

# AVALIAÇÃO DE ALGUNS ASPECTOS REPRESENTATIVOS PARA A OCORRÊNCIA DE ALTERAÇÕES VOCAIS EM ATORES DE TEATRO

ROSÂNGELA DE FÁTIMA GONÇALVES  
Mestranda em Ciência da Motricidade Humana/  
Universidade Castelo Branco/RJ/Brasil  
[rose-goncalves@ig.com.br](mailto:rose-goncalves@ig.com.br)

CRISTIANE MAGACHO COELHO  
Mestre em Ciência da Motricidade Humana/  
Universidade Castelo Branco/RJ/Brasil  
[crismagacho@gmail.com](mailto:crismagacho@gmail.com)

IRIS LIMA E SILVA  
Mestre em Ciência da Motricidade Humana/  
Universidade Castelo Branco/RJ/Brasil  
Pesquisadora do LABFILC/UCB  
[irislimaucb@yahoo.com](mailto:irislimaucb@yahoo.com)

## Introdução

A formação do ator visa desenvolver o indivíduo o mais globalmente possível: voz, corpo, intelecto, sensibilidade, reflexão sobre a dramaturgia e o papel social do teatro. O ator passa a existir juntamente com o teatro. A encenação é a concretização do texto através do ator e do espaço cênico, numa duração vivenciada pelos espectadores. Teatralizar um acontecimento, ou um texto, é interpretar, usando cenas e atores para construir a situação. O ator, desempenhando um papel ou encarnando uma “personagem”, situa-se no próprio cerne do acontecimento teatral, pois ele é o vínculo vivo entre o texto do autor, as diretrizes de atuação do encenador, e o olhar e a audição do espectador (PAVIS, 2007).

O ator retira do seu interior as intenções, sensações e emoções para desempenhar um papel, o que é um desafio, pois ele representa, muitas vezes, pessoas muito diferentes e distantes da sua história de vida: vozes diferentes, gestos diferentes, atitudes opostas (ibid).

Para Stanislavski (2006) o ator é “imagem falante”. Já para Beuttenmüller (BEUTTENMÜLLER; LAPORT, 1974), o ator, ao representar retira do seu interior as emoções, ultrapassa seu corpo e atinge, através da sua voz, repuxo sonoro de todas as nossas emoções, todo o espaço cênico, com o único objetivo de abraçar sonoramente a platéia.

A fonação é uma habilidade adquirida pela espécie humana. De acordo com Pinho (2001), com a evolução, o ser humano aprendeu a coordenar órgãos que, fisiológica e anatomicamente, apresentavam como funções primordiais a alimentação, respiração e proteção das vias aéreas inferiores. Desse modo, a voz humana, apesar de sua beleza e aprimoramento, é uma função adaptada e, como tal, depende da integridade e equilíbrio de estruturas do trato vocal. Está, assim, sujeita a sofrer alterações que, muitas vezes, interfere na comunicação, especialmente quando se trata de encenação de peças teatrais.

A partir dessa problemática, o objetivo deste estudo foi avaliar quais são os aspectos mais comumente relacionados à ocorrência de alterações vocais em atores de teatro.

## Aspectos representativos para a ocorrência de alterações vocais em atores de teatro

Pinho (2001) aponta alguns vilões como causas comuns dos distúrbios de voz que atingem o profissional da voz, o ator: o uso de cigarro, do álcool e de alguns medicamentos. A vitamina C, por exemplo, muito usada pelos atores para prevenir gripes, provoca em alguns pacientes um efeito de ressecamento (devido ao seu efeito diurético) semelhante ao obtido com anti-histamínicos. Assim, a lubrificação das estruturas do aparelho fonador é um importante fator para o equilíbrio deste, e pode ser obtida por medidas de hidratação. O ator

tem que saber que, para prevenção ou tratamento dos distúrbios da voz, a hidratação é necessária.

A postura é uma das causas mais comuns dos distúrbios de voz nos atores. O ator precisa ter uma boa postura, para ter uma boa voz. Gonçalves (2000) acrescenta que o pescoço esticado para cima ou para frente modifica o tom da voz (fica mais aguda), além de ser um forte motivo para a rouquidão; e um ator espremido (cheio de emoção) corporalmente não consegue lançar sua voz e acaba se ferindo vocalmente. Beuttenmüller e Laport (1974) exemplificam a postura ideal para um ator com a de um boneco de pano, mas na postura correta, ou seja, ter tónus sem ter tensão nas articulações.

A respiração também é apontada por vários autores como sendo uma causa de problemas de voz para atores. Segundo Gonçalves (2000), a correta respiração para o ator ter fôlego e conseguir falar grandes orações é a inspiração nasal e a expiração bucal, ou seja, a entrada de ar pelo nariz e a saída do ar pela boca, juntamente com as palavras. A inversão deste processo trará prejuízo para a voz, como ressecamento e rouquidão. Beuttenmüller (2006) reafirma este pensamento e o completa, dizendo que a entrada de ar pode ser feita só com uma mudança de foco ou um movimento corporal; ou seja, o ator, ao mudar o foco (o olhar), facilita que o ar entre naturalmente; ou, ao andar, faz com que o ar entre sem esforço. A autora, no entanto, não menciona se a entrada de ar deve ser nasal.

Guberfain (2005) lembra que as mudanças de emoção interferem diretamente na frequência cardíaca e no padrão respiratório; por isto, é importante que o ator mantenha o controle da coordenação pneumo-fono-articulatória, para que a emissão vocal tenha o mínimo de interferência negativa. Mas as autoras citadas anteriormente, Gonçalves (2000) e Beuttenmüller<sup>1</sup>, reafirmam a importância de um trabalho de consciência respiratória que facilite a coordenação entre os movimentos e a emissão vocal, que é feita predominantemente na região costal-diafragmática. Aleixo (2007) completa tal idéia salientando que, de forma simples, respirar é alimentar o corpo com vida.

O figurino também pode atrapalhar um ator em cena. Roupas complicadas e demoradas de serem trocadas, ou apertadas, ou muito quentes, ou muito decotadas e curtas, em que o ator deva ter tantos cuidados para sentar que chegue ao desconforto, sapato largo demais ou apertado demais que tirem o equilíbrio, roupas que por algum motivo o ator não gostou e ficou triste por ter de usá-las, podem ocasionar problemas vocais. A atriz Marília Pêra (2008) relata que, numa reestréia, fez um ótimo ensaio geral, voz boa, clara; mas havia emagrecido um pouco e a camareira ficou de apertar o maiô que ela usava no *show* como roupa-base, no qual eram acomodados, ainda, o microfone, o transmissor, os fios e as ligações para o fone de ouvido. No dia da estréia não teve tempo de experimentar, vestiu-se inteira e entrou em cena. Nos três primeiros números musicais, embora, sufocada com o aperto do maiô, diafragma estrangulado, a voz ainda saiu, mas depois da primeira troca de roupa a voz começou a falhar, pois não conseguia mais respirar. Deu uma desculpa e suspendeu o espetáculo!

Brito (2006) menciona mais uma dificuldade para que atores de teatro mantenham uma boa voz. São os quadros alérgicos, bastante comuns e exacerbados pela convivência com fungos, poeira, mofo, pó de serragem, ar condicionado, encontrados nas salas de espetáculo, sendo grande o número de portadores de rinite hipertrófica alérgica. Esta doença desenvolve maus hábitos respiratórios, incluindo-se aqui a respiração bucal. A queixa maior é de aumento de viscosidade, isto é, do muco que se aloja próximo às pregas vocais, dificultando a emissão vocal e provocando o pigarro.

O medo é uma causa apontada com frequência por atores de teatro para problemas de voz. Bernhard (1988), afirma que a emoção dificulta, junto com outros fatores, a projeção vocal.

Esse sentimento poderá acarretar problemas importantes, como, por exemplo, dificuldade ao engolir a saliva, pois a deglutição não ocorre com facilidade se temos uma laringe pressionada. Sendo assim, o aparelho fonador mal posicionado acarretará dificuldade

na emissão ou na projeção da voz, e o abraço sonoro na platéia ficará prejudicado (BEUTTENMÜLLER; LAPORT, 1974). Para Gonçalves (2004), o corpo, assim como a laringe, endurece, espreme-se, também as articulações e a fisionomia tornam-se duras, e a voz, assim como o corpo, tenderá a ir para trás, ocorrendo um recuo na projeção.

Também o dia da estréia pode ser um fator a afetar a voz do ator. A voz está boa até ele saber que há poucas pessoas na platéia, então ele sofre, ou muitas pessoas, e então ele sofre mais ainda, de medo, e por isso a voz pode não sair.

Marília Pêra (2008) afirma que quando chega ao teatro e vê que há um público imenso, fica mais tensa. Chama isso de “síndrome do fracasso”.

Perder um parente, enfrentar um fracasso de bilheteria, um sucesso de bilheteria, uma separação, a doença de um familiar, filhos problemáticos, todos são bons motivos para um ator ter problemas emocionais e, por isso, sentir um problema de voz.

Como em todo jogo, existem competições, egos, diretores tensos, atores da mesma equipe tensos, exigentes demais, falta de segurança na criação do personagem, medo dos críticos de teatro, medo da crítica da classe artística, o que é ainda pior, pois na verdade, segundo Marília Pêra (2008), quem leva a palmada do público, ou a nota zero, é o ator.

Gonçalves (2004) alerta que, embora o ator necessite de uma direção, alguns conselhos do diretor, empenhado mais no sucesso do espetáculo que na possibilidade de realização do ator na construção do personagem, podem levar a um estado de rouquidão pelo excesso de horas de ensaio, de repetição de cenas de gritos, de muitas variações de tons, de cenas em que o ator fume e em que use posturas que lhe causem desconforto corporal e vocal. Diante da ação de um diretor, podem surgir até mesmo atitudes não fidedignas, como, por exemplo, um corpo e uma voz que não combinem, ou seja, um corpo de velho com uma voz jovem, ou ainda excesso de figurino, um cenário com muita informação, luzes que piscam, muitos sons, enquanto texto e ator ficam enfraquecidos. Bernhard (1988) ressalta que diretor e fonoaudiólogo devem trabalhar juntos, discutindo e analisando cada cena, prevenindo assim os possíveis problemas de voz.

As atrizes enfrentam problemas característicos do sexo feminino. As células cerebrais fetais da menina desenvolvem mais conexões nos centros de comunicação e nas áreas destinadas ao processamento das emoções, e ela crescerá para ser mais falante que seu irmão.

As mulheres também são mais intensas nas emoções. Segundo Brizendine (2006), os homens utilizam cerca de sete mil palavras por dia; já as mulheres, cerca de vinte mil. Por mais que uma atriz esteja rouca, ela não deixará de falar. A histeria é uma característica feminina, e o excesso em sentir uma emoção na representação faz com que haja mais gasto de voz que o necessário, para as mulheres.

Villela (1961) aponta outra diferença, esta de origem anatômica: a laringe feminina apresenta dimensões menores que a laringe do homem, na proporção de aproximadamente 6 para 9. A laringe feminina é menos volumosa e menos proeminente; os ângulos são menos acentuados, e a glote, como as cordas vocais, é mais curta e mais estreita. Além disso, os tecidos são mais delicados ou mais impressionáveis.

Bohadana et al. (2002) advertem que as mulheres podem sofrer alterações na voz em determinados períodos: pré-menstrual (laringopatia pré-menstrual), gravidez (laringopatia gravídica) e menopausa. Estas alterações podem, pois, estar associadas aos hormônios sexuais, e são comumente observadas na prática clínica. Ocorrem pelo declínio da função ovariana e pelo relativo excesso de hormônio andrógênio, causando inchaço de várias regiões do corpo (PINHO, 2007). Esse fato evidencia-se em cantoras líricas, profissionais que passam a ter dificuldade em atingir notas altas, entrando em fadiga vocal.

Embora a alteração vocal ligada aos hormônios sexuais seja fisiológica, dependendo da intensidade tais distúrbios fonatórios devem ser valorizados, uma vez que podem constituir o primeiro sinal de endocrinopatias. Para uma atriz de teatro, o esforço é bem parecido ao de uma cantora lírica, pois, em algumas peças, além de cantar a atriz deverá gritar.

Oliveira (2004), com fundamentação em estudos fonéticos, acrescenta que a articulação é importante para a produção da fala, e que cada fonema tem um movimento de língua (ponta, dorso e raiz); quando isso não ocorre haverá dificuldades que vão desde a dicção até um prejuízo na voz.

Beuttenmüller (1995) afirma que a correta articulação das vogais (língua, lábios e dentes) dá ritmo e clareza na comunicação, a autora chama a língua de chave da comunicação, e acrescenta que o mau posicionamento da língua na emissão de fonemas causa grandes problemas de voz.

Gonçalves (2004) chama de “vogal em pé” uma vogal que não é bem falada, dando uma voz fora do tom ou abafada, e de “vogal sentada” uma voz no tom, ou na terra, ou seja, falada sem esforço, com facilidade de saída ou de projeção. Uma língua recuada na emissão da vogal é como um corpo andando para trás quando se quer ir em frente, significando tensão ou medo, e com dificuldade de se projetar no espaço cênico, no caso dos atores, inclusive porque ocasiona falta de volume.

A falta de um “aquecimento vocal” também é motivo para prejudicar a voz do ator no ato de representar um personagem em uma peça de teatro. Não “aquecer a voz” e ensaiar durante quatro, cinco ou mais horas é, com certeza, chegar ao dia da estréia enrouquecido; é como um jogador de futebol que joga sem aquecer. Aquecer a voz tem por objetivo preparar a musculatura para a recepção de estímulos que permitem ajustar e potencializar a atividade fonatória, evitando o esforço e a sobrecarga muscular, prevenindo, desta forma, lesões e fadiga vocal (PINHO, 2007). A atriz Marília Pêra (2008) confirma esta necessidade e declara que realmente necessita de uma preparação vocal, pois um artista precisa cuidar da sua voz como de uma jóia.

O próprio espaço cênico, ou o teatro, pode ser o responsável pela rouquidão dos atores. Serroni (2002) aponta dificuldades freqüentes para a voz dos atores pela falta de sonorização do espaço. A acústica é muito pouco pensada; o princípio básico é apenas que o som externo não entre e que o som interno não saia, o que é pouco para ajudar na projeção das vozes.

A “quantidade de voz” usada pelo ator em um determinado espaço cênico é causa importante dos distúrbios de voz. O excesso de volume, a falta de volume, o sussurro mal efetuado, até mesmo os personagens que não falam, ou seja, só usam a comunicação não-verbal, mas não a realizam bem, ou seja, forçam o movimento laríngeo da fala sem falar, causando fadiga vocal, são motivos de freqüentes queixas de atores, mas também de diretores e críticos de teatro.

Beuttenmüller e Laport (1974) dizem que o ator deve ter conhecimento do espaço cênico do seu corpo e da sua voz, para assumir a construção do personagem que vai representar. A falta de conhecimento do espaço global, ou seja, do espaço cênico (palco e platéia) em que se vai atuar é a maior causa de atores roucos.

Os microfones podem ser usados neste caso, porém dão a falsa ilusão de que os problemas de voz estarão sanados. Quem não projeta a voz, ou tem dificuldade de dicção, de ritmo, de respiração, de postura, do uso indevido de volumes, de rouquidão, continuará com o mesmo problema quando utiliza microfone. Brito (2004) ainda afirma ser importante ressaltar que o uso do microfone em encenações teatrais não exige o ator de adquirir problemas vocais. Além do que, o responsável pelo som precisa ficar atento para equalizar esse som de acordo com a emissão de cada ator.

## **Conclusão**

Concluiu-se que problemas vocais em atores de teatro podem surgir tanto em decorrência de fatores ambientais como de questões biofísicas ou emocionais e que as mulheres, por questões orgânicas, podem sofrer alterações da voz com mais facilidade.

Assim, torna-se necessário um trabalho de preparação vocal, que consiste em um treinamento da voz de atores que inclui uma avaliação da voz informal do ator, no que diz

respeito à dicção, tom e ritmo e da fisionomia facial, postura e respiração, que podem mostrar tensões emocionais. Após estas avaliações, são recomendados exercícios de aquecimento, de força, de resistência e de flexibilidade das estruturas do aparelho fonador, ressaltando-se que deve também ajudar na concentração, na atenção e na memória do ator para que a voz seja emitida sem esforço.

É importante ressaltar que as técnicas de preparação vocal não deixam o ator embrulhado, estático; muito pelo contrário a técnica não é só para dar conforto e segurança, o que seria até perigoso para um ator sentir, pois no aqui e agora tudo pode acontecer. A técnica, desta forma, ajuda e dá possibilidades para um ator criar deixando-o mais vivo para que ele perceba a circunstância própria de cada apresentação, pois, sendo o teatro ao vivo, não há segurança, e sim, treino para o jogo de cada dia.

### Referências Bibliográficas

- ALEIXO, Fernando. *Corporeidade da voz: voz do ator*. Campinas: Homedi, 2007.
- BERNHARD, Cristiana Caribé Lima. A fonoaudiologia no teatro. In: PICCOLOTTO, Ferreira (Org.). *Trabalhando a voz – vários enfoques em fonoaudiologia*. São Paulo: Summus, 1988. p. 50.
- BEUTTENMÜLLER, Glorinha; LAPORT, Nelly. *Expressão vocal e expressão corporal*. Rio de Janeiro: Enelivros, 1974
- BEUTTENMÜLLER, Glorinha. *O despertar da comunicação*. Rio de Janeiro: Enelivros, 1995.
- BEUTTENMÜLLER, Glorinha. *Nota da aula proferida no Curso Tópicos de Voz na Tragédia – Rio de Janeiro, em setembro de 2006*.
- BOHADANA, Samira Cardoso; Santoro, Patricia Paula; Sennes, Luiz Ubirajara. Doenças hormonais da laringe. In: *Tratado de otorrinolaringologia*. 1ª Edição, São Paulo: Roca, 2002. p. 42.
- BRITO, Marly Santoro. A aplicação do Método Espaço-Direcional- Beuttenmüller no trabalho com atores. In: GUBERFAIN, J. C. (Org.) *Voz em Cena 1*. Rio de Janeiro: Revinter, 2004 . p. 29.
- BRIZENDINE, Louann. *Como as mulheres pensam*. Rio de Janeiro: Campus / Elsevier, 2006.
- GONÇALVES, Rose. A voz do ator. *Caderno de Teatro*, Rio de Janeiro, n. 161. p. 11-13, 2000.
- \_\_\_\_\_. O dinamismo da voz. In: GUBERFAIN, Jane Celeste. (Org.) *Voz em cena 1*. Rio de Janeiro: Revinter, 2004. p. 71.
- GUBERFAIN, Jane Celeste. *Voz em cena*, Rio de Janeiro: Revinter, 2005. v. II.
- OLIVEIRA, Domingos Sávio Ferreira. *Voz na arte: uma contribuição para o estudo da voz falada no teatro*. In: GUBERFAIN, J. C. (Org.) *Voz em Cena 1*. Rio de Janeiro: Revinter, 2004. p. 1.
- PAVIS, Patrice. *Dicionário de teatro*. 3. ed. Trad. J. Guinsburg; Maria Lucia Pereira. São Paulo: Perspectiva, 2007.
- PÊRA, Marília. *Cartas a uma jovem atriz*. Rio de Janeiro: Campus / Elsevier, 2008.
- PINHO, Silvia M. Rebelo. *Tópicos em voz*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.
- PINHO, Silvia M. Rebelo. *Manual de higiene vocal para profissionais da voz*. 4ed. Barueri: Pró-Fono, 2007.
- SERRONI, José Carlos. *Teatros: uma memória do espaço cênico*. São Paulo: Senac São Paulo, 2002.

ROSÂNGELA DE FÁTIMA GONÇALVES

Rua Luiz Augusto Vieira, nº 90 - Rio de Janeiro - tel. (21) 2438.4315 – (21) 9989.4969  
[rose-goncalves@ig.com.br](mailto:rose-goncalves@ig.com.br)