

The book cover features a background of overlapping geometric shapes in various shades of green and yellow, set against a light blue grid pattern. A central white rectangular box with a dark border contains the title and author's name.

Canto Popular: prática e  
aperfeiçoamento  
Renato Frossard

A prática do canto popular tem mostrado grande florescimento na atualidade, tem se desenvolvido e alcançado todos os níveis culturais e sociais. Desde o cidadão iletrado até o acadêmico, a prática do canto popular está presente, seja como forma de entretenimento, seja como modo de subsistência ou até mesmo profissão.

Desde os tempos mais remotos, o canto tem estado presente na vida das pessoas. Mas nunca se viu um crescimento tão expressivo quanto o que testemunhamos nos dias de hoje. Talvez o fato de estarmos vivendo em um mundo globalizado, onde a informação chega até nós numa velocidade incrível, seja a causa de um crescimento tão acelerado da prática do canto popular. A internet permite o acesso à informação de forma rápida e gratuita. Assim, não é mais necessário ir até à uma loja de discos, adquirir um CD e colocá-lo em um reproduutor para poder ouvir nossas músicas preferidas. Basta um clique ou uma rápida pesquisa no Google ou Youtube, famosos sítios da internet, e pronto, temos acesso ao que queremos e, na maioria das vezes, sem ter que pagar nada por isso.

Com tanta facilidade no acesso à informação, não é de se admirar que mais e mais pessoas estejam se interessando e se iniciando na prática e na fruição do canto popular seja com objetivos de puro entretenimento ou com intenções profissionais.

Mas questão que se anuncia é: Com que qualidade esse crescimento está acontecendo? Será que junto com o aumento da prática do canto, tem acompanhado um aumento na consciência de que, como toda arte, o canto envolve o trabalho de aprimoramento, estudo e pesquisa? Será que os cantores têm buscado desenvolver suas aptidões e melhorar os seus conhecimentos em relação à prática do canto e suas particularidades?

De acordo com as pesquisadoras Andrade, Fontoura e Cielo, " o conhecimento a respeito da inter-relação entre ciência e arte é essencial para o adequado aperfeiçoamento do canto. De forma contrária, este desconhecimento pode interferir no sucesso de suas atividades, na qualidade e na produtividade da voz" (Andrade, Fontoura e Cielo, 2007).

É comum que na prática do canto popular sejam cometidos erros, excessos e abusos que podem prejudicar ou mesmo danificar o aparelho fonador. De fato, muitos cantores populares cantam sem ter um conhecimento científico básico que permita a eles uma correta preservação e aprimoramento de seu trato vocal. Assim, acabam cometendo abusos vocais que podem comprometer seriamente a saúde de sua voz.

A adoção de uma rotina simples de cuidados básicos podem garantir a manutenção e o correto funcionamento do aparelho fonador.

Entre os principais cuidados que se deve adotar antes da prática do canto podemos citar:

- Relaxamento
- Exercícios Respiratórios
- Aquecimento
- Vocalizes

O relaxamento é um estado do corpo físico da pessoa que se caracteriza pela ausência de tensões e enrijecimentos musculares. Este estado pode ser obtido através de exercícios que

estimulem a sensação de bem estar e diminuam a ansiedade. Tais exercícios são semelhantes àqueles praticados em algumas modalidades esportivas como a ginástica, a yoga, as artes marciais, etc. Trata-se de exercícios de baixo impacto, que não visam um fortalecimento ou ganho de massa muscular, mas apenas o relaxamento dos músculos do corpo e consequente melhora no funcionamento da voz.

O ato de cantar depende muito da respiração, e por isso, os exercícios respiratórios podem auxiliar muito o cantor em sua prática. Os exercícios respiratórios estimulam o correto enchimento dos pulmões e levam a um melhor controle do diafragma, musculatura responsável pela respiração. A boa educação desta musculatura, bem como o adestramento respiratório levam a um melhor controle da emissão de ar durante a prática do canto o que permite sustentar o som por mais tempo, realizar notas estacatas, fazer um bom uso de apogiaturas, etc. Os exercícios respiratórios devem ser praticados regularmente e podem ser reforçados com a prática de esportes como

a caminhada, a corrida e a natação.

Assim como nos aquecemos para a prática de esportes, nosso aparelho fonador também deve estar aquecido antes de praticarmos o canto. Exercícios simples servem para esse propósito. A emissão de notas longas, em uma altura confortável, a movimentação dos músculos da boca e da face, a execução de uma escala de forma lenta e gradativa, são exemplos de exercícios que podem ser utilizados para aquecer o aparelho fonador.

Finalmente, os vocalizes são exercícios específicos para o desenvolvimento da capacidade do trato vocal para o canto. Através da execução de pequenos exercícios melódicos ascendentes e descendentes, as pregas vocais vão sendo exercitadas progressivamente de forma a alcançar o registro mais agudo e o mais grave para cada cantor, de acordo com sua classificação vocal prévia. Os vocalizes são o centro da técnica vocal e são as principais ferramentas para o aperfeiçoamento da habilidade do canto.

A adoção desta simples rotina pode garantir que o cantor permaneça em campo por muitos e muitos anos sem apresentar problemas vocais. Por outro lado, a prática do canto sem a devida preparação pode causar sérios danos ao aparelho fonador e obrigar o cantor a encerrar a carreira mais cedo.

Sabendo disso, todos aqueles que desejam se dedicar à prática do canto popular devem adquirir o hábito de se prepararem antes de cantar, além de adotar cuidados regulares que preservem o bom funcionamento da voz e propiciem o aprimoramento de suas habilidades para o canto. Assim, poderão exercer essa atividade por muito mais tempo e com muito mais qualidade e precisão.