

# TÉCNICAS DE AQUECIMENTO VOCAL UTILIZADAS POR PROFESSORES DE TEATRO

## *Vocal warming techniques used by theater teachers*

Bianca Aydos <sup>(1)</sup>, Eliana Midori Hanayama <sup>(2)</sup>

### RESUMO

**Objetivo:** este trabalho teve como objetivo conhecer as técnicas vocais utilizadas por professores no aquecimento vocal e compará-las com o que é descrito na literatura. **Métodos:** a pesquisa foi realizada com 15 professores de teatro do RS, por meio de um questionário. **Resultados:** dos 15 professores, 12 (80%) utilizam exercícios de aquecimento vocal. Três (25%) utilizam 15 a 20 minutos; seis (50%) fazem 10 minutos de exercícios vocais por aula e os outros (25%) utilizam 20 a 30 minutos para o aquecimento vocal. As técnicas citadas pelos professores são variadas e a maioria é encontrada na literatura, porém nem todas são efetivas e referidas para o aquecimento vocal. **Conclusão:** tendo em vista os objetivos dos exercícios de aquecimento, é importante diferenciá-los de técnicas utilizadas em aula para melhorar a performance vocal na interpretação, já que, para realizar determinadas técnicas, é fundamental que o aparelho fonador esteja preparado para uma melhor articulação e produção vocal.

**DESCRITORES:** Voz/fisiologia; Qualidade da voz; Cordas vocais/fisiologia; Prática profissional

### ■ INTRODUÇÃO

O fonoaudiólogo tem habilitação para ser ator coadjuvante dentro de escolas e grupos de teatro. Porém isso ainda não é uma realidade<sup>1</sup>. Os professores geralmente atuam sozinhos e alguns aplicam exercícios sem conhecer a fisiologia dos mesmos. Estes, por vezes, tornam-se nocivos para o trato vocal<sup>1</sup>. A falta de informação, ou uma informação inadequada, podem ser frutos de orientação duvidosa, fazendo dos atores verdadeiros fantoches vocais<sup>2</sup>.

A laringe é um órgão delicado e suscetível a lesões por mau uso e abuso da voz, principalmente quando não existe preparação adequada. Portanto, o aquecimento e o desaquecimento da musculatura envolvida na fonação são fundamentais para a saúde e performance vocal<sup>3-5</sup>. O fonoaudiólogo pode complementar o trabalho de professores de teatro orientando sobre anatomia e fisiologia do aparelho fonador e técnicas vocais adequadas<sup>3</sup>. A atividade fonoaudiológica, dentro de grupos de teatro, visa o aperfeiçoamento vocal e também a prevenção de alterações na voz<sup>6</sup>. Para que a orientação seja mais efetiva den-

tro dos cursos de teatro, faz-se necessário verificar se os professores realizam aquecimento vocal e então conhecer as técnicas utilizadas por eles no aquecimento vocal e compará-las com o que é descrito na literatura.

#### Fonoaudiologia e Teatro

Existem algumas barreiras quanto à atuação do fonoaudiólogo em grupos formado por atores. A solicitação do trabalho pode parecer consciente por parte do grupo, porém é uma conscientização camuflada, pois poucos entendem qual a função do fonoaudiólogo<sup>7</sup>.

É função do fonoaudiólogo conscientizar e preparar vocalmente quem utiliza a voz como instrumento de trabalho, prevenindo problemas vocais. Também deve esclarecer os atores sobre suas potencialidades vocais, desenvolvendo a respiração, postura, relaxamento e higiene vocal, associado a um trabalho de ressonância, articulação, projeção vocal, entre outros<sup>8</sup>. A realidade mostra que o ator dificilmente toma cuidados com o preparo vocal<sup>3</sup>.

#### Aquecimento vocal

A finalidade é de aquecer a musculatura das pregas vocais, realizando exercícios de respiração e de voz antes de uma atividade intensa, evitando um quadro de fadiga vocal que pode levar, muitas vezes, a lesões<sup>9-10</sup>. São fundamentais na estética vocal de profissionais da voz<sup>6</sup>.

Os exercícios de aquecimento vocal têm como principais objetivos: possibilitar correta coaptação das pregas vocais, resultando em uma qualidade vocal com maior componente harmônico; diminuir o fluxo translótico por

<sup>(1)</sup> Especialista em VOZ.

Fonoaudióloga em clínica particular.

<sup>(2)</sup> Especialização em Fonoaudiologia clínica pela Universidade de Kyoto, Japão, mestre em Ciências pela USP.

Professora em cursos de especialização em Motricidade Oral e Voz e Fonoaudiologia Clínica.

meio de uma inspiração rápida e curta e uma expiração controlada; permitir maior flexibilidade das pregas vocais para alongar e encurtar durante as variações de frequência; deixar a mucosa mais solta, dar mais intensidade e projeção à voz; proporcionar uma melhor articulação dos sons, reunindo melhores condições de produção vocal<sup>11</sup>.

Técnicas vocais são um conjunto de procedimentos facilitadores da voz, que estão incluídos em toda a conduta fonoaudiológica: prevenção, reabilitação e aperfeiçoamento vocal. Com o entendimento da anatomia laríngea e da fisiologia fonatória é possível escolher as técnicas mais adequadas para o treinamento vocal. O conhecimento e a atualização das técnicas vocais existentes e fisiologicamente mais equilibradas proporcionam a longevidade da voz, tornando-se um fator imprescindível nos trabalhos de aperfeiçoamento vocal<sup>6</sup>.

Técnicas vocais são pouco conhecidas e utilizadas pela maioria dos profissionais da voz, pois infelizmente ainda existem muitos coros amadores (e até profissionais) que não praticam exercícios de aquecimento vocal. As bases das técnicas vocais são constantes e universais, e tem como objetivo desenvolver meios facilitadores da voz através de: relaxamento, respiração, coordenação entre relaxamento e respiração, articulação, ressonância e projeção vocal. É um momento de unificação de sensações através do relaxamento global, corporal e mental, e não apenas vocal, proporcionando assim um clima de ensaio<sup>4,6</sup>. Outros autores consideram a importância da prontidão dos músculos do trato vocal para a realização de ajustes fonatórios. Portanto, sugerem que o corpo esteja livre de tensões indesejadas, o que não significa estar relaxado<sup>12</sup>.

Pesquisas de campo citam a efetividade do aquecimento vocal, principalmente para cantores. Poucas referências são encontradas mencionando outros profissionais, como por exemplo os atores de teatro<sup>5</sup>. O aquecimento vocal para atores de teatro, citado por Quinteiro<sup>12</sup>, difere das técnicas citadas por outros autores. Ela utiliza e emissão de vogais, considerando pontos corporais.

## ■ MÉTODOS

A pesquisa foi realizada com 15 professores de teatro do estado do Rio Grande do Sul. Os professores receberam um questionário fechado para responderem, após assinatura de consentimento informado. Este continha perguntas objetivas e descritivas.

Para seleção dos professores não foram utilizados critérios de exclusão, ou seja, não houve restrição quanto às modalidades de atuação como teatro amador universitário ou profissional e nem quanto ao tempo de experiência.

O questionário foi aplicado nos locais de atuação, fora dos horários de aula.

A pesquisa foi realizada durante os meses de dezembro de 2002 e janeiro e fevereiro de 2003.

Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética e

Pesquisa do Centro de Especialização em Fonoaudiologia Clínica com o nº 010/03.

## Questionário Aplicado

Nome: \_\_\_\_\_

Data de Nascimento: \_\_\_\_\_

Formação: \_\_\_\_\_

Curso de teatro: ( ) completo ( ) incompleto

Tempo? \_\_\_\_\_

Onde? \_\_\_\_\_

( ) 3º grau ( ) completo ( ) incompleto

Qual curso? \_\_\_\_\_

Onde? \_\_\_\_\_

( ) Pós graduação ( ) Mestrado

( ) Doutorado

1. Tempo de atuação como professor? \_\_\_\_\_

2. Local de trabalho? \_\_\_\_\_

3. Utiliza exercícios para aquecimento vocal?

( ) sim ( ) não

4. Quantos minutos por aula? \_\_\_\_\_

5. Quais Exercícios? Descrever os cinco mais importantes preenchendo o quadro:

Nome
Como é realizado
Objetivo do exercício

## ■ RESULTADOS

Do total de 15 professores, 12 (80%) utilizam exercícios de aquecimento vocal.

O tempo utilizado para os exercícios de aquecimento varia de 10 a 30 minutos. Três (20%) entrevistados utilizam 15 a 20 minutos; seis (50%) fazem 10 minutos de exercícios vocais por aula e os outros (25%) utilizam 20 a 30 minutos para o aquecimento vocal.

A tabela 1 mostra os exercícios citados pela amostra. Cada professor mencionou no mínimo 4 técnicas:

## ■ DISCUSSÃO

Segundo a literatura, o aquecimento vocal é citado como fator importante no momento em que antecede o uso da voz profissional. Tem como principal objetivo reunir melhores condições de produção vocal<sup>5-6, 12-13</sup>. Em uma pesquisa realizada com um grupo de coralistas, to-

**Tabela 1 - Descrição dos exercícios mais citados e o número de sujeitos que relataram utilizar os exercícios**

Exercícios citados	Quantos utilizam
Som vibrante de língua	06
Som nasal	06
Respiração- inspiração e expiração	06
Empinar pandorga – murmurar vogais, palavras e frases elevando a intensidade	05
Som frontal, nasal, peitoral e diafragmático soltar o /m/ com a mão na cabeça fazendo o crânio vibrar. Após vibrar nariz, peito e diafragma	03
Circular da língua dentro da boca no sentido horário e anti-horário e para fora	03
Emitir vogais do mais grave ao mais agudo:	
Projeção vocal com A E I O U	03
Trava línguas e frases complicadas	03
Fazer caretas, movimentar a maxila e exercitar a língua liberando tensões	02
Pêndulo (jogar o corpo para baixo e soltar a respiração)	02
Triângulo dos sentimentos: relaxa a máscara, língua, lábios, ombros e pescoço	02
Uso de consoantes diferenciadas para melhorar a articulação e dicção (p,b,d,t,m,n,z,s)	01
Articular palavras com lápis ou rolinha entre os dentes	01
Projetar a voz com palavras e frases para o fundo do palco	01
Vibrante de garganta	01
Falar sílabas la le li lo lu	01
Cantar para ninar	01
Espreguiçar e bocejar	01
Deslocamentos corporais e vocais pelo espaço	01
Som basal	01
Ressonância com ua e oia vibrando no peito, entre os olhos e na testa	01
Emissão de vogais: com a mão no abdômen, coluna e costelas emitir consoantes “P” e “T” associada a vogais	01
Esfregar as mãos e massagear o rosto e couro cabeludo em movimentos circulares	01
Técnica do chiclete: mascar chiclete para aquecer os músculos da face e da boca	01
Repetição de palavras fáceis	01

das responderam, após atuação fonoaudiológica, que o aquecimento vocal aplicado pela regente e fonoaudiólogas é muito importante para o desempenho enquanto cantoras<sup>14</sup>. Nesta pesquisa 12 (80%) dos 15 (100%) professores utilizam exercícios de aquecimento.

Os exercícios de aquecimento vocal ocorrem, em média, durante 15 minutos<sup>5,11-12,14-15</sup>. Três (25%) entrevistados utilizam 15 a 20 minutos. O tempo utilizado pelos professores para realizar os exercícios de aquecimento vocal varia de 10 a 30 minutos. Seis (50%) fazem 10 minutos de exercícios vocais por aula e os outros três (25%) de 20 a 30 minutos. Portanto a metade dos professores entrevistados executa os exercícios em tempo inferior ao que é descrito.

Quanto às técnicas utilizadas, a vibração de língua foi citada por cinco professores e é mencionada, por alguns autores, como um dos principais exercícios para aquecimento vocal. Ela permite melhor efetividade glótica e maior irrigação sangüínea dos tecidos<sup>10,12,15-16</sup>. É sugerido que se realize a vibração com lábios protuídos, fazendo um bico, e não lateralizando-os, já que esta postura causa tensão na musculatura da face, do pescoço e conseqüentemente da laringe<sup>16</sup>. O som vibrante de garganta não foi encontrado na literatura, portanto é mais adequado utilizar exercícios de vibração de língua e lábios, pois estes são efetivos e têm explicação fisiológica.

A utilização dos sons nasais foi mencionada por seis professores e, conforme a literatura, auxiliam na coaptação glótica, permitindo a percepção das vibrações da face com foco maior no nariz, servindo como facilitador para a projeção vocal<sup>10,16</sup>. Portanto, não é possível vibrar o peito e o diafragma com o som nasal, como foi referido por três professores.

Exercícios respiratórios são extremamente importantes para a performance vocal de um ator, por isso, segundo alguns autores, devem estar incluídos no processo de aquecimento da voz e da musculatura respiratória, com exercícios de inspiração rápida e expiração prolongada. O intuito é de flexibilizar e desenvolver o domínio dos músculos da respiração. Podem ser utilizados sons fricativos surdos<sup>4,10-11,16</sup>. Exercícios de inspiração e expiração, citados por 6 professores, asseguram um fluxo contínuo auxiliando na redução de tensões laríngeas e evitando o fechamento da glote antes da iniciação da fonação. O apoio e o suporte respiratórios são fundamentais para cantores e atores<sup>6</sup>.

Usar palavras ou frases e ir aumentando o volume murmurando, foi referido por 5 entrevistados. No aquecimento vocal do canto, o controle da intensidade deve ser trabalhado utilizando sons nasais, vibrantes e vocalizações, variando de forma a aumentar e diminuir lentamente a intensidade sem variar a frequência<sup>11,16</sup>.

Foram citados exercícios de fazer caretas, movimentar a maxila, exercitar a língua com movimento circular dentro da boca no sentido horário e anti-horário, arrastando-a para fora e para dentro. Estas técnicas foram des-

critas como exercícios teoricamente úteis no fortalecimento da língua, diminuindo o esforço vocal durante a fala<sup>4,10,12,15-17</sup>. Porém os autores que escrevem sobre aquecimento e desaquecimento vocal no canto não relatam tais técnicas para aquecimento.

Três dos entrevistados citaram a emissão de vogais do mais grave ao mais agudo. Esta é descrita, por alguns autores, como técnica de aquecimento vocal para o canto e sugerem realizar escalas ascendentes com vibração de lábios e língua e som nasal. Para trabalhar a projeção vocal com A E I O U, os mesmos autores aconselham prolongar vogais nota por nota em fraca intensidade para controle da pressão glótica<sup>6,11,12</sup>.

Na pesquisa foram citados exercícios para trabalhar a ressonância com “ua”, “oia” vibrando no peito, entre os olhos e na testa e também a emissão de vogais com a mão no abdômen, coluna e costelas. O aquecimento vocal para atores de teatro, citado por Quinteiro<sup>2</sup>, difere das técnicas citadas por outros autores. Com relação aos exercícios com vogais, a autora ensina associar a emissão com a colocação dos dedos em diferentes pontos do corpo, visando uma melhor amplificação do som.

Um professor citou a repetição de palavras fáceis, porém é muito mais adequado utilizar o exercício de trava línguas e frases complicadas. Estes são encontrados na literatura como exercício para melhorar a articulação e são mais usados no desaquecimento vocal<sup>11</sup>.

Alguns autores utilizam exercícios corporais para quebrar padrões de tensão corporal antes de realizar exercícios específicos, no caso, para o canto. O corpo deve estar livre de tensões indesejadas, o que não significa estar relaxado<sup>(15)</sup>. Portanto, o exercício do pêndulo, citado por dois dos professores, onde o indivíduo joga o corpo para baixo e solta a respiração, também é utilizado como aquecimento para liberar tensões. Movimentos amplos do corpo, espreguiçando-se e fazendo o alongamento de todo o corpo, sempre associado à respiração, é sugerido<sup>10-12</sup>.

Uso de consoantes diferenciadas para melhorar a articulação e dicção, referida por um professor, corrobora com o que é descrito. Exercícios de repetição precisa e em velocidade maior de seqüência silábica com diferentes combinações de consoantes são utilizados para trabalhar a dicção após o aquecimento da voz<sup>16</sup>.

Dois dos entrevistados descreveram o “triângulo dos sentimentos” para relaxar a máscara, a língua, lábios, ombros e pescoço. Técnicas de expressões faciais visam a liberação das tensões na região facial. O movimento da mandíbula propicia a liberação dos articuladores da fala e melhora a ressonância para uma emissão facilitada<sup>6</sup>.

Articular palavras com lápis ou rolha entre os dentes é descrita como técnica da sobrearticulação, que visa a redução da hipertonicidade laríngea através de um melhor aproveitamento das estruturas supraglóticas<sup>16-17</sup>. É

importante que o aplicador das técnicas afaste problemas relacionados à articulação tempromandibular, antes de realizar o exercício<sup>16</sup>. Este exercício não é mencionado como técnica para aquecimento vocal.

Projetar a voz, com palavras e frases para o fundo do palco, é citada como técnica de projeção vocal, que auxilia no aperfeiçoamento e no desenvolvimento de um maior alcance da voz, de acordo com a necessidade do indivíduo em diferentes ambientes<sup>6</sup>.

O bocejo espreguiçando-se é mais referido no desaquecimento vocal<sup>18</sup>. Somente um autor sugere utilizá-lo no aquecimento<sup>10</sup>. A técnica do bocejo-suspiro auxilia na projeção vocal, reduz ataque vocal brusco, propiciando um ajuste motor mais equilibrado das estruturas do aparelho fonador. Na fase de suspiro ocorre o relaxamento das estruturas, proporcionando uma emissão livre de tensões<sup>5-6,15-17</sup>.

Deslocamentos corporais e vocais pelo espaço é citada como técnica que visa a liberação de tensão corporal, facilitando a emissão vocal<sup>6</sup>.

O som basal ou vocal fry é utilizado como recurso terapêutico e não é citado como exercício de aquecimento vocal<sup>16-17</sup>. Realizá-lo em longa duração poderia levar ao decréscimo da frequência fundamental habitualmente utilizada pelo indivíduo na fala espontânea, gerando fadiga vocal do músculo tireoaritenóideo<sup>16</sup>.

A atividade de esfregar as mãos massageando o rosto e o couro cabeludo em movimentos circulares, são mencionados na literatura<sup>4,11</sup>. Porém é importante lembrar que o corpo deve estar livre de tensões, o que não significa estar totalmente relaxado. Relaxamento e massagem são contraindicados para desenvolver atividades normais de fala. Dessa forma supõe-se que atores que utilizam a fala para encenar devem evitar esse tipo de exercício<sup>12</sup>.

Um professor utiliza a técnica de mascar chiclete para aquecer os músculos da face e da boca. O método mastigatório não tem objetivo de relaxar. A utilização de chiclete associado à mastigação exagerada, sonorizada com som nasal ou não, é indicado como exercício de aquecimento vocal e de aumento de resistência para fala prolongada. É usado para o equilíbrio da produção vocal, visando a mudança da qualidade da voz de forma global<sup>11,17</sup>. Outra referência relata que esta técnica, além de permitir adução efetiva e projeção vocal, também desenvolve coordenação de movimentos e soltura das estruturas fonatórias<sup>16</sup>.

## ■ CONCLUSÃO

A presente pesquisa permitiu concluir que a maioria dos professores entrevistados utiliza exercícios de aquecimento vocal. As técnicas citadas pelos professores são variadas e a maioria é encontrada na literatura, porém nem todas são efetivas para o aquecimento vocal. Os exercícios de aquecimento da voz sugeridos por alguns autores são direcionados para cantores, mas também servem para atores de teatro. Mesmo assim é importante que as técnicas

sejam adaptadas para atores. Tendo em vista os objetivos dos exercícios de aquecimento, é importante diferenciá-los de técnicas utilizadas em aula para melhorar a performance vocal na interpretação já que, para realizar determinadas técnicas, é fundamental que o aparelho fonador esteja preparado para uma melhor articulação e produção vocal.

Algumas técnicas citadas na literatura sugerem trabalhar a extensão vocal, já que são descritas para cantores. Talvez esse tipo de técnica não seja adequada para atores. Por isso faz-se importante adaptar e trocar por exercícios próprios para a voz falada.

Este trabalho sugere, para uma próxima pesquisa,

averiguar como são realizados estes exercícios e se os professores conhecem a fisiologia dos mesmos. Faz-se necessário saber se estes exercícios são aplicados de forma adequada e sem esforço para não comprometer o aparelho fonador.

Esta pesquisa foi importante para esclarecer a idéia que os professores de teatro têm sobre exercícios de aquecimento vocal demonstrados por meio das técnicas que realizam. É fundamental que o ator seja bem orientado e assuma o aperfeiçoamento vocal com mais seriedade, buscando sempre que possível a orientação de fonoaudiólogos que se dedicam ao estudo da voz.

#### ABSTRACT

**Purpose:** the aim of this research was to know the techniques on vocal warming used by teachers and compare them to what is described in literature. **Methods:** the research was carried through with 15 theater teachers from RS through a questionnaire. **Results:** twelve (80%) out of 15 teachers use exercises on vocal warming. Three (25%) of the interviewed people use the 15 -20 minutes warm up; six (50%) apply 10 minutes of vocal exercises per lesson and the others (25%) use 20-30 minutes for vocal warming up. The techniques quoted by the professionals are varied and the majority was found in literature, however not all of them are effective or addressed to the vocal warming. **Conclusions:** it is important to differentiate voice warming exercises from techniques used in order to improve the vocal performance, once, to carry out certain techniques, it is essential that the phonatory device to be prepared for a better joint and vocal production.

**KEYWORDS:** Voice/physiology; Voice quality; Vocal cords/physiology; Professional practice

#### REFERÊNCIAS

1. Quinteiro E. Os atores de teatro falam de suas vozes. In: Ferreira LP, Morato EM, Quinteiro E. *Voz Profissional. O profissional da voz.* 2ª ed. rev. São Paulo: Pró-Fono; 1998. p. 137-58.
2. Quinteiro ED. *Estética da voz: uma voz para o ator.* São Paulo: Summus, 1989.
3. Nascimento MA, Ferreira LP. A voz num contexto não terapêutico: Visão do Fonoaudiólogo. In: Ferreira LP, Costa HO. *Voz ativa: falando sobre o profissional da voz.* São Paulo: Roca; 2000. p. 163-80.
4. Amim E, Espiresz S. Atuação do fonoaudiólogo no CORALUSP. In: Ferreira, LP, SILVA, MAA. *Saúde vocal- práticas fonoaudiológicas.* São Paulo: Roca; 2002. p.119-32.
5. Mota ACG. *Aquecimento e desaquecimento vocal.* [monografia on line]. São Paulo: CEFAC; 1998. [cited 2003 Jan 31]. Available from URL: <http://www.cefac.br/teses.php>.
6. Pedroso MIL. Técnicas vocais para profissionais da voz. In: Ferreira LP, Costa HO. *Voz ativa: falando sobre o profissional da voz.* São Paulo: Roca; 2000. p. 119-35.
7. Bernhard CCL. A fonoaudiologia no teatro. In: Ferreira LP. *Trabalhando a voz: vários enfoques em fonoaudiologia.* São Paulo: Summus; 1988. p.50-3.
8. Quinteiro EA. Atores e fonos – um ponto de encontro. In: Ferreira LP. *Trabalhando a voz: vários enfoques em fonoaudiologia.* São Paulo: Summus; 1988. p.54-60.
9. Costa HO, Andrada e Silva MA. *Voz cantada- evolução, avaliação e terapia fonoaudiológica.* São Paulo: Lovise; 1998. p 167.
10. Gonçalves N. A importância do falar bem. A expressividade do corpo, da fala e da voz valorizando a comunicação verbal. São Paulo: Lovise; 2000.
11. Francato A, Nogueira J, Pela SM, Behlau M. Programa de aquecimento vocal. In: Marchesan IQ, Zorzi JL, Gomes ICD, organizadores. *Tópicos de fonoaudiologia III.* São Paulo: CEFAC - Lovise; 1996. p. 529-36.
12. Scarpel RD'A, Pinho SMR. Aquecimento e desaquecimento vocal. In: Pinho SMR. *Tópicos em fonoaudiologia.* São Paulo: Guanabara Koogan; 2001. p.97-104.
13. Souza MTS, Ferreira LP. Um século de cuidados com a voz profissional falada: A contribuição da fonoaudiologia. In: Ferreira LP, Costa HO. *Voz ativa: falando sobre o profissional da voz.* São Paulo: Roca; 2000. p.1-19.

14. Alves PC, Braga SM, Pessoni MP. Performance de um grupo de coralistas na pré e pós-atuação fonoaudiológica. In: Ferreira, LP. SILVA, MAA. Saúde vocal - práticas fonoaudiológicas. São Paulo: Roca; 2002. p.133-53.
15. Viola IC. Religiosos Católicos: assessoria fonoaudiológica coletiva durante formação profissional. In: Ferreira, LP. SILVA, MAA. Saúde vocal- práticas fonoaudiológicas. São Paulo: Roca; 2002. p. 235-49.
16. Pinho, SMR. Terapia vocal. In: Pinho SMR. Tópicos em Voz. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2001. p. 1-17.
17. Behlau M; Pontes P. Avaliação e tratamento das disfonias. São Paulo: Lovise; 1995.

RECEBIDO EM: 16/09/03

ACEITO EM: 23/11/03

Endereço para correspondência:

Rua Duque de Caxias, 1405/42

Cep. 90010-283 - Porto Alegre - RS

Tel: 0xx(51) 3225.8584

Fax: 00xx(51) 3224.2010 - (051) 9979.3530

e-mail: [biaydos@terra.com.br](mailto:biaydos@terra.com.br)