

### O SISTEMA VOCAL EM SUAS MÚLTIPLAS RELAÇÕES

Alguém disse certa vez: “Se você ainda está vivo é que ainda não cumpriu sua missão na Terra”.

É com essa convicção que aceitei, aos oitenta e seis anos, e lembrando-me também do admirável Fernão Capelo <sup>1</sup> (gaivota, convencida de que nascera para ser instrutora), que aceitei, repito, enfrentar o desafio de procurar sintetizar minha tese de que a VOZ FALADA é uma entidade de características e valores próprios, cujo PROCESSO leva a transformar o ar respiratório em som (não necessariamente musical), esse som em sinais, os quais, ao longo da evolução humana, transformaram-se em signos lingüísticos, possibilitando a emergência da linguagem estruturada, para efeito de comunicação mais eficaz, já que, ao que tudo indica, em seus primórdios, haveria comunicação entre humanos e supostas entidades sobrenaturais, por meio de sons repetitivos e rítmicos, origem provável dos cantares populares como também da poesia.

Ao que tudo indica, esse fenômeno, associado à observação do canto dos pássaros, levaria à criação da Flauta de Pan, simbolicamente o primeiro de todos os instrumentos de música, o que, por sua vez, levaria à descoberta de que, em nossa garganta, o laringe também é capaz de produzir sons musicais.

Pois bem: quando intuímos algo que intentamos desvendar; quando conseguimos ir descortinando, às vezes a duras penas, uma verdade que teima em se ocultar – na mesmice, na aceitação tácita de costumes, tradições e postulados pré-estabelecidos, nas resistências às mudanças, seja de hábitos, crenças ou opiniões – só mesmo um grande amor ao que desvendamos através dessas brumas, simultaneamente a uma inabalável confiança nos dons humanos de captar, criar, inovar, podem levar-nos a tentar demonstrar, cativar, convencer.

Eis o que caracterizava Fernão Capelo Gaivota <sup>1</sup>, cuja maneira de dar amor consistia em passar um pouco da verdade, que ele próprio descobrira, a UMA SÓ gaivota que fosse.

Pois bem, hoje sinto-me como aquela gaivota, quando, já velha, viu que, pouco a pouco, as outras gaivotas estavam – até que enfim! – aderindo a suas inovações.

Mas, não quero que me julguem presunçosa! Por isso, justifico-me com os belos versos do poeta mineiro <sup>2</sup>:

Eu me relaciono com as outras pessoas  
do mesmo modo como eu me relaciono comigo.  
Se eu me amo, não sei te odiar  
Se eu me odeio, não sei te amar  
Se eu te desprezo, não sei me respeitar  
Se eu me respeito, não sei te desprezar  
Como eu te aceitar, se eu me rejeito?  
Como eu te rejeitar, se eu me aceito?

Celebro no amor a mim mesmo  
o nascimento do amor pelo meu próximo.

Mas vamos à questão que nos interessa. Nos cursos da área da saúde predomina o pensamento científico cartesiano, que valoriza um ideal de objetividade. Esse ideal, como disse alguém, é na verdade inatingível, pois o próprio cientista, que procura ser objetivo, não deixa de ser humano, com as mesmas mazelas: luta, ciúme, inveja, competições, dores de cabeça.

É preciso reconhecer, porém, que tal orientação científica tem sua razão de ser: o pensamento cartesiano promoveu uma grande eclosão das ciências, encabeçada por Sir Isaac Newton e muitos outros reconhecidos inovadores, até a renovação científica do começo do século XX <sup>3</sup>.

Por esse modo de ver, nosso organismo, como qualquer máquina, poderia sofrer reparos e consertos. Quando avariado, é preciso encontrar a causa pelo efeito, e tratar de consertar. No que a medicina e, sobretudo a cirurgia, têm realizado avanços extraordinários, sobretudo amparadas pela pesquisa científica.

Por esse modo de ver, poderíamos mesmo afirmar que nosso corpo já pode até receber peças de reposição, não é verdade?

O que nunca podemos nos esquecer é que a física do século XX, com a Teoria da Relatividade de Einstein e as descobertas do mundo subatômico pelos físicos da Mecânica Quântica, nos revelou, um universo vivo, dinâmico, INTERLIGADO, em uma palavra: SISTÊMICO.

Já estamos no século XXI. Nada se perdeu, porque tudo era preciso acontecer. Vamos adiante.

Dito isto, pergunto: “O que está faltando, aos diversos especialistas da área da saúde, como os fonoaudiólogos, e, em nosso caso particular, a nós especialistas em voz (que lidamos com um dos comportamentos mais significativos do ser humano)?”

O que está faltando é ficarmos abertos para a pergunta: “O que, na conduta dessa pessoa, está contribuindo para desencadear ou agravar o distúrbio?” E, principalmente: “Qual o PROCESSO que está perturbado, atingido, danificado?”

Tenho certeza de que vocês estão compreendendo que uma orientação SISTÊMICA, e portanto MAIS HUMANÍSTICA, não visa tão só os mecanismos avariados, mas, também, restaurar o bom funcionamento de todo um sistema (no caso, o de comunicação), dentro de um sistema maior (a pessoa humana, em sua integridade corpo-mente), que, por sua vez, é um grande sistema dentro de um sistema ainda maior (o ecológico, incluindo o psicossocial).

Nesse caso, como levar a pessoa humana a se auto-ajudar, a modificar as condições indesejáveis em seu comportamento de comunicação, SOBRETUDO NÃO DE FORMA IMPOSITIVA, mas sugestiva, preventiva, empática, provocativa?

Vários estudiosos de renome internacional, voltados para o estudo das relações entre o ser humano e seu ambiente, estão empenhados em obter respostas como essas <sup>4</sup>.

Alguém disse certa vez: a mudança é o único aspecto constante da existência. Grande verdade!

Uma das características mais marcantes dos organismos vivos são suas estratégias de sobrevivência, tanto mais complexas quanto maior a complexidade do organismo.

No bebê humano, que para sobreviver depende tanto tempo do cuidado materno, a primeira estratégia de sobrevivência ocorre com a primeira ventilação pulmonar: a emissão instintiva da voz, em forma de vagido e choro, como que a dizer: “Ei, me acudam, eu cheguei!”

O que importa, portanto, numa orientação sistêmica, é estudar as relações no todo funcional do corpo, da mente e de seus diversos sistemas em si e entre si.

Agora, prestem bem atenção! Ao estudarmos essas relações, teremos de atentar para o seguinte: um organismo vivo é um SISTEMA ABERTO.

Isto quer dizer que um organismo vivo está permanentemente sujeito às influências ambientais, quer naturais, quer socioculturais, como país, região, clima, vizinhança, crenças, costumes, tradições, nível de escolaridade, condições familiares tipo e condições de trabalho etc, etc. Resumindo: e-co-ló-gi-cas!

Teremos de compreender, também, que um organismo vivo é um SISTEMA AUTO-ORGANIZADOR.

Que quer dizer isto?

Isto quer dizer que seu modo de funcionamento não é, como pode parecer, uma IMPOSIÇÃO do meio em que vive.

Quer dizer, isto sim, que decorre do MODO COMO ELE SE ADAPTOU OU ESTÁ SE ADAPTANDO A SEU MEIO.

Disso é que depende, por exemplo, o seu nível de ESTRESSE.

Importa atentar, portanto, para o fato, extremamente relevante, de que TANTO O CORPO QUANTO A MENTE NÃO SE CONSTITUEM DE PARTES QUE FUNCIONAM ISOLADAS, mas se identificam pelas RELAÇÕES DE FUNCIONAMENTO DENTRO DE SI E ENTRE SI.

Em síntese: a abordagem mecanicista é fragmentada. Considera a pessoa humana como um conjunto de mecanismos, cada um funcionando a seu modo e se constituindo num conjunto de especialidades.

A abordagem sistêmica é holística e é ecológica.

É sistêmica, porque trata das **RELAÇÕES DE FUNCIONAMENTO** de uma entidade ou fenômeno.

É holística, porque trata das relações de funcionamento **DE UM TODO INTEGRADO**.

É ecológica, porque trata das relações de funcionamento **DE UMA ENTIDADE OU FENÔMENO**, em sua integridade, **COM A TOTALIDADE DO AMBIENTE QUE O CERCA** (natural, social, cultural, profissional...).

Vejamos a abordagem sistêmica da saúde.

Estuda os sistemas do organismo humano em sua totalidade mente-corpo e em suas relações sociais e ambientais.

Em nosso país, já começam até a surgir relatos interessantes de experiências nesse sentido <sup>5</sup>.

É aí que se situam os estudos **PSICOSSOMÁTICOS** mais atuais, com ênfase nas dimensões psicossociais e nas causas mais comuns da emergência do **ESTRESSE** <sup>6</sup>.

É importante esclarecer, portanto, que esses sistemas **NÃO SÃO RÍGIDOS**. Pelo contrário, estão sempre em constante **FLUTUAÇÃO**. São **CÍCLICOS**: por isso provocam **CRISES**, esperadas (caso do desenvolvimento humano) e inesperadas (caso do estresse), das quais sempre decorrem mudanças significativas <sup>7</sup>.

Numa visão sistêmica, o estresse decorre quase sempre de uma situação prolongadamente repetitiva, o que torna o sistema mais rígido e, a longo prazo, pode gerar doença. É claro que isto não elimina as causas emocionais mais variadas.

Temos de tratar ainda, neste estudo, de um aspecto importantíssimo, que ainda não foi abordado.

Trata-se da questão da **ENERGIA**.

Um **SISTEMA ABERTO** se caracteriza pela permanente troca de energia com o meio. Portanto, está sempre se processando.

Ou seja, o **PROCESSO BÁSICO**, que caracteriza um determinado sistema, é o modo típico pelo qual ele faz fluir essa energia através do sistema.

Segundo Prigogine <sup>7</sup>, prêmio Nobel que estudou este assunto, tal fluxo não é de natureza rígido. Pelo contrário, **FLUTUA, GERANDO INSTABILIDADES**. Essas instabilidades podem ser de pequenas proporções, sendo, em geral, absorvidas pelo próprio sistema, ou de grandes proporções, gerando crises.

Tudo vai depender do grau de sensibilidade do sistema, das **CONDIÇÕES A QUE O SISTEMA É SENSÍVEL E EM QUE GRAU**.

Logo, já não se trata mais de uma só relação de causa e efeito, mas de **UMA RELAÇÃO CAUSAL RECÍPROCA** <sup>7</sup>.

Como vimos anteriormente, esse modo sistêmico de pensar é uma conquista de grandes pensadores e pesquisadores ocidentais da geração que surgiu com Einstein e a ciência das partículas subatômicas.

No entanto, faz parte da milenar cultura oriental.

Segundo soube, um chinês nunca se refere a um órgão como parte física isolada do corpo, mas sempre como um conjunto de relações funcionais <sup>4</sup>.

Outra diferença importante entre o oriente e o ocidente está precisamente no conceito de energia <sup>4</sup>.

“Chi” não tem tradução no ocidente, porque **“CHI” É ENERGIA QUALIFICADA POR UMA DIREÇÃO**. Em outras palavras: é um fenômeno que se move por natureza, não é estático, Trata-se, portanto, de definir sua direção.

Esse conceito de energia me lembra muito meu conceito de **DIRETIVIDADE INTERNA** <sup>8</sup>. Esta nada mais é que a energia de impulso do sistema vocal, direcionada ao laringe, onde se sonoriza e toma a direção das cavidades supraglóticas, onde se processam vários fenômenos, entre eles os de natureza lingüística, antes de essa energia sonora tomar seu rumo ecológico <sup>9</sup>.

Creio que já podemos compreender melhor o que entendo por **Processo Vocal Básico** <sup>8</sup>, cuja energia, desencadeada pelos sistemas de expressão e de comunica-

ção, monitorados pelos sistemas auditivo e proprioceptivo, aciona os sistemas respiratório e glótico de sonorização do sopro que se produziu, sendo dirigido para as regiões supraglóticas, onde se transforma em sinais de expressão e signos lingüísticos, sem deixar de ser uma energia sonora, dirigida para alvos auditivos, que, por sua vez, acionam seus sistemas de decodificação.

O Processo Vocal Básico <sup>8</sup> é que desencadeia, em qualquer indivíduo, de qualquer raça, cultura ou nação, a capacidade de se comunicar falando.

Trata-se, basicamente de um sistema de comunicação sonora, de troca de informações, acompanhado de sistemas provavelmente mais primitivos de expressão corporal, postural e gestual, bem como de expressividade facial.

Na terapêutica da conduta vocal, a DIRETIVIDADE INTERNA consiste em tomar as rédeas dessa energia e direcioná-la, de forma a obter a melhor qualidade e eficácia da resultante sonora.

Em tese de doutorado, apoiada em Laver <sup>9</sup> e outros, demonstra-se que, até mesmo nos casos de disfonias estruturais severas, é da maior importância, para as resultantes sonoras possíveis, partir de ajustes compensatórios particularizados, de forma a direcionar a intervenção fonoterápica para o que é peculiar ao falante, recorrendo à riqueza de ajustes em cada caso <sup>10</sup>.

Já nos casos das Disfonias Comportamentais, para avaliar perceptivamente esse sistema, temos de considerar no mínimo três categorias de parâmetros: de Qualidade Vocal, de Emissão Vocal e de Expressão, incluindo-se aí também as disfemias.

Mas nunca podemos esquecer suas inúmeras interfaces, pois está simultaneamente envolvido com o sistema nervoso (tanto vegetativo quanto central e periférico) com a audição, a função psicolingüística, a psicossomática, a motricidade oral e muito mais.

Antes de concluir, gostaria de lembrar a magnífica imagem de Crema <sup>11</sup>, notável divulgador do holismo no Brasil.

Nossos dois hemisférios cerebrais seriam como dois centros de consciência complementares:

O esquerdo, analítico, racional, valendo-se de instrumentos adequados ao raciocínio lógico, às abstrações, à linguagem seria formulador, classificador, pesquisador, QUANTIFICADOR.

O hemisfério direito seria sintético, intuitivo, qualitativo. Seu DOM: descortinar o oculto, o desconhecido, o misterioso. Seu FORTE, a compreensão de totalidades.

Apto a captar imagens e sons, seria poeta, músico e místico.

Porque não compreendemos que o TODO é maior que o somatório das partes, temos consentido no desenvolvimento unilateral das ciências.

Porque nos esquecemos que a espécie humana evoluiu em cooperação, passamos a nos destruir pela competição.

Castramo-nos, intelectualmente, quando seccionamos, simbolicamente, nossos hemisférios cerebrais, isolando a cultura humanística da cultura científica.

A visão holística, sistêmica, ecológica representa o surpreendente encontro da consciência com a ciência.

Representa estados harmônicos e coerentes de consciência, maior empatia e maior capacidade de amar.

Seus reflexos são extremamente favoráveis no ambiente e nos processos de aprender, de crescer, de curar e de curar-se.

A maior parte das disfonias decorrentes de desgaste vocal, de uso abusivo das pregas vocais, que acabam por acarretar o surgimento de lesões de superfície, juntamente com grandes prejuízos não só da qualidade vocal, mas igualmente da eficácia profissional, pode ser não só corrigida, mas sobretudo prevenida.

Como?

Atentando para a CONDUTA VOCAL do indivíduo, levando-o a conscientizar-se do PROCESSO DE PRODUIR VOZ e das peculiaridades que o distinguem em particular; levando-o a compreender na prática o que pode e o que não pode fazer;

E, sobretudo, ajudando o indivíduo a tirar o melhor partido possível das condições que a natureza lhe deu.

Nunca recorrer a um modelo pré-estabelecido. O caminho é um só, mas cada caso é um caso.

Nunca esquecer que, antes de aparecerem as primeiras patologias laringeas, pode ser de grande valia o recurso a outros campos de atuação auxiliar ou complementar, como as terapias corporais, por exemplo.

Seria de enorme interesse que os psicólogos se conscientizassem do grande auxílio que a terapêutica da conduta vocal lhes traria, como ocorreu em meu Gabinete de Aperfeiçoamento da Expressão Oral, no Centro de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal do Rio de Janeiro, e o Serviço de Psicologia, sobretudo no caso dos estudantes pobres que se hospedavam nos alojamentos da universidade.

Lembro-me com saudades de alguns casos inesquecíveis. Infelizmente, a aposentadoria obrigatória aos 70 anos levou-me a uma dedicação integral ao Instituto Edmée Brandi, então criado.

Concluindo: é preciso nunca esquecer que só se chega a uma DISFONIA ESTRUTURAL SECUNDÁRIA, passando antes por uma DISFONIA COMPORTAMENTAL.

EDMÉE BRANDI de Sousa Mello

## REFERÊNCIAS

1. Bach R. A história de Fernão Capelo Gaivota. Rio de Janeiro: Nórdica; 1979.
2. Souza GE. Eu amigo aqui e agora. 3. ed. Belo Horizonte: Epeme; 1988.
3. Damácio AR. O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano. São Paulo: Cia das Letras; 1994.
4. Capra F. Sabedoria incomum: conversas com pessoas notáveis. São Paulo: Cultrix; 1988.
5. Ferreira LP, Andrada e Silva MA. Saúde vocal. São Paulo: Roca; 2002.
6. Haynal A, Pasini W, Archinard M. Médecine psychosomatique: aperçus psychosociaux. Paris: Masson; 1997.
7. Prigogine I, Stengers I. Entre o tempo e a eternidade. São Paulo: Cia das Letras; 1982.
8. Brandi E. Disfonias: avaliar para melhor tratar. São Paulo: Atheneu; 1996.
9. Laver J. Phonetic evaluation of voice quality. San Diego: Singular Publishing Group; 2000.
10. Camargo ZA. Análise da qualidade vocal de um grupo de indivíduos disfônicos. [doutorado]. São Paulo: Pontifícia Universidade Católica de São Paulo; 2002.
11. Crema R. Introdução à visão holística. São Paulo: Summus; 1989.