

EM FOCO

# INTEGRAÇÃO CORPO/VOZ - AS RELAÇÕES DE PESO E APOIOS NA EMISSÃO SONORA

*BODY / VOICE INTEGRATION - THE  
WEIGHT RELATIONS AND SUPPORTS  
IN THE VOCAL EMISSION*

*INTEGRACIÓN CUERPO / VOZ - LAS RELACIONES  
DE PESO Y APOYOS EN LA EMISIÓN SONORA*

**MÔNICA A. P. MONTENEGRO**

## RESUMO

O artigo apresenta, através de fundamentações técnico-teóricas, princípios práticos do funcionamento da distribuição de pesos e apoios do corpo, e suas dinâmicas, na produção sonora. O material discute detalhadamente como esse sistema interage nas relações de sustentação da emissão sonora através da participação de acionamentos do corpo, especialmente pela transmissão de forças através da coluna vertebral. E expõem como tais relações atuam também na estruturação integrada do corpo em movimento com a emissão da voz e ressonâncias.

### **PALAVRAS-CHAVE:**

Voz. Corpo. Integração  
Corpo/voz. Apoios  
Corporais. Pedagogia da Voz.

## ABSTRACT

*The article presents, through technical and theoretical bases, practical principles of the functioning of the distribution of weights and supports of the body, and its dynamics, in the vocal emission. The material discusses, in detail, how this system interacts in the sustaining relations of the sound emission through the participation of global actions of the body, especially by the transmission of force through the spine. And they expose how such relations also act in the integrated structuring of the body in motion with a voice emission and resonances.*

### **KEYWORDS:**

*Voice. Body. Body and Voice  
Integration. Body Support.  
Voice Pedagogy.*

## RESUMEN

*El artículo presenta, a través de fundamentaciones técnico-teóricas, principios prácticos del funcionamiento de la distribución de pesos y apoyos del cuerpo, y sus dinámicas, en la producción sonora. El material discute detalladamente cómo ese sistema interactúa en las relaciones de sustentación de la emisión sonora a través de la participación de accionamientos del cuerpo, especialmente por la transmisión de fuerzas a través de la columna vertebral. Y exponen cómo tales relaciones actúan también en la estructuración integrada del cuerpo en movimiento con una emisión de voz y resonancias.*

### **PALABRAS-CLAVE:**

*Voz. Cuerpo. Integración  
Cuerpo/voz. Apoyos  
Corporales. Pedagogía de  
la Voz.*



## INTRODUÇÃO

**O TRABALHO APRESENTADO A SEGUIR** é parte do material do meu doutorado em andamento no Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas da Escola de Comunicação e Artes da Universidade de São Paulo (ECA/USP), no qual apresento de uma perspectiva teórico-prática, uma abordagem de trabalho com a voz expressiva integrada ao corpo e discuto alguns conceitos que foram cunhados ao longo dos 20 anos de meu trabalho como pesquisadora, pedagoga na Escola de Arte Dramática (EAD/ECA/USP) no curso de formação de ator, preparadora de voz em grupos como o Teatro da Vertigem e também com o diretor teatral Antunes Filho, entre outros.

Com o intuito de avançar na reflexão sobre voz cênica, sua prática e suas relações imbricadas com o corpo expressivo, apresento nesse artigo, especificamente, os princípios relativos à integração corpo-voz no que tange às questões dos pesos e apoios corporais em relação à sustentação sonora e, também, como partícipes da manutenção dos espaços corporais disponíveis para ressonância sonora.

A perspectiva técnica é um lugar de reflexão que passa pelo corpo, pela prática e pela confrontação dos pensamentos teóricos que hoje se desdobram na investigação do corpo cênico. As questões relativas aos parâmetros vocais – altura, intensidade e timbre, basicamente – não se bastam como campo de pesquisa

nesse escopo contemporâneo. As investigações que ampliam o olhar sobre a voz cênica convergem para práticas que lançam mão de conhecimentos interdisciplinares. Um conhecimento maior sobre o corpo perceptivo-anatômico, cinético, afetivo-simbólico e expressivo possibilitou novas relações e novas compreensões acerca do trabalho com a voz. Assim, a abordagem, aqui referenciada, se interessa em aprofundar a investigação dos paralelos entre os elementos estruturantes do corpo e da voz em suas relações efetivas. No âmbito do movimento e da expressividade, desta perspectiva, são eles: centro de gravidade, apoios corporais móveis, distribuição de pesos, camadas do corpo físico, tônus, energia de ação, tempo, planos, direções, ocupações no espaço e dinâmicas de movimento. Tanto do ponto de vista prático, como conceitual, essas interações são referenciais e fundamentam o trabalho de consciência e refinamento de repertório corporal-vocal, expandindo também para o campo da expressividade.

É necessário abordar com maior radicalidade esse paralelismo em um trabalho que se pretenda integrado. É essencial compreender as camadas associativas e desvendar suas dinâmicas de ação relacionais para que se revele, desta maneira, a dimensão de funcionamento integrado em um sistema.

O pensamento aqui sobre corpo e voz – assim como corpo e mente; voz e linguagem ou corpo e linguagem – considera que cada uma dessas instâncias existe na condição física e psíquica simultaneamente, e que se relacionam sempre de maneira recíproca, nas quais uma incide sobre a outra a esculpindo e esculpindo-se concomitantemente.

Sim, voz é corpo; e ainda assim são dimensões capazes de terem espessuras distintas, mesmo integradas ou uma contendo a outra. O corpo contém a voz e a voz contém o corpo. Assim, é possível perscrutar paralelos nas dinâmicas de funcionamento atuante em ambos que ampliam a maneira de abordá-los. Isso é mais que relacioná-los, não se trata de abordar uma das partes para explorar ou sensibilizar a outra simplesmente, mas passar a ter como objeto de estudo a unidade interagente corpo-voz como um sistema de funcionamento com princípios e dinâmicas que os regem mutuamente.

No material que se segue, apresento especificamente aspectos ligados aos apoios corporais e suas dinâmicas de transferências de peso na interação com a sustentação sonora; bem como aponto as implicações dessa integração nas construções de percursos sonoros internos, compreendendo a reciprocidade dos acionamentos e a disponibilização desse sistema implicado também no movimento.

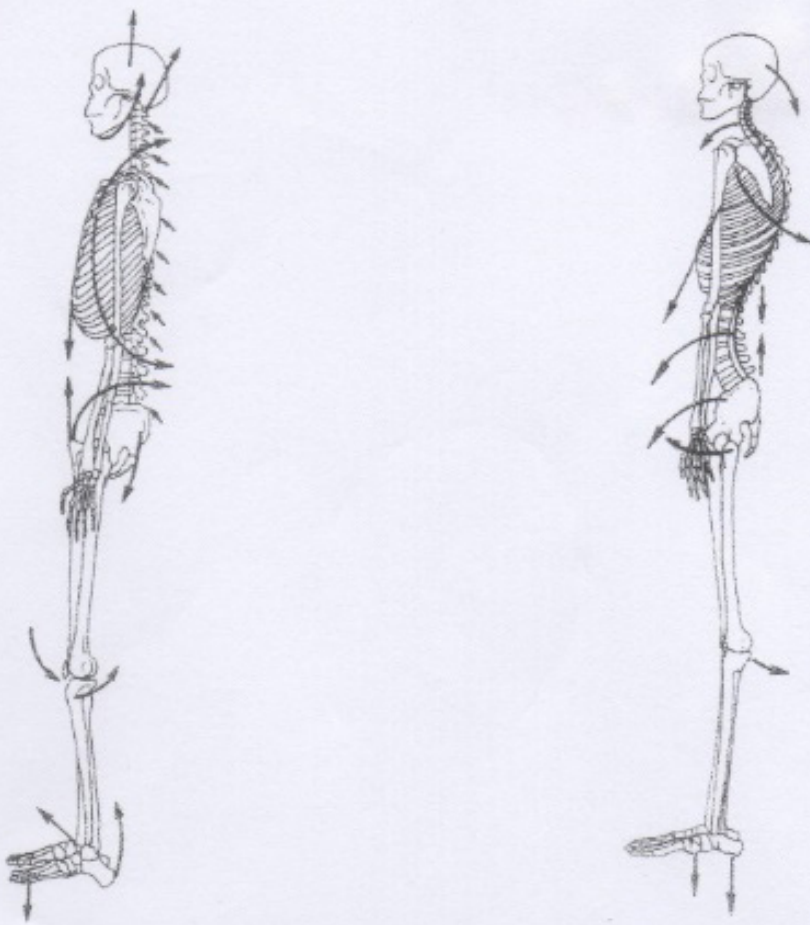


## AS RELAÇÕES DE PESO

As relações de peso e massa do corpo humano no espaço são organizadas a partir da gravidade, seja a favor ou contra essa força. Ao se relaxar o tônus do tronco, conforme a posição do corpo no espaço e consequente atuação da gravidade, essa ação terá um desdobramento: se na posição vertical, o peso descerá, aumentando possivelmente a sustentação na bacia e nas pernas. Se deitado, o peso irá ceder para o lado do corpo que estiver em contato com o chão. O que significa que a ação da gravidade incide conforme a organização das distribuições das massas em relação ao espaço e ao tônus do corpo.

As estudiosas da coordenação motora Piret e Béziers (1992, p. 29),<sup>1</sup> em seus estudos detalhados dos aspectos mecânicos e psicomotores do movimento, nos apresenta os esquemas representados abaixo que decupam as organizações do esqueleto em suas direções dinâmicas de pesos na relação com a gravidade.

**1** As francesas Suzanne Piret e Marie-Madeleine Béziers realizaram, na segunda metade do século XX, a partir de prática clínica, minucioso estudo analítico da biomecânica e da organização da motricidade humana. Referência nos estudos do movimento o material das autoras se alinha hoje às escolas somáticas por associar em seus princípios parâmetros como: “unidade corpo-mente, privilégio à informação que vem do corpo, reconhecimento de padrões de movimento, descoberta pessoal, autorregulação”, entre outros. (BALDI, 2015)



**FIGURA 1 - AÇÃO DA GRAVIDADE SOBRE O ESQUELETO:** a - o corpo humano em pé, organizado; b - o corpo abandonado-se à ação da gravidade. Fonte: Piret e Béziers (1992, p. 29).

A percepção das relações de peso, associada às dinâmicas e variações de sua distribuição, possibilita vivenciar a organização de uma dinâmica referencial, em relação à gravidade, na qual os espaços, os volumes e as massas podem se organizar em equilíbrio dinâmico. A distribuição dos volumes (Figura 1a) propicia a construção do arcabouço interno como espaço arquitetônico organizado pelas próprias forças que agem no corpo.

Esse equilíbrio propicia a abertura de camadas como os espaços articulares ou mesmo a possibilidade de distinção de espaços entre pele e musculatura. Essa distinção, especificamente, tem especial relevância na perspectiva desta abordagem de trabalho com a voz, por favorecer – apesar de, neste texto, não se ter a intenção de avançar nessa discussão – o que na prática é nomeado como corpo poroso. A porosidade corporal para a voz é uma condição que deriva do equilíbrio entre a energia de sonorização e os tónus sutis das camadas musculares e da pele. A qualidade dessa apropriação permite que a voz propague para além do corpo de forma dilatada, isto é, emanada sem pressão e “transpirada” através do corpo como se as camadas deste fossem membranas permeáveis, capazes

de permitir a propagação da ressonância. É, portanto, a porosidade corporal que favorece a permeabilidade sonora.

Retomando as questões de organização postural do corpo em torno do eixo longitudinal:<sup>2</sup> as transferências verticais de peso têm relação direta com as sustentações da voz, pois incidem, entre outras coisas, no tônus da coluna de ar respirado – como abordado mais à frente. As variações de distribuição de pesos organizam de forma diversa as acomodações dos volumes e dos tônus, a vivência de tais dinâmicas possibilita o reconhecimento de locações dos espaços internos corporais, que também são acessados, de forma análoga, nas acomodações sonoras.

Quando vivenciado e reconhecido, o corpo integrado através de suas distribuições de peso se sustenta na relação com os espaços, interno e externo. (PIRET; BÉZIERS, 1992, p. 145) Essa noção também é aplicada nas ocupações espaciais da voz. Isto é, os espaços tanto interno como externo do corpo participam da sustentação emanatória da voz.

O corpo está no espaço e o espaço está no corpo. Essa percepção possibilita uma ocupação interna ativa, acionando um corpo “preenchido”, tal qual a sensação de estar “ocupando” cada uma de suas inúmeras partes, e propicia as relações dinâmicas entre o espaço de dentro e o de fora.

O trabalho de vivência com os pesos na relação de verticalidade é especialmente relevante, para além da referência postural, mas, como já apontado, para a compreensão do funcionamento da dinâmica de apoios da coluna de ar na sustentação sonora. Vários aspectos se desdobram aqui. O conhecimento funcional dos pés e de seus arcos nas variações da distribuição dos pesos do corpo, integrados dinamicamente à bacia e à coluna, atuam diretamente nos modos respiratórios, por exemplo. A qualidade da relação dos pés com o solo atua na dinâmica global do corpo (PIRET; BÉZIERS, 1992, p. 92-93), interferindo inclusive na amplitude dos movimentos da cintura cervical, na mobilidade das escápulas e nas musculaturas do pescoço, incluindo as intrínsecas da laringe.

Para além das relações de apoio na organização do corpo, e da liberdade dos movimentos, a dinâmica com os pesos também condiciona substancialmente

**2** O eixo longitudinal é o eixo de maior comprimento de um volume. No corpo humano é o eixo vertical, também nomeado crâneo-sacral.

a percepção do outro que vê esse corpo. Ela cria focos e sustenta os centros de movimento, se inscrevendo no corpo de forma atuante como produção expressiva; agindo, dessa maneira, inclusive nas construções de sentido da recepção. Isso porque a distribuição variável dos pesos desloca os apoios (corporais e vocais) atuando nas concentrações e nos focos da força/energia, o que altera as qualidades da construção/ocupação do corpo como um todo. E, consequentemente, da figura resultante e de sua imagem (ou estado). Isso pode ser sutil, mas perceptível – em graus variados –, mas revela também, de maneira inversa, o reconhecimento de pontos de contenção de força que possam estar bloqueando o fluxo do movimento expressivo.

Retomando as relações de distribuição das forças de sustentação na sonorização: quando se aciona as forças posturais da relação entre Normal (N) e Gravidade (G)<sup>3</sup> (Figura 3), expandindo a coluna óssea, pela oposição entre elas, ativa-se também o tônus da coluna de ar. Isso significa dizer que as distribuições de peso corporais pelas oposições ou mesmo direcionamentos ósseos, atuam nas relações de pressão e controle de saída do ar respirado. E que o controle voluntário de sustentação de uma emissão estará relacionado às transferências de peso, sejam estas relativas à distribuição, duração ou intensidade.

Em contraposição, na dinâmica de não distribuição em oposição, opera-se na concentração de forças, fazendo com que a ação física de sustentação da voz seja concêntrica (Figura 2), com foco na compressão interna para expulsão do ar. Esse funcionamento leva à força excessiva na fonação<sup>4</sup> e demasiada pressão na emissão sonora que se explicita especialmente nos finais de frase quando essa ação se potencializa. Ou, então, caso a força de esvaziamento de ar não tenha um ponto definido, pode-se ter uma sustentação decrescente ou débil pela ausência de apoio da pressão do ar. O que significa dizer que o apoio da pressão do ar será sempre criado pela oposição dos vetores de estruturação do arcabouço corporal, seja este qual for no corpo, parcial ou global.

De forma esquemática temos as seguintes relações de distribuição dos pesos do corpo na sustentação sonora, quando situado em ponto fixo do espaço:

**3** Gravidade: força de atração exercida em qualquer matéria pelo centro da Terra. Normal: força perpendicular à superfície de apoio, que em um corpo em pé é oposta a ação da gravidade.

**4** Tal dinâmica faz com que a percepção de quem produza a voz, e acusticamente também para quem escuta, seja de contenção vocal, isto é, voz “presa na garganta” ou com esforço, gerando timbre com tensão e sem livre emanação sonora.



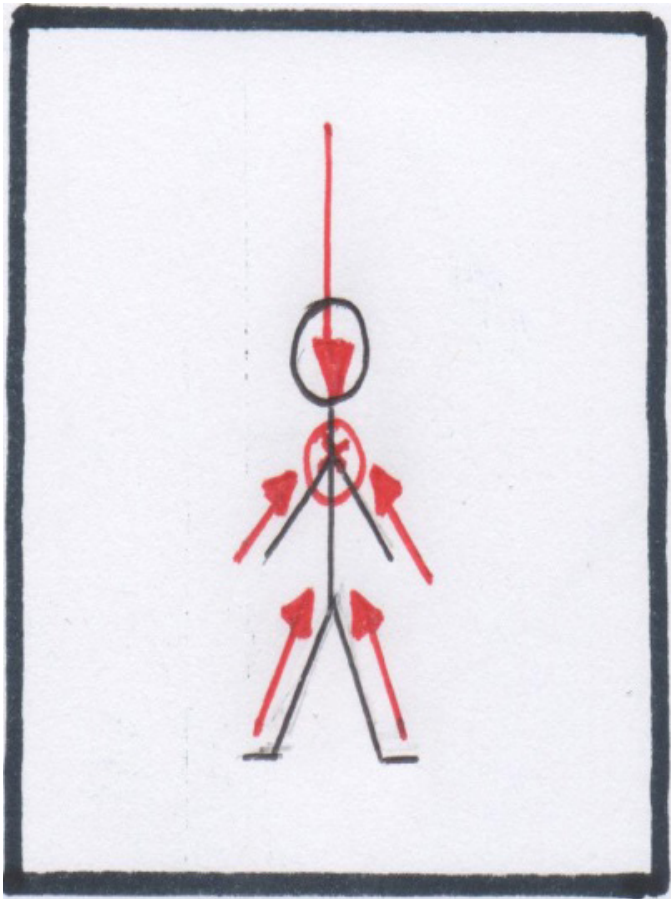


FIGURA 2 – FORÇA CONCÊNTRICA  
– CONCENTRAÇÃO DAS FORÇAS EM UM  
PONTO SÓ, COINCIDINDO COM O PONTO  
DE APOIO DA VOZ. EMISSÃO SONORA  
COM PRESSÃO  
FONTE: elaborado pela autora.

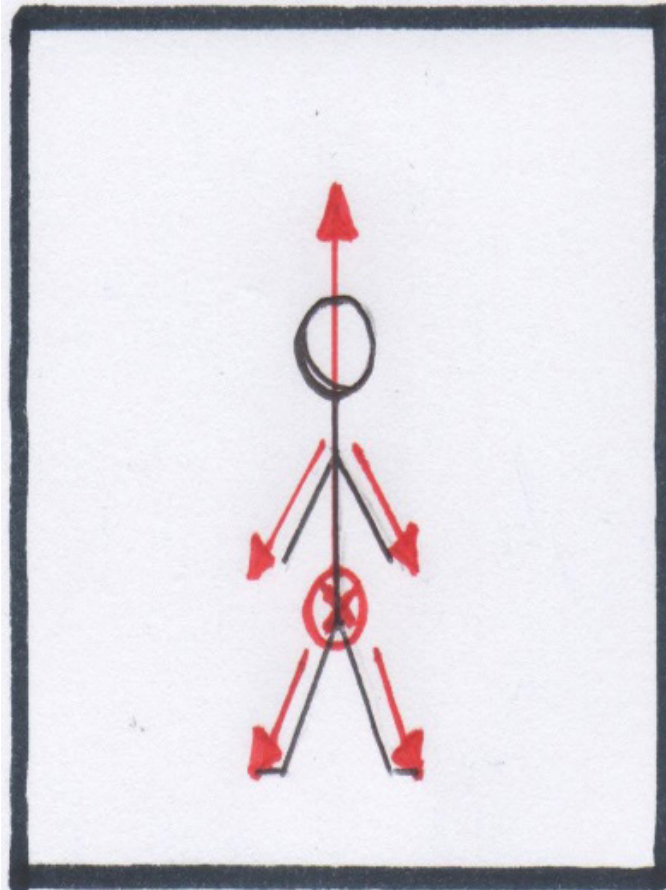


FIGURA 3 – DISTRIBUIÇÃO PARA  
AS EXTREMIDADES DOS PESOS –  
OPOSIÇÃO DAS FORÇAS MANTÉM  
O TÔNUS DA COLUNA DE AR PARA  
SUSTENTAÇÃO SONORA E POSSIBILITA  
ABERTURA DOS ESPAÇOS INTERNOS  
PARA RESSONÂNCIA  
FONTE: elaborado pela autora.

## OS APOIOS: ESTRUTURAÇÃO DE ESPAÇOS INTERNOS

O corpo em movimento está sempre em um estado de transferência de pesos e, em decorrência, com pontos de apoio que se deslocam. Vivenciar as transferências dos pesos do corpo e o reconhecimento das direções de vetores de força e de suas oposições permite experimentar a dilatação e as sustentações tanto do movimento e da voz, como dos espaços internos do corpo na ocupação da voz e de suas ressonâncias.

Para um corpo expandido, é necessário que os vetores de força de sustentação da massa corporal estejam organizados do centro do corpo em direção às extremidades. Quando considerado o corpo todo, temos a figura da estrela, formada pela bacia como centro de gravidade e as cinco extremidades:<sup>5</sup> cabeça, mãos e pés. E, conforme a posição ou movimento, a distribuição pode ser feita em partes desses eixos ou em combinações diversas, como por exemplo, uma oposição entre cabeça/pé direito, ou bacia/mão esquerda etc. Se considerado segmentos do corpo como focos, parte-se destes para pontos mais periféricos – sempre em direção às extremidades do corpo e criando alguma oposição – para mantê-los estruturalmente organizados, abertos e disponíveis.

O não direcionamento das oposições aumenta a compressão interna, que também interfere no aproveitamento dos espaços de locação e ressonâncias da voz, comprometendo inclusive a dilatação do corpo sonoro. A pressão do ar para emissão será derivada basicamente da pressão de expulsão do ar para fora dos pulmões, em um movimento de esvaziamento do espaço de dentro em direção à ocupação do espaço de fora através da voz. As oposições, justamente, possibilitam a manutenção de espaços internos dilatados, mesmo no esvaziamento do ar, e atuarão tanto sobre as pressões do ar como nas ocupações da voz e sua ressonância. Tais oposições, também acionadas através de direcionamentos ósseos, atuam nos ligamentos profundos da coluna vertebral (os longitudinais), que ao abrirem espaços de descompressão intervertebrais a alonga. Por serem estruturas anatomicamente paralelas, o aumento do comprimento da coluna óssea age aumentando o tônus da coluna de ar. Isso quer dizer que quanto mais se distender essa oposição vertical, maior será a pressão interna gerada na coluna de

**5** Conceito expandido a partir do material da Béziers, dado em aula pela especialista em Coordenação Motora Lu Favoreto – Estúdio Nova Dança, SP, 2000.

ar – dentro dos limites orgânicos. Dinâmica, essa, que independe da quantidade de ar. Os mecanismos aqui, na realidade são um pouco mais complexos. Participam também os tendões diafragmáticos<sup>6</sup> que se conectam com as vértebras lombares e tem função relevante na ação sobre as pressões do ar. Eles atuam, apesar de nem sempre reconhecida, na possibilidade de, em final de emissões sonoras – situação de pouco ar – ou acentos em intensidade forte, reapoiar o diafragma sem nova retomada de ar, por exemplo. Isso se dá acionando-os intencionalmente – descendo o diafragma – e gerando um “re-apoiar”, que, mesmo com pouco ar, aumenta a pressão.

Isso nos aponta alguns caminhos de exploração que revelam a ação de distribuição dos pesos e dos direcionamentos ósseos como fundamentais no trabalho de apoio e sustentação sonora, ampliando a perspectiva de trabalho com foco em um único mecanismo de ação ligado apenas ao controle primário de saída do ar expirado.

Vejamos, então, como a dinâmica de distribuição de pesos e aberturas de espaços interage, pela coluna, na respiração e na voz. A disponibilidade da coluna óssea está diretamente ligada à capacidade de dilatação do corpo e aberturas de ressonâncias.

A conexão ísquio-calcâneo é o acionamento das linhas de peso posterior das pernas, responsáveis, entre outras ações, em manter-nos em pé. A conexão ísquio-calcâneo se dá através da ação do períneo – aproximação dos ísquios e de uma pequena balsa interna da bacia para frente – e distribuição do peso pelas pernas, associado à pequena compressão contra o chão dos calcanhares; ativa-se, em decorrência, se em posição vertical, a oposição das forças normal/gravidade. Em um corpo receptivo aos fluxos das transferências de peso, a resultante dessa ação reverberará na sustentação da coluna desde a base do corpo – pernas e pés – e no acionamento da percepção do centro de gravidade (CG).<sup>7</sup>

A ação intensificada na coluna reforçará a percepção de eixo vertical e irá colaborar com a sensação de estar dentro de si, que favorece a ocupação interna como integração consciente desses volumes. Tal vivência possibilitará o reconhecimento dos volumes internos entre frente e trás por dentro do corpo, associado,

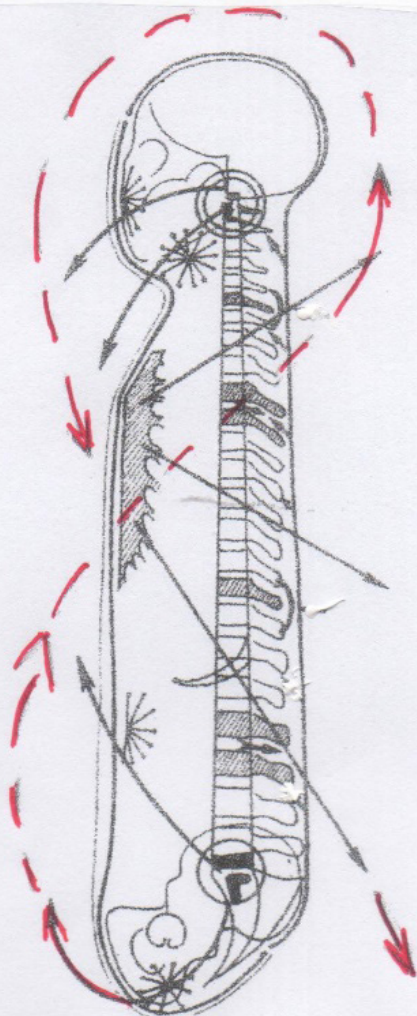
**6** A estrutura posterior da base do diafragma é formada por dois pilares musculares que em suas extremidades são tendíneas – tecido conjuntivo com capacidade flexível e de grande resistência à tração. Os tendões diafragmáticos se inserem nas vértebras lombares e se misturam ao ligamento longitudinal anterior da coluna vertebral.

**7** Na física, o centro de gravidade (CG) de um corpo é o ponto no qual se concentra a aplicação da força da gravidade que atua sobre sua massa. A distribuição das relações de peso alteram as resultantes das forças e o ponto onde são aplicadas, o que significa que no corpo humano o CG é dinâmico nos deslocamentos de peso e movimento. No entanto, como conceito referente, o CG do corpo humano se situa na cintura pélvica – com o centro localizado geralmente em ponto interno um pouco abaixo do umbigo.

especialmente, ao repouso do gradil torácico pela descida do osso esterno (e musculaturas correspondentes) e sustentação posterior das costelas pela coluna vertebral, colaborando para que se desperte a noção de profundidade interna (plano sagital).

O acionamento ísquio-calcâneo reflete também no diafragma através de seus tendões. O alongamento da coluna e a conseqüente abertura entre as vértebras, especialmente as lombares, alongará também os tendões diafragmáticos que participarão da manutenção do tônus do diafragma na sustentação e controle das pressões do ar.

Utilizando, mais uma vez, esquema proposto por Piret e Béziers (1992, p. 53), é possível visualizar a relação dinâmica da coluna na integração da bacia com a base da cabeça e o plano da boca; e reconhecer, como desdobramento, a distribuição direcional de pesos em equilíbrio dinâmico do “fluxo em 8”:



**FIGURA 4 –**  
**EQUILÍBRIO DINÂMICO**  
**DE “FLUXO EM 8”.**  
**FONTE:** Piret e  
Béziers (1992,  
p. 53) com  
sobreposição de  
traço da autora.

Na Figura 4, podemos ver a organização dinâmica das distribuições de peso do tronco e da cabeça. Nesta, o movimento das articulações da coluna com a bacia é orientado para o centro de trabalho muscular períneo-umbigo – acionado na aproximação dos ísquios e na relação ísquio-calcâneo – e o das articulações da coluna com a cabeça, direcionado para o trabalho muscular hioide<sup>8</sup> – boca. As duas direções provocam o recuo do esterno que abre o tórax para trás. Esse deslocamento possibilita abertura da musculatura dos intercostais posteriores, que permite a respiração posterior e abertura da base dos pulmões. O fluxo da distribuição dos pesos ainda segue ascendente pela parte alta posterior organizando a musculatura da nuca (cervical e base do crânio), liberando espaços do fundo da boca e equilibrando tônus e posição do pescoço e da língua. Nessa descida pela frente até o tórax, se inclui a laringe, que também se posiciona sem tensões associadas. O percurso segue no direcionamento posterior inferior que incidirá, na base do corpo, como conexão ísquio-calcâneo, integrando os volumes corporais e mantendo a continuidade do fluxo.

A conexão ísquio-calcâneo, como disparadora da relação com a superfície de apoio do corpo, desencadeia, como discutido, várias das relações integrativas de sustentação do corpo e da voz, integrando base com tronco e cabeça, interagindo no tônus da coluna de ar e desencadeando possibilidades de organização que disponibilizam o corpo como ressoador mais poroso. Os apoios físicos integram de forma determinante as emissões sonoras enquanto sustentação, controle, equilíbrio da pressão do ar e manutenção dos espaços de locação corporal da voz para uma produção dilatada de ressonância.

Toda a produção vocal estará, dessa forma, em intrínseca relação com os mecanismos de organização global do corpo. Os apoios vocais serão dinâmicos e estarão, em um corpo em movimento, tão, ou mais, implicados nas relações de construção de pressões pelas oposições físicas, do que pela quantidade de ar ou pelo domínio deste apenas no foco diafragmático. Para tanto, é preciso que se experimente intimamente as direções e dinâmicas dessas distribuições. Elas mantêm conexões com os centros disparadores do movimento e, ao mesmo tempo, relação com os volumes corporais implicados; e organizam no movimento os espaços internos disponíveis para as ocupações sonoras. Essa integração permite também o alívio do esforço na fonação em ações de fisicalidade intensa.

**8** Osso em forma de ferradura que se localiza na porção anterior do pescoço, abaixo da mandíbula e a frente da porção cervical da coluna vertebral. Centro de conexão de vários músculos e estruturas moles da cabeça e pescoço. Estrutura também os músculos da base da língua.

Tal vivência, averiguada em profundidade no corpo, registra uma organização funcional referencial nas construções corporais que integram voz e movimento, e que se reafirma a cada instante por ser perceptível sensorialmente na estruturação e na dilatação da ação física e da voz.

As apropriações das relações sutis dos fluxos de transferências dos pesos e as acomodações dos volumes internos possibilitam a vivência de abertura sensível de espaços internos para ocupação de ressonâncias, ampliando o repertório de qualidades vocais e despertando possibilidades de percursos sonoros. Os percursos sonoros são deslocamentos internos da voz com ocupações que transitam por locações corporais em dinâmicas variadas. E estes, por sua vez, ativos, resgatam as inscrições no corpo das trajetórias sensibilizadas pelos deslocamentos dos pesos, incitando, por equivalência, novos caminhos e focos internos.

A integração segue de forma concomitante, refina-se, com os deslocamentos dos pesos, a percepção de camadas e densidades internas de ocupações, em imbricada relação de sensação, imagem perceptual e possibilidades de experimentação corporal da voz, as quais, em relação recíproca, também sensibilizam o corpo.

Assim, se desdobram espessuras relacionais nas quais o corpo pode se apoiar na ocupação da voz para manter sua dilatação interna e, de forma mútua, a voz se modelar nos arcabouços corporais construídos no movimento.

Os princípios dessa prática são aplicáveis, como se evidencia, no corpo em deslocamento diverso, tanto em planos como em dinâmicas de movimento. As relações de sustentação da voz integradas às oposições de peso, seja pelo direcionamento ósseo ou pelos apoios, operam no corpo solicitados pela ação física e/ou pela dinâmica da voz. De todo modo, o reconhecimento do sistema integrado exige a experiência da vivência global para que se inscreva na percepção como princípio ativo e possa ser acionado funcionalmente quando requisitado.

Vivenciar as variações de apoios internos no corpo sem<sup>9</sup> deslocamento no espaço possibilita compreendê-los dentro de um sistema funcional que, inscrito como referência sensível na percepção, se amplia para as dinâmicas de movimento no

**9** Vivência descrita nesse artigo de forma mais detalhada, mas na prática se realiza combinada, em graus variados, às dinâmicas de movimento no espaço.

espaço, considerando as correspondências que operam por similaridade também nos segmentos ou volumes parciais do corpo.

Os arcabouços que sustentam a dilatação interna para a voz se organizam – se integrados – na relação estrutural do movimento, indicando que a sustentação de emissões sonoras em um corpo em movimento também não é fixa e estará sempre relacionada às possibilidades de apoios internos dentro dessa organização transitória que é o movimento.

Desse modo, expandem-se os territórios integrativos dos movimentos – físico e vocal –, nos quais se operam a estruturação de espaços internos para ocupação da voz, de sua tridimensionalidade e sustentação na própria constituição do movimento. Concomitantemente, a voz, ocupando determinado espaço corporal, o mantém vívido, em uma relação na qual um é sensível às necessidades (duração, intensidade etc.) e acomodações do outro de maneira recíproca, em relação dinâmica e integrada.



## REFERÊNCIAS

- BALDI, Neila. Pensamentos somáticos de Laban e Béziers para a dança. SEMINÁRIO DE DANÇA ANGEL VIANNA, 3., 2015. Rio de Janeiro. *Anais eletrônicos...* Rio de Janeiro: Escola e Faculdade Angel Vianna, 2015. v. 1. Disponível em: <<http://www.escolaangelvianna.com.br/seminario/anais/trabalho/pensamentos-somaticos-de-laban-e-beziers-para-a-danca>>. Acesso em: 23 maio 2018.
- BÉZIERS, Marie-Madeleine; PIRET, Suzanne. *A coordenação motora: aspectos mecânicos da organização psicomotora do homem*. Tradução: Ângela Santos. São Paulo: Summus Editorial, 1992.
- RODACKI, André L. F. *Centro de gravidade e equilíbrio*. Disponível em: <[http://www.profedf.ufpr.br/rodackibiomecanica\\_arquivos/Centro%20de%20Massa.pdf](http://www.profedf.ufpr.br/rodackibiomecanica_arquivos/Centro%20de%20Massa.pdf)>. Acesso em: 25 jan. 2018.

**MÔNICA A. P. MONTENEGRO:** é fonoaudióloga, especialista em voz, é terapeuta, professora e pesquisadora da voz e suas poéticas na cena. Professora da Escola de Arte Dramática da Universidade de São Paulo (USP). Trabalhou com Antunes Filho, Enrique Diaz, Teatro da Vertigem e na preparação de voz do longa *Elena* (Petra Costa, 2012), entre outros. Membro fundadora e leitora da Cia. de Leitores Públicos, é integrante do Núcleo de estudos, pesquisa e criação em dança- EPCM - Estúdio 8 Nova Dança, direção de Lu Favoreto. É doutoranda no Programa de Pós-Graduação em Artes Cênicas (PPGAC) da Escola de Comunicação e Artes (ECA) da USP.