática vocal” (*Voices Science Works*, 2023, n.p.). Em termos

---

<sup>10</sup> Ligada às competências de habilitação, reabilitação, treinamento e terapia vocal (*Voices Science Works*, 2023, n.p.).

gerais, as ciências da voz estudam “[...] como produzimos sons e ensinamos as pessoas a fazerem os sons que desejam” (*ibid.*, 2023, n.p.). Principalmente porque através de estudos voltados ao luto e música contidos nesta revisão e, sendo assim, discutido e fundamentado, foram contemplados os aspectos físicos, psicológicos e sociais sobre seus indivíduos participantes que expõem estes trabalhos.

Com estes autores fica evidente que os distúrbios vocais são perceptíveis auditivamente, mas não necessariamente visualmente e que é preciso ter uma visão interdisciplinar no campo das ciências da voz e educativas. O auxílio de fonoaudiólogos e acompanhamento terapêutico normalmente são aconselhados para estes casos em que a voz sofre com aspectos físicos desencadeados por aspectos mentais. A prática da música, em especial do canto, nestes casos, pode ser benéfica, principalmente em grupos sociais acolhedores, conforme será discutido a seguir.

#### **4.4. Benefícios da música no contexto do luto**

Louro *et al.* (2020) afirmam que, em situação de estresse, como o vivenciado durante a pandemia, de desânimo, fadiga e outras tantas circunstâncias próprias daquele período, é fundamental buscar atividades que promovam a sensação de prazer, para desviar o foco das dores físicas e psicológicas.

É consenso no campo científico os benefícios que a prática musical pode promover. Em relação à prática de cantar, Cuervo e Maffioletti (2016, p. 26) acreditam que:

Cantar, especialmente em atividades coletivas, promove bem-estar, coesão social, capacidade de expressão e comunicação, linguagem e leitura. Temas como o amor, o acalanto, a guerra, a fé e o trabalho inspiram canções no mundo todo, há muito tempo, congregando pessoas em torno de um mesmo sentimento.

O educador musical Welch (2003) possui diversos estudos comprovando os benefícios da prática coral entre seus participantes, enumerando elementos físicos, sociais, psicológicos, educacionais e na própria música, a partir de processos educativo-musicais ou práticas musicais em diferentes grupos sociais. Embora cantar em grupo de modo presencial fosse uma das atividades mais arriscadas de contágio extremo da Covid-19, mesmo com uso proficiente de máscaras, arejamento e outros protocolos (Louro *et al.*, 2020), foram proliferados coros e grupos vocais virtuais, em sistema de mosaico, nem como *lives* e outras modalidades adaptadas no mundo

virtual (Ray, 2020) que conseguiram reconstruir atmosferas de entretenimento, conforto emocional e prazer.

Em geral, os estudos que existem sobre saúde mental e canto tem relação com as práticas coletivas. Os aspectos de saúde mental como depressão, ansiedade, estresse entre outros se manifestam e influenciam a prática de canto, assim como podem ser influenciados pela música.

Lisboa (2019) procura trazer as últimas atualizações sobre a influência do estudo da música concomitante a atividades desempenhadas simultaneamente com música. A ideia aqui é responder se de fato há indícios de melhorias em outras áreas tendo a música como um trampolim de conhecimento. O autor relata que, através de pesquisas mais recentes, é possível afirmar que existe uma relação possível nesse sentido. Foram analisados estudantes com o estudo da música existiu de forma simultânea a outras atividades, comparando-os com alunos sem essa configuração. Com essa comparação, a pesquisa se mostrou inoperante no que se diz da música ser auxiliar de outras áreas escolares de conhecimento, foi compreendido que a música por si só exponha aproveitamentos específicos, mas que proporcionam de fato melhorias nos alunos (Lisboa, 2019).

Em uma pesquisa sobre impacto do cantar, em especial na saúde mental e bem-estar dos coralistas com grupo vocal de controle e coral, Fancourt *et al.* (2019) encontraram que as melhorias no sentimento de autoeficácia (*self-efficacy*) e na autoestima por sua vez fomentaram a redução dos níveis de ansiedade e depressão, contribuindo positivamente para o bem-estar em geral dos indivíduos. Em seus achados investigativos, Fancourt *et al.* (2019) constataram que pessoas que mantinham a prática semanal e regular de coral apresentaram sintomas e índices de bem-estar mais estáveis do que indivíduos que não cantavam. Neste grupo de pessoas que não cantava, foram constatados aumentos gradativos nos sintomas depressivos, bem como diminuição dos níveis de bem-estar e autoestima, além da estagnação da capacidade de autoeficácia. Em conclusão, os pesquisadores entenderam que o coral pode ser uma atividade interventora promissora de apoio mútuo e sentimento de coletividade para pessoas que vivenciam a situação do luto (Fancourt *et al.*, 2019).

O trabalho de Fonseca *et al.* (2017), que a partir de uma revisão sistemática usando as palavras chaves canto e emoção procura entender como está sendo pensado e desenvolvidos trabalhos acadêmicos entre os anos de 2012 a 2017,

constatou que cantar ajuda o cantor (de forma individual, ou em grupo) a acessar suas emoções e proporcionar o bem estar, mesmo alertando sobre os poucos trabalhos que aprofundam essas duas temáticas de canto e emoção.

O estudo exploratório de Moseley-Morgan (2022) sobre a longevidade das vozes femininas com 54 mulheres com 55 anos, sendo 34 coralistas amadoras, 10 cantoras profissionais e 10 autodenominados não cantoras, buscou compreender este fenômeno ao longo de seis anos. A proposta investigou a agilidade das cantoras, o controle da respiração, inícios, linha legato, vibrato, entonação, faixa de afinação e frequência fundamental. Este estudo incluiu tarefas vocais para testar sua funcionalidade, além de questionário, uso voluntário de diários e de campo, encontrando sentimentos de realização e pertencimento ligados à atividade de cantar, além de fortalecimento da identidade e da autoestima. Para estas mulheres, cantar ajudou a manter uma atitude positiva diante da dor de perdas sofridas, da doença ou da solidão.

No que diz respeito ao luto em especial, Fancourt *et al.* (2019) defendem que em diferentes grupos sociais e regiões do mundo há práticas de canto coletivo como forma de conforto emocional após a perda, nas mais variadas culturas (Fancourt *et al.*, 2019). Fancourt e colaboradores (2019) afirmam que um conjunto significativo de estudos conseguiram comprovar os benefícios socioemocionais em intervenções junto a diferentes grupos sociais, destacando-se idosos, mulheres com depressão pós-parto, pessoas em situação de vulnerabilidade social, entre outras.

Conforme contextualizada neste trabalho, entende-se a educação musical em direção oposta à educação bancária, portanto, a prática musical neste processo seria estimulada e desenvolvida por meio de condução sensível. Cuervo e Maffioletti (2016, p. 32) argumentam que: “Como educadores, precisamos, portanto, mediar o desenvolvimento do potencial comunicativo e artístico do estudante também através da voz, fortalecendo sua autoestima com oportunidades de expressão vocal na construção de identidades individuais”. Com uma pessoa sofrendo o luto, a saudade, a tristeza, essas demandas educativas se acentuam ainda mais, necessitando de um processo compreensivo baseado no diálogo em busca dos benefícios da prática musical na voz enlutada.

## 5. DISCUSSÃO DOS ACHADOS

Entrelaçando as minhas experiências pessoais de cantar com a voz enlutada ao longo da faculdade, inclusive na construção de performances públicas, com os artigos estudados, encontrei algumas características em comum. Enumerei alguns aspectos, que podem ser considerados marcadores da voz enlutada, os quais podem se fazer presentes em diferentes graus de acometimento, combinados ou isoladamente.

### 5.1. Sobre voz em geral, considerando-a falada ou cantada:

#### **Alterações no tom de voz**

Assim como eu mesma passei, algumas pessoas relataram nos estudos que o tom de voz manifesta abalo durante o processo de luto, como variações na intensidade e volume, no contorno melódico, incluindo monotonia da voz, e na cadência da fala com ocorrências de falhas, como também encontraram Lopes *et al.* (2015). O tom tende a ser mais depressivo, mais abatido e com menos saltos (como quando falamos empolgadamente, com nuances tônicas).

#### **Soprosidade ou rouquidão, mudanças na qualidade do timbre vocal**

O estresse emocional ligado ao luto pode levar a alterações físicas e fisiológicas nas pregas vocais, nos níveis de pressão de ar, na movimentação da laringe, falta de lubrificação das mucosas, resultando em maior soprosidade da voz ou rouquidão temporária. Pode afetar direta ou indiretamente em outros aspectos do timbre da voz, diminuindo o brilho, por exemplo, como reflexo do entristecimento causado pelo luto, colaborando com as discussões de Fancourt *et al.* (2019). Como mostra o estudo de Louro *et al.* (2020), o estresse pode ocasionar diversas reações fisiológicas e neurobiológicas que influenciam diretamente a voz, como questões gastrointestinais e cardiovasculares, bem como cardiorrespiratórias e do sistema circadiano.

#### **Expressão de dor e tristeza na voz**

O sentimento de tristeza profunda, prolongada (depressão) ou não, em diferentes modos de manifestação da dor da perda, podem embargar a voz, trazer um

tom melancólico, carregado de emoção, ou mesmo episódios de choro ou soluço diante da produção vocal. Lembrando que o abatimento dos estados emocionais pode carregar um conjunto de fatores perceptíveis ou não no convívio social, mas os comportamentos tendem a ser altamente influenciáveis por situações de estresse emocional como os vividos durante a Covid-19, em especial no canto, como explica Louro *et al.* (2020).

### **Isolamento e retração social e afetiva**

Ao lidar com o luto, não é raro o sujeito ser assoberbado de um sentimento de perda, de dor emocional e vazio, desmotivando seus estudos, repensando valores de vida e ética. Na voz, isso pode prejudicar a expressividade, a motivação intrínseca. No meu caso, fatores que ainda foram acentuados pelo isolamento social imposto pela pandemia e pelas faltas materiais (Ferreira, 2020), bem como mediação e frieza das máquinas e internet, além do estresse do contexto acadêmico em situação emergencial, como lembram Louro *et al.* (2020) e Ray (2020), cujas ferramentas tecnológicas nem sempre estiveram acessíveis a mim. Vivenciar o luto num contexto de isolamento social trouxe, ainda, a experiência do mundo virtual, que estava presente tanto no ensino remoto durante a formação acadêmica, quanto intermediando relações diversas do cotidiano (Gurgel *et al.*, 2011). A falta de capacitação e acesso aos recursos tecnológicos se mostrou danosa (Ferreira, 2020), dificultando inclusive a captação da voz no ambiente virtual, sua projeção e exercícios técnicos e expressivos adequados, devido a tantos problemas de conexão e materiais, somados aos estados emocionais.

A falta de capacitação e acesso aos recursos tecnológicos se mostrou danosa (Ferreira, 2020), dificultando inclusive a captação da voz no ambiente virtual, sua projeção e exercícios técnicos e expressivos adequados, devido a tantos problemas de conexão e materiais, somados aos estados emocionais. Louro *et al.* (2020) lembram que a irritabilidade e os problemas de memória ligados à prática musical na pandemia poderiam comprometer a qualidade de vida geral dos musicistas.

### **5.2. Sobre o canto com a voz enlutada:**

Na prática de canto, estas características podem vir a se manifestar de diferentes formas, alterando elementos como:

### **Variações do controle vocal**

Dificuldade de controlar emocional e fisicamente a voz, trazendo variações imprevisíveis de dinâmica, controle da respiração e modulação vocal no canto, discutido também por Moseley-Morgan (2022). Cada pessoa sente de uma forma o luto, mas o canto enquanto performance pública exige a emissão vocal para outras pessoas ouvirem, e essas alterações serão percebidas, como a voz tremida e falhas na voz cantada, como os estudos de Lopes *et al.* (2015) e Louro *et al.* (2020) demonstraram. Por isso, também, é relevante valorizar a prática de canto coletivo, na qual existe um suporte das vozes de colegas e acompanhamentos eventuais, evitando a prática solo em momentos de maior fragilidade emocional (Welch, 2003 e 2012; Cuervo e Maffioletti, 2016).

### **Intensidade emocional na performance**

O cantor pode expressar mais intensamente emoções da letra ou do contexto da música, com maior emotividade e fragilidade na interpretação, além de estar suscetível a gatilhos da letra ou memórias, assim como a perda delas (Louro *et al.*, 2020). O sentimento de prazer na prática de canto coletivo pode ser fortalecido. No caso da pandemia, a sensação de acolhimento coletivo em um grupo vocal foi prejudicada pela necessidade de isolamento social, mas poderia ser altamente benéfica no processo de luto, inclusive para a regulação dos estados emocionais (Welch, 2003; Cuervo e Maffioletti, 2016; Welch e Pretti, 2018).

### **Mudanças na qualidade vocal**

Tanto quanto na fala, a voz cantada em situação de luto pode sofrer com variações do tom, da ressonância e outras características. Podem ser constatados distúrbios da voz, do sono e alimentação (Marinho *et al.*, 2007; Fancourt *et al.*, 2019; Louro *et al.* 2020). As mudanças comportamentais também são fatores determinantes, sendo a voz um espelho dos estados emocionais e histórias de vida (Cuervo e Maffioletti, 2016; Amato 2017).

### **Dificuldades de manter a concentração**

O luto pode vir a causar privação de sono, episódios de insônia e outros fatores estressantes, como mostram Fancourt *et al.* (2019), que impactam diretamente a capacidade de concentração na prática de canto. Disso afetam-se a capacidade de



memorização de novas canções, evocações de canções aprendidas, precisão e consistência na performance vocal.

### **Construção do repertório musical**

Em momentos específicos do curso, quando ainda estava na construção de um repertório, sentia dificuldade para me conectar a determinadas músicas por não me identificar com elas naquele momento. O meu corpo e mente me levavam a outros lugares que não aqueles de extrema necessidade de concentração.

Neste caso em específico lembro de uma ou mais canções que me conectava facilmente com a dor do luto, e isto em determinados momentos eram “doses homeopáticas” da depressão para mim. Deste modo observo que é de extrema importância a valorização de músicas que reflitam ou ajudem a lidar com o estado de luto, ou que tragam memórias positivas e bagagens culturais que evidenciam situações agradáveis.

Desta forma, cabe aqui fazer um breve esclarecimento sobre os comentários de repertório dentro da minha trajetória pessoal citados neste trabalho, ou seja, no espaço tempo de início de curso até o seu fim, que teria se dado com o recital de formatura em canto que inclusive deixo aqui registros fotográficos sobre:

Durante a minha passagem como estudante cantora no curso de música da UFRGS a construção do repertório se deu através de muitos semestres difíceis por várias razões, muitas delas citadas neste trabalho e por conta de desencadear certos gatilhos como também não ter a intenção de esgotar desdobramentos do tema principal, optei por não aprofundar o relato de repertório neste trabalho.



Imagens 2 e 3. Recital de Formatura em canto, Licenciatura em Música, data 12 de abril de 2023, no *Auditorium Tasso Corrêa* do Instituto de Artes da UFRGS. Fonte: acervo pessoal.

### **Pausas ou interrupções da produção vocal**

Durante o canto é possível que o cantor sinta a necessidade de fazer pausas, interromper a performance devido a emoções difíceis de lidar, inclusive decorrentes de abalo emocional no momento presente ou até bloqueios que possam ocorrer. Estes pequenos eventos vocais durante a preparação ou realização de uma performance poderiam ser resultado de distúrbios breves, provisórios ou mais longos, até relativos a disfonias desenvolvidas (Cuervo e Maffioletti, 2016; Amato, 2017) ou outros fatores fisiológicos e psicológicos, como demonstraram estudos de Louro *et al.* (2020).

Outro dado que chamou a atenção ao longo dos estudos foi o fator tempo: cada pessoa tem seu tempo e modo de sofrer e manifestar este sofrimento em decorrência do luto (Marinho *et al.*, 2007); e essas diferentes temporalidades marcaram também os espaços virtuais em relações à distância (Gurgel *et al.*, 2011; Cuervo e Santiago, 2020).

Como diz Freire (1989, p. 39): “Ninguém ignora tudo. Ninguém sabe tudo. Todos nós sabemos alguma coisa. Todos nós ignoramos alguma coisa. Por isso aprendemos sempre”.

Desta forma, fica o questionamento sobre como pensar na voz que está emocionalmente abalada e na importância que a música tem na vida da pessoa. Como de fato educadores musicais podem auxiliar, como identificar, qual o limite a atingir em relação à técnica vocal e outras questões que possam surgir desta discussão, como a construção do repertório musical e as explicações didáticas em direção ao aprendizado.

## 6. CONCLUSÃO

Levando em consideração o objetivo principal deste trabalho, que é entender o que se passa com a voz enlutada na prática de canto, levando em consideração as pesquisas realizadas neste Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) temos que a voz enlutada é um fenômeno que perpassa por características relacionadas ao estado de luto, onde o indivíduo enlutado apresenta mudanças vocais na sua voz, seja ela cantada ou falada.

Desta forma se constatou neste trabalho que um abalo emocional, um estresse prolongado, um quadro depressivo podem vir a ser desencadeadores de mudanças vocais específicas, mas também considerando que cada ser humano passa pelo luto de maneiras diferentes, não necessariamente poderá ocorrer mudanças drásticas no indivíduo que sofre com a dor do luto.

O luto pode causar sintomas de apatia, abatimento, perda de interesse no mundo, entre outros, e o indivíduo que se encontra neste estado pode vir a transmitir na voz cantada mudanças no tom de voz (e suas especificidades), rouquidão, soprosidade na voz, mudanças na qualidade do timbre vocal e o isolamento e retração social e afetiva, que neste caso afeta a expressividade e a motivação extrínseca da voz. Em relação à voz cantada temos variações do controle vocal (e suas especificidades) intensidade emocional na performance e mudanças na qualidade vocal. Ainda sobre voz enlutada no canto, foi percebido que questões como repertório e intervenções na produção vocal são temas bem importantes levando em consideração a situação emocional em que se encontra o indivíduo cantante.

É importante ressaltar que neste trabalho se observou que as características da voz enlutada na prática de canto e na sua produção falada se aproximam, ou seja, existe uma linha tênue de características da voz enlutada cantada percebidas na voz enlutada falada, isto porque não se pode separar completamente as partes, visto que, como já foi discutido neste trabalho, a voz é um espelho do corpo, ela traduz o que passa internamente no corpo de um indivíduo, e considerando este ser humano complexo, entende-se porque esses elementos se misturam muitas vezes ao longo deste trabalho.

Desta forma, com os referenciais teóricos estudados para este trabalho, fica claro o quanto a voz é complexa e não deve ser vista como um elemento separado do indivíduo, de sua bagagem sociocultural e história de vida.

Ao longo da trajetória da escrita deste trabalho, foram lembrados muitos momentos difíceis, mas outros de superação, resiliência e esperança. Não tenho dúvidas de que este trabalho me ajudou a me entender melhor e me preparar para novos desafios da vida docente na música.

Sendo assim, é importante considerar também nos ambientes educacionais uma educação sensível e cuidadosa com o educando que esteja passando por uma situação desta natureza. Como pudemos observar, existem evidências concretas sobre como a voz sofre com estressores, e neste caso o luto também se torna um grande desencadeador de distúrbios vocais.

Neste trabalho foi evidenciado também o luto e sua relação com voz se entrelaçam dentro da educação musical de diferentes formas. Sem a intenção de esgotar o assunto, ressalto as possibilidades de desdobramento futuro sobre uma certa necessidade de um olhar atento em se considerar a técnica vocal, com exercícios específicos a serem explorados neste contexto, e o repertório musical, como elementos de suporte para esses indivíduos.

## REFERÊNCIAS

AMATO, Rita Fucci. *Manual de saúde e técnica vocal: teoria e prática da voz para professores, artistas e comunicadores*. 2ª Ed. São Carlos: J. A. Consultores, 2017.

AMERICAN SPEECH-LANGUAGE-HEARING ASSOCIATION. *Definitions of communication disorders and variations*. ASHA Ad Hoc. Committee on Service Delivery in the Schools. 1993; 35 (Supl.10): 40-1. Disponível em: <https://www.asha.org/policy/rp1993-00208/#:~:text=A%20communication%20disorder%20is%20an,severity%20from%20mild%20to%20profound>. Acesso em 10.jan.2024.

BARBOSA, Renata. *Emoção: efeito sobre a voz e a fala na situação em público*. Tese (Dissertação de Mestrado em Fonoaudiologia) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo, p. 169, 2005. Disponível em: <https://tede2.pucsp.br/bitstream/handle/11854/1/RenataBarbosa.pdf> . Acesso em 10.set.2023.

BIBLIOTECA PROFº PAULO DE CARVALHO MATTOS. *Tipos de Revisão de Literatura*. São Paulo: UNESP, 2015. Disponível em: <https://www.fca.unesp.br/Home/Biblioteca/tipos-de-evisao-de-literatura.pdf> Acesso em 20.jan.2024.

BRAGA, Adriana; PEDERIVA, Patrícia. A consciência corporal no âmbito da relação “corpo-voz”. In: XVIII Congresso da Associação Nacional de Pesquisa e Pós-Graduação (ANPPOM). *Anais do...* Salvador, 2008. p. 210-212. Disponível em: [https://www.anppom.org.br/anais/anaiscongresso\\_anppom\\_2008/comunicas/COM418%20-%20Braga%20et%20al.pdf](https://www.anppom.org.br/anais/anaiscongresso_anppom_2008/comunicas/COM418%20-%20Braga%20et%20al.pdf) Acesso em 20.jan.2024.

BRITO, Aline F., FERREIRA, Léslie P., SOUZA, Luiz Augusto. Marcadores de estresse e sintomas vocais: algumas relações possíveis. In: *Distúrb Comun*, São Paulo, v. 26. nº 2; p. 414-416, jun. 2014.

CONSELHO DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO da UFRGS (CEPE). *Resolução nº 025, de 27 de julho de 2020*. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/cepe/res-025-ensino-remoto-emergencial-ere-versao-pagina>. Acesso em 20.jun.2023.

CUERVO, Luciane; MAFFIOLETTI, Leda. Sindô lê lê, sindô lá lá, não podemos viver sem cantar! Identidade, educação e expressão através da voz. *Música na Educação Básica*. Porto Alegre, v. 7, n. 7/8, 2016. Disponível em: <https://revistameb.abem.mus.br/meb/article/view/72> Acesso em: 01.set.2023

CUERVO, Luciane; SANTIAGO, Pedro R. Percepções do impacto da pandemia no meio acadêmico da música: um ensaio aberto sobre temporalidades e musicalidades. In: CUERVO, L. (Ed.). Dossiê Música em Quarentena. *Revista Música*, São Paulo, v. 20, n. 2, p. 357-378, 2020. DOI: <https://doi.org/10.11606/rm.v20i2.180068>.

FANCOURT Daisy, FINN, Saoirse, WARRAN Katey, WISEMAN, Theresa. Group singing in bereavement: effects on mental health, self-efficacy, self-esteem and well-being. *BMJ Supportive & Palliative Care*, v.12, p. 607-615, 2019. Disponível em: <https://spcare.bmj.com/content/12/e4/e607> Acesso em: 20.ago.23.

FERMATA. in: Dicio, *Dicionário Online de Português*. Porto: 7Graus, 2023. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/fermata/#:~:text=Significado%20de%20Fermata,Final%20que%20marca%20essa%20suspens%C3%A3o>. Acesso em: 01.set.2023.

FERREIRA, Suiani C. Cenários escolares em tempo de COVID-19 – na/pós quarentenaInt. *Interfaces Científicas*, Aracaju, v.10, n.1. p. 11 - 24. Número Temático - 2020. <https://periodicos.set.edu.br/educacao/issue/view/339> Acesso em: 01.set.2023.

FONSECA, Marlene C.; DIAS, Ricardo Luiz; SAMPAIO. 2017. A voz cantada e a expressão emocional em trabalhos acadêmicos: resultados parciais de uma revisão sistemática, p. 311-325. In: 3º NAS NUUVENS... CONGRESSO DE MÚSICA – de 01 a 08 de dezembro de 2017 – *Anais ....* Disponível em: <https://musica.ufmg.br/nasnuvens/wp-content/uploads/sites/5/2020/11/2017-19-A-voz-cantada-e-a-expressao-emocional-em-trabalhos-academicos.pdf> Acesso em 20.jun.2023.

FREIRE, Paulo. *A importância do ato de ler*. São Paulo: Cortez, 1989.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

FREIRE, P. *Pedagogia da indignação: cartas pedagógicas e outros escritos*. São Paulo: Editora UNESP, 2000.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia do Oprimido*. 38. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2004.

GIL, Antônio Carlos. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GURGEL, Wildoberto; KOVÁCS, Maria Júlia; MOCHEL, Elba; NASAKU, Cedric; PORTUGAL, Paula. Luto Virtual: o processo de elaboração do luto no ciberespaço *Cadernos de Pesquisa*, São Luís, v. 18, n. 1, jan./abr. 2011.

HARRIS, Sara. The effects of stress and emotion on the voice. In: *The British Voice Association*, abr., 2015. Disponível em: <https://britishvoiceassociation.org.uk/downloads/free-voice-care-literature/The%20Effects%20of%20Stress%20and%20Emotion%20on%20the%20Voice.pdf> Acesso em 10.jan.2024.

HOOKS, Bell. *Ensinando comunidade: uma pedagogia da esperança*. Tradução: Kenia Cardoso. São Paulo: Elefante, 2021.

INSTITUTO DE ARTES/UFRGS. Edital 2020 Teste de Habilidades Específicas. Graduação – Departamento de Música. Site IA, [2020] Disponível em: <https://www.ufrgs.br/institutodeartes/index.php/graduacao/graduacao-departamentode-musica/>. Acesso em 10.ago.2023.

JC - Jornal do Comércio. *A Santa Casa de Porto Alegre fecha emergências após atingir 300% de lotação.* Disponível em: <https://www.jornaldocomercio.com/ conteudo/especiais/coronavirus/2021/03/782912-santa-casa-de-porto-alegre-fecha-emergencias-apos-atingir-lotacao-de-300.html> Acesso em: 07.08.2023

LISBOA, Rodrigo. A importância do ensino de música na vida das crianças: considerações sobre os possíveis benefícios psicossociais. Poster. Campo Grande: XXIV CONGRESSO DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO MUSICAL. *Anais... Educação Musical em tempos de crise: percepções, impactos e enfrentamentos*, 2019. Disponível em: <https://www.abem-submissoes.com.br/index.php/xxivcongresso/2019/paper/view/76> Acesso em: 10.ago.2023.

LOPES, Leonardo; SILVA, Hêmmylly; EVANGELITA, Deyverson, SILVA J.D., Simões L.B., Silva POC, Lima-Silva M.F.B., Almeida A.A.F. Relação entre os sintomas vocais, intensidade do desvio vocal e diagnóstico laríngeo em pacientes com distúrbios da voz. *Revista Codas*, v. 4, nº 28, 04.Jul-Aug, 2016. DOI: 10.1590/2317-1782/20162015062 Acesso em: 20.set.2023.

LOURO, Viviane; LOURO, Fabiane; Plínio DUARTE. O estresse gerado pela pandemia como risco para adoecimento mental e físico do músico a partir das neurociências cognitivas. In: CUERVO, L. (Ed.). *Dossiê Música em Quarentena. Revista Música*, São Paulo. p. 379-396. DOI 10.11606/rm.v20i2.178817 Acesso em: 10.fev.2024.

LUTO. *Dicionário Houaiss eletrônico*. Disponível em: [https://houaiss.uol.com.br/corporativo/apps/uol\\_www/v6-1/html/index.php#1](https://houaiss.uol.com.br/corporativo/apps/uol_www/v6-1/html/index.php#1) Acesso em 10.jan.2024.

MARINHO, Angela; MARINONIO, Cássia; RODRIGUES, Luciana. *O processo de luto na vida adulta decorrente de morte de um ente querido*. [Monografia de 'Graduação em Psicologia]. Rio de Janeiro, Estácio de Sá, 2007. Disponível em: [https://www.4estacoes.com/pdf/publicacoes/o\\_processo\\_luto\\_vida\\_adulta.pdf](https://www.4estacoes.com/pdf/publicacoes/o_processo_luto_vida_adulta.pdf) Acesso em: 10.fev.2024.

MOSELEY-MORGAN; Rebecca. The Longevity of the Mature Female Voice. In: *Communicating voice - The Journal of the British Voice Association*, vol. 22, nº 1. Inglaterra, primavera de 2022. Disponível em: <https://britishvoiceassociation.org.uk/newsletters/BVA%20Newsletter%20Spring%202022%20-%20Vol%2022-1.pdf>

MSAWA, Caio; ALARCON, Izabelle; ANDRADE, João Vittor; *et al.* Os efeitos do luto no cérebro. *Revistas. SimbioLogias*, v. 14, nº. 20, 2022.

[https://www.ibb.unesp.br/Home/ensino/departamentos/educacao/os\\_efeitos\\_do\\_luto\\_no\\_cerebro.pdf](https://www.ibb.unesp.br/Home/ensino/departamentos/educacao/os_efeitos_do_luto_no_cerebro.pdf) Acesso em: 20.set.2023.

NASCENTE, Milena Pereira. *Diário de bordo Moodle Colaboração e anotações pessoais*. [Manuscrito não publicado]. Porto Alegre, 2020-2022.

NASCENTE, Milena Pereira; THOMÉ, Filipe; RIGO, Rosa; CUERVO, Luciane. Expressividade, Identidade cultural e musicalidade da voz: relato de experiência na interação PIBID ARTES. In: XVII SEMINÁRIO INSTITUCIONAL PIBID/UFRGS. *Anais do ...* Porto Alegre: UFRGS, 2022. p. 277-285. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/262273/001141260.pdf?sequence=1> Acesso em: 02.fev.2024.

NASCENTE, Milena Pereira. Sussurrofone. In: CUERVO, Luciane. (Org). *Fanzine CriatividARTE PIBID/UFRGS: mural Sonoro-Cênico-Musical*. Disponível em: [https://d1fdloi71mui9q.cloudfront.net/IYupJiJShKGe6Jy1mMYP\\_Fanzine%20CriatividARTE.pdf](https://d1fdloi71mui9q.cloudfront.net/IYupJiJShKGe6Jy1mMYP_Fanzine%20CriatividARTE.pdf) Acesso em: 10.jan.2024.

PENNA, Maura; SOBREIRA, Silvia. A formação universitária do músico: a persistência do modelo de ensino conservatorial. *Opus*, v. 26 n. 3, p. 1-25, set/dez. 2020. <http://dx.doi.org/10.20504/opus2020c2611>

RAMOS, Vera. O processo de luto. *Psicologia.pt - O Portal dos Psicólogos*. 2016. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1021.pdf> Acesso em: 01.nov.2023

RAY, Sonia. Ações, interações e transformações da performance musical no confinamento. *Revista Música*, v. 20, nº 2. In: Dossiê Música em Quarentena. São Paulo: Universidade de São Paulo, dezembro de 2020. DOI 10.11606/rm.v20i2.180193

SANTIAGO, Pedro. *O uso das redes sociais por estudantes de graduação em música: um estudo sobre as práticas musicais nos tempos da pandemia*. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Música - Música Popular). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Rio Grande do Sul, 2021.

SUS. Ministério da Saúde. *O que é covid-19?* Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus> Acesso em: 07.ago.23

SUS. Ministério da Saúde. *O luto prolongado é um transtorno mental segundo a OMS*. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/luto-prolongado-e-um-transtorno-mental-segundo-a-organizacao-mundial-da-saude#:~:text=Em%202022%2C%20o%20luto%20prolongado,Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20\(OMS\)](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/luto-prolongado-e-um-transtorno-mental-segundo-a-organizacao-mundial-da-saude#:~:text=Em%202022%2C%20o%20luto%20prolongado,Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20(OMS)). Acesso em: 01.fev.2024.

UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS (UNASUS). *OMS declara fim da emergência de saúde pública e a importância*. UNASUS sobre declaração da Organização Mundial da Saúde (OMS). Disponível em: <https://www.unasus.gov.br/noticia/oms-declara->



fim-da-emergencia-de-saude-publica-de-importancia-internacional-referente-a-covid-19 Acesso em: 20.jan.2024.

UOL/Saúde. *O pico de mortes em abril, 2021 tem mais da metade de óbitos da pandemia*, matéria de 30/04/2021. Disponível em: <https://noticias.uol.com.br/saude/ultimas-noticias/redacao/2021/04/30/mortes-de-janeiro-a-abril-de-2021-sao-mais-da-metade-dos-obitos-da-pandemia.htm> Acesso em: 20.set.2023.

VANDENBOS, G. *Dicionário de psicologia da APA*. 1 edição. Porto Alegre: Artmed, 2010.

VOICES SCIENCE WORKS. *What we do*. Disponível em: <https://voicescienceworks.org/what-we-do.html> Acesso em: 21.fev.2024.

WELCH, Graham Frederick. Investigar o desenvolvimento da voz e do canto ao longo da vida. *Revista Música, Psicologia e Educação*, nº 5, p. 5-20, 2003.

WELCH, Frederick Graham. Os maiores benefícios da música. In: SIMPÓSIO DE COGNIÇÃO E ARTES MUSICAIS, 8., 2012, Florianópolis. *Anais [...]*. Florianópolis: UDESC/Departamento de Música, 2012. p. xiii-xvii.

WELCH, Graham; PRETI, Constanza. O canto como comunicação interpessoal e intrapessoal. *Revista Orfeu*, Florianópolis, v. 3, n. 1, p. 197-229, 2018.

Disponível em:

<https://www.periodicos.udesc.br/index.php/orfeu/article/view/105967252553040301201819797>. Acesso em: 27.ago. 2023.