

A relação entre o repertório e a tessitura vocal de idosas integrantes de um coral de Belo Horizonte: um estudo de caso

Débora Andrade¹
Nardelly de Fátima Rodrigues²

Resumo

No presente artigo pretende-se analisar a equivalência entre a extensão melódica do repertório aplicado em um coral de terceira idade e a tessitura vocal das integrantes do mesmo. Por não haver materiais que discorrem a respeito deste assunto, os profissionais da área ficam dependentes da experiência empírica e sujeitos a cometerem equívocos. No coral pesquisado verificou-se que há uma compatibilidade entre a extensão melódica do repertório e a tessitura vocal das integrantes do coro. Portanto, a música é executada de forma prazerosa, exigindo pouco esforço vocal das coristas idosas. Metodologicamente, trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, na qual, foi realizado um estudo de caso fundamentado pela revisão bibliográfica. É importante que o regente conheça a tessitura vocal de seu grupo, principalmente se tratando de idosos, a fim de adequar a música à região vocal confortável para o canto.

Palavras-chave: Canto Coral. Idoso. Educação Musical. Tessitura vocal. Presbifonia.

The relationship between the vocal range and repertoire of elderly members of a choir of Belo Horizonte: a case study

Abstract

In the present article aims to analyze the equivalence between the melodic range applied to the repertoire of choral and vocal range senior members of the choir. Since there are no materials that talk about it, the professionals are at the mercy of empirical experience and subject to making mistakes. In the coral research found that there is a compatibility between the melodic range of repertoire and vocal range of the choir members, so the music is performed in a pleasant way, requiring little effort from vocal choir. Methodologically, this is a qualitative research. In which, there will be a case study substantiated by literature review. It is important that the conductor knows the vocal range of his group, especially when dealing with elderly in order to tailor the music to the region for the comfortable vocal singing.

Keywords: Choral Singing. Elderly. Music Education. Vocal range. Presbyphonia.

Introdução

A população com idade acima de sessenta anos tem aumentado consideravelmente nos últimos anos. Este fato decorre dos inúmeros avanços na medicina, nos programas de controle

¹ Mestra em Música, Especialista em Educação Musical e Bacharel em Regência, pela UFMG. Professora do Curso de Licenciatura em Música da UFSJ. E-mail: debora.andrade@ufsj.edu.br.

² Licenciada em Música pelo Centro Universitário Metodista Izabela Hendrix. E-mail: dnardelly@yahoo.com.br.

de mortalidade e da tomada de consciência sobre a importância de uma alimentação saudável - fatores que contribuem para a conservação da vida humana. Por tal motivo, é crescente a preocupação em torno da realização de programas que promovam a integração social da população idosa, visando melhorar a qualidade de vida, diminuir a exclusão e, principalmente, considerar sua participação no desenvolvimento social e econômico do país (LUZ; SILVEIRA, 2006).

Os idosos têm direito à educação, a aprender e a compartilhar seus conhecimentos, pois, “apesar de a velhice ser a última etapa do ciclo da vida humana, cheia de peculiaridades e de fortes impactos fisiológicos, muito ainda pode ser aprendido e produzido nela” (FIGUERÊDO, 2009, p.18).

De acordo com Garcia (2007), as pessoas acima de sessenta anos têm procurado mais as atividades de ensino e aprendizagem que possibilitam a aquisição e troca de saberes, do que às atividades de lazer, objetivando adquirir novos conhecimentos, compartilhar experiências, realizar sonhos pessoais, estimular seus potenciais criativos e expressivos e atualizar-se diante das mudanças do mundo, reafirmando que é um ser ativo na sociedade.

O ensino musical apresenta recursos para atingir esses objetivos, uma vez que é uma possibilidade de educação e participação do idoso no meio social (RODRIGUES; CARVALHO, 2008). Souza e Leão (2006, p. 57) afirmam que, “O ensino musical para a terceira idade pode trazer benefícios não só na melhoria da qualidade de vida do grupo, como também pode promover aspectos de desenvolvimento criativo e expressivo do ser”. Dentre as atividades musicais aplicadas aos idosos, o canto coral figura-se como uma das mais praticadas, aparecendo como um recurso importante para a musicalização da terceira idade (FIGUERÊDO, 2009), pois, abrange um fazer musical em conjunto, influenciando diretamente na ressocialização e autoestima. Além disso, ajuda no desenvolvimento da memória e proporciona o ensino e aprendizagem por meio da educação musical (JÚNIOR, 2008).

O canto coral se constitui em uma relevante manifestação educacional musical e em uma significativa ferramenta de integração social. [...] Além disso, os conhecimentos adquiridos pelos participantes do coral influenciam na apreciação artística e na motivação pessoal de cada um, independentemente de sua faixa etária ou de seu capital cultural, escolar ou social (AMATO, 2007, p. 77).

No entanto, a prática de Canto Coral voltada para a terceira idade apresenta particularidades e requer alguns cuidados, pois, o envelhecimento traz limitações tanto

fisiológicas quanto psicológicas e sociais (FIGUERÊDO, 2009). Embora seja o envelhecimento um processo natural que ocasiona modificações em todo o organismo, procura-se evidenciar, nesta pesquisa, informações específicas sobre as alterações vocais, que serão relevantes para o desenvolvimento da mesma. É importante, então, que o educador/regente se atente para essas alterações e trabalhe consciente das necessidades de um grupo limitado fisiologicamente, psicologicamente e socialmente, que por sua vez, tem capacidade de aprender e ensinar (SOUZA; LEÃO, 2006).

Através das pesquisas bibliográficas realizadas, percebe-se que muito se discute sobre os benefícios do canto coral e em paralelo as transformações vocais inerentes à idade (AMATO, 2007; PAES, 2008; FIGUERÊDO, 2009). No entanto, existem poucos materiais que discorrem a respeito da equivalência entre as extensões melódicas utilizadas em repertório de corais de terceira idade e a tessitura vocal dos integrantes. Dessa forma, os profissionais da área ficam dependentes da experiência empírica e sujeitos a cometerem equívocos.

Apesar de a maioria dos corais de terceira idade possibilitar a presença de idosos tanto do sexo feminino quanto masculino, são poucos os que contam com a participação do público masculino (FIGUERÊDO, 2009). Isso pode ser decorrente do aumento do número de mulheres na população idosa em relação aos homens, denominado “feminização da velhice” (PAES, 2008).

Por isso e, também, por haver procurado em diversos corais a constatação da premissa de que o público idoso feminino é mais incidente em coral, o trabalho foi realizado com mulheres, tornando a pesquisa interessante, pois, algumas alterações vocais inerentes do envelhecimento são mais marcantes nas mulheres.

A inspiração para o desenvolvimento desse estudo surgiu a partir da experiência de uma das autoras, que no primeiro semestre de 2010 participou como bolsista em um projeto de extensão universitária, atuando como tecladista, em um coral de terceira idade. Percebeu-se, neste contexto, que as idosas integrantes do coro, apresentavam dificuldades em cantar algumas músicas no registro agudo.

Realizou-se, então, um estudo de caso que analisou a equivalência entre a extensão melódica do repertório aplicado em um coral de terceira idade, situado em Belo Horizonte, e a tessitura vocal das integrantes dos mesmos, tendo como principal objetivo alertar regentes

para a possibilidade de não acelerarem as mudanças decorrentes do processo natural de envelhecimento vocal de suas coristas.

Envelhecimento vocal: presbifonia

A voz sofre alterações desde o nascimento, passando pelos demais ciclos de vida até chegar à velhice. Considera-se que o período que corresponde entre os 25 aos 40 anos de idade é o ápice da eficiência vocal. No período que se segue, ocorrem várias alterações estruturais, implicando na diminuição da funcionalidade dos órgãos utilizados na produção da voz (BEHLAU, 1999; BILTON, 2002).

A comunicação por meio da fala depende da produção de um som laríngeo (ANDREWS, 2009). Esse som é gerado através da passagem de ar pela laringe, fazendo com que as pregas vocais vibrem. Este ar, provindo dos pulmões, é liberado de forma audível, ressoando e sendo modificado pelas cavidades situadas abaixo e acima das pregas vocais – as cavidades de ressonância. “A laringe produz a fonação, enquanto o trato produz a voz. Voz é fonação acrescida de ressonância” (BEHLAU, 2001. p. 26).

O envelhecimento vocal é denominado de presbifonia, assinalado pela “calcificação e ossificação gradual das cartilagens laríngeas que, como consequência, ao redor dos 65 anos, apresentam-se quase sem nenhuma mobilidade” (ZEMPLIM, 1968 apud BEHLAU, 2001, p. 63) e pelo definhamento dos músculos laríngeos intrínsecos (BEHLAU, 2001), que têm origem e inserção na própria laringe atuando diretamente na fonação.

Durante a presbifonia, a musculatura laríngea perde parte de sua mobilidade e flexibilidade, gerando uma voz fraca, trêmula e com falhas. Observa-se que a voz cantada se deteriora precedentemente a voz falada. Uma voz treinada, cercada de hábitos saudáveis, não se deteriora para fala, mas suas possibilidades para o canto se tornam bem limitadas com o avançar da idade (GREENE, 1989).

De maneira peculiar, nas mulheres, ocorre à menopausa, um período marcado por alterações hormonais, podendo originar uma modificação vocal discreta ou acentuada. Por isso, a senilidade vocal é mais precoce nelas, podendo gerar maior agravamento na voz cantada. Assim, a frequência feminina torna-se mais grave, enquanto a masculina torna-se mais aguda (BEHLAU, 2001).

As características vocais encontradas em indivíduos idosos são caracterizadas como aspereza, rouquidão, tremor, redução dos tempos máximos de fonação, o que provoca frases curtas e a necessidade de reabastecimento de ar, redução na intensidade, tessitura vocal diminuída, redução na velocidade da fala, imprecisão articulatória e alteração da ressonância (LIMA, 2008. p.74.).

É importante salientar que, a idade de início das alterações e o grau de danificação vocal variam de pessoa para pessoa, podendo ser resultado de cuidados e hábitos vocais realizados durante o suceder da vida, como também, de fatores hereditários, raciais e sociais (GREENE, 1989; BEHLAU, 2001). Sendo assim, os problemas vocais apresentados pelas pessoas idosas não são resultantes somente da velhice, podendo haver disfonias³ anteriores que se acentuam nela (FIGUERÊDO, 2009)

Apesar das debilidades vocais causadas pela presbifonia, esta não deve ser considerada como uma desordem vocal, apesar de ser difícil estabelecer distinção entre ambas. O envelhecimento vocal é um processo natural do desenvolvimento humano, não sendo considerado uma doença (BEHLAU, 2001).

Como explicitado anteriormente, indivíduos idosos de uma forma ou de outra, apresentam algum tipo de alteração vocal. No que se refere à formação de coral com esse público, o regente deve se atentar para essas modificações vocais, pois, os efeitos da presbifonia incidem diretamente na qualidade do canto (FIGUERÊDO, 2009).

Contudo, pesquisas revelam que, um acompanhamento fonoaudiológico associado a uma prática de canto coral saudável, pode minimizar os efeitos da presbifonia (CASSOL; BÓS, 2006). Por tal motivo, além de realizar treinamentos vocais adequados antes do canto, o regente deve verificar se a extensão do repertório proposto está de acordo com a tessitura vocal dos integrantes, que na terceira idade, já se encontra diminuída. A fim de proporcionar um canto com o menor nível de esforço vocal possível e com maior qualidade. Em caráter de ilustração, se a voz das mulheres idosas fica mais grave, sugere, que o repertório aplicado a elas seja nessa região, pois, é mais confortável.

Implicações do envelhecimento no canto coral

O canto coral é uma atividade artística que pode ser considerada benéfica e adequada para o público idoso, pois se constitui uma ferramenta eficaz no processo de ensino e

³ Considera-se como disfonia qualquer dificuldade de emissão natural da voz, resultante de fatores orgânicos, funcionais ou emocionais. (BEHLAU, 1997, p. 39)

aprendizagem, fato que está diretamente ligado ao aumento da autoestima. Proporciona um ambiente favorável à criação de novos projetos e relações interpessoais, além de envolver atividade corporal e vivência musical, promovendo uma profunda percepção do corpo e emoções de um indivíduo. (SACKS, 2007 apud DEGANI; MERCADANTE, 2010).

Corroborando com este ponto de vista, o desenvolvimento da voz cantada, associado a exercícios de técnica vocal, podem retardar os efeitos da presbifonia, visto que, é “responsável por manter a flexibilidade, regularidade e simetria dos movimentos das pregas vocais, contribuindo para uma longevidade nas vozes cantadas, treinadas, e melhor eficiência respiratória” (LIMA, 2008. p.74).

Todavia, não se pode negar que o trabalho de canto coral direcionado a pessoas idosas, de uma forma ou de outra, sofre influências do envelhecimento. Portanto, o profissional da área deve se atentar para as objeções apresentadas no decorrer do processo de ensino/aprendizagem e execução das atividades. Dessa forma, por meio de observação, conhecimento dos sujeitos envolvidos e interações com seus alunos, o regente pode inferir estratégias para amenizar essas dificuldades, podendo assim, explorar em grande escala as qualidades e possibilidades do ensino voltado para essa camada da população (FIGUERÊDO, 2009).

Em relação ao repertório, Figuerêdo (2009) afirma que, a aplicação de músicas conhecidas e vividas pelos coristas idosos na infância e juventude, favorece uma melhor execução do canto, estimulando a memória, auxiliando aqueles que não têm leitura fluente, e muitas vezes, não tem boa visão. O mesmo não ocorre com o emprego de um repertório não familiar à experiência musical deles. Outro aspecto relevante é que, como dito anteriormente, na presbifonia, a extensão vocal e conseqüentemente a tessitura da voz cantada encontra-se diminuída durante essa fase da vida (BEHLAU, 2001; GREENE, 1989).

De maneira peculiar, nas mulheres a voz se torna mais grave, apontando para o fato de que, tão importante quanto à realização de exercícios vocais, a extensão melódica do repertório aplicado ao coro deve se equiparar com a tessitura vocal das cantoras. Desse modo, o som será emitido com menor nível de esforço o que acarretará em uma melhor qualidade do canto evitando a aquisição de patologias decorrentes do mau uso da voz cantada.

Cabe ressaltar, aqui, a diferença entre extensão vocal (extensão fonatória máxima) e tessitura. A primeira, diz respeito à quantidade máxima de notas que uma pessoa consegue

emitir, do registro mais grave ao mais agudo, não considerando a qualidade do som gerado e o esforço vocal necessário para alcançá-la. Verifica-se somente a capacidade de produção sonora do indivíduo, estando diretamente associada à saúde das pregas vocais. Por sua vez, tessitura são todos os sons emitidos sem esforço vocal, ou seja, da nota mais grave à mais aguda gerada naturalmente, com qualidade, dando origem a uma sonoridade agradável (MARSOLA; BAÊ, 2000; BEHLAU, 2001).

Objeto da pesquisa e método

A presente pesquisa possui características de abordagens qualitativas, configurando-se em um estudo de caso fundamentado em uma revisão bibliográfica. O objetivo principal foi o conhecimento e a explanação dos assuntos envolvidos neste caso e as possíveis soluções das questões encontradas.

Participaram dessa pesquisa 21 pessoas do sexo feminino integrantes de um coral de terceira idade, situado na cidade de Belo Horizonte. Os critérios para participação foram: ter idade igual ou acima de sessenta anos e participar do coral há mais de um ano.

O coral investigado, composto por 35 integrantes do sexo feminino, se enquadrava nesses critérios sendo que a maioria das integrantes possuía entre cinco a vinte anos de participação. Contudo, por questões de regularidade na frequência dos ensaios, participaram do estudo apenas 21 coristas.

O grupo se encontra semanalmente, em um antigo posto de saúde, situado na região leste, da cidade de Belo Horizonte e possui ensaios de, aproximadamente, três horas de duração. Seu repertório, em geral, é formado por canções populares antigas, escolhidas pelas próprias coristas, havendo poucas intervenções da regente.

Os dados foram coletados no local onde ocorrem os ensaios do grupo, pela ocasião de duas visitas aos ensaios, em datas previamente combinadas com a regente. As informações adquiridas foram registradas em um formulário redigido para esta pesquisa, contendo nome, idade, tempo de coral, registro mais grave e registro mais agudo, emitidos sem esforço vocal.

Antes da mensuração da tessitura das idosas, foi realizado um aquecimento vocal, por meio de exercícios de técnica dos sons vibrantes e, depois, técnica dos sons nasais. Num terceiro momento, pediu-se que elas emitissem a vogal /é/, por ser uma vogal confortável de

ser sustentada (BEHLAU, 2001), na mesma altura executada no teclado, partindo-se do Dó3 e seguindo, primeiro, cromaticamente em direção às frequências mais graves e, depois, em direção às mais agudas. No momento, foi lhes dada a orientação de que emitissem cada nota sem esforçar a voz e que interrompessem o exercício ao sentir algum desconforto. Foram consideradas todas as notas alcançadas com qualidade e sem esforço vocal.

Com o intuito de aferir a extensão melódica do repertório, pediu-se para que as idosas cantassem *a capella* duas músicas que fazem parte do mesmo, após realizarem um aquecimento vocal adequado ao canto, efetuado pela regente do coro. As canções foram gravadas e, posteriormente, transcritas para a partitura.

Por questões éticas, a identidade das participantes coristas foi preservada através da substituição dos nomes próprios por nomes de flor, mantendo as idades reais.

Análise dos dados e discussão

Após a coleta das informações desejadas, fez-se a comparação entre a tessitura vocal das integrantes do coral e a extensão das músicas que fazem parte do repertório, verificando a equivalência entre ambas.

No QUADRO 1 são apresentadas as idades das coristas, o tempo de participação no coro e o resultado da tessitura vocal, compreendendo da frequência mais grave à mais aguda. Nas FIGURAS 1 e 2 são apresentadas as músicas utilizadas como referência para a análise.

Em relação à tessitura vocal das coristas, observou-se que o registro mais grave alcançado por elas é a nota Si1 e o mais agudo é a nota Si3, sendo esta a tessitura máxima alcançada pelo grupo. No entanto, a região média, confortável a todas, compreende da nota Sol2 ao Mi3.

Durante a coleta destes dados, observou-se que todas as idosas apresentavam alguma alteração na voz, ainda que discreta em algumas e mais acentuada em outras, tais como, rouquidão, voz soprosa, fraca, trêmula, provavelmente decorrente da idade, como observado na bibliografia pesquisada.

Quanto às canções, verifica-se que, na primeira (FIGURA 1), a voz escrita na região mais aguda entoa desde Ré3 ao Si3 e a voz escrita na região mais grave entoa desde o Si2 até

o Sol3. A segunda canção (FIGURA 2), cantada em apenas uma voz, percorre entre o Sol#2, nota mais grave e o Lá3, nota mais aguda. Porém, a melodia o alcança poucas vezes, concentrando-se mais até o Mi3.

Verifica-se, então, que há uma compatibilidade entre a extensão melódica do repertório analisado e a tessitura vocal das integrantes deste coro, talvez pelo fato de serem as próprias cantoras quem define o repertório e o tom no qual as músicas serão cantadas.

QUADRO 1 – Idade, tempo de participação no coro e tessitura vocal.

Corista	Nome	Idade	Tempo de coral (anos)	Nota grave	Nota aguda
01	Margarida	71	12	Dó 2	Lá 3
02	Perpétua	60	06	Fá 2	Sol 3
03	Gloriosa	72	12	Dó 2	Sol3
04	Angélica	72	12	Ré 2	Lá3
05	Gardenia	60	15	Si 1	Sol 3
06	Yasmin	73	18	Ré 2	Sol 3
07	Açucena	92	10	Mi 2	Fá 3
08	Rosa	58	12	Mi 2	Lá 3
09	Violeta	70	06	Ré 2	Si 3
10	Tulipa	68	10	Dó 2	Fá 3
11	Hortênsia	66	8	Sol 2	Si 3
12	Jasmin	60	13	Dó 2	Sol 3
13	Magnólia	64	10	Dó 2	Fá 3
14	Vitória Régia	75	12	Sol 2	Fá 3
15	Begônia	71	12	Mi 2	Fá 3
16	Dália	64	10	Ré 2	Si 3
17	Azaléia	72	10	Mi 2	Lá 3
18	Camélia	64	09	Dó 2	Lá 3
19	Jade	72	10	Dó 2	Mi 3
20	Iris	71	09	Mi 2	Fá 3
21	Peonia	81	20	Si 1	Lá 3

Fonte: dados da pesquisa

FIGURA 01 - Música “Peneirei Fubá”

PENEREI FUBÁ

Domínio Público

MENINAS DE SINHA



PE-NE-REI FU-BÁ FU-BÁ CA-IU EU TOR-NEI PE-NEI-

RAR FU-BÁ SU-MIU AI AI AI FOI E-LA QUEM ME DEI-

XOU AI AI AI POR QUE NÃO ME TENS A-MOR? EU

MAN-DEI VIM DA BÀ-HI-A DU-AS TE-SOU-RAS DE OURO U-MA PRA COR-TAR CI-

U-ME OU-TRA PRA COR-TAR NA-MORO. AI AI AI FOI

E-LA QUEM ME DEI-XOU AI AI AI POR QUE NÃO ME TENS A-

MOR? PE-NE-REI FU-BÁ FU-BÁ CA-IU EU TOR-NEI-PE-NEI-

RÁ FU-BÁ SU-MIU AI AI AI FOI E-LA QUEM ME DEI-

XOU AI AI AI POR QUE NÃO ME TENS A-MOR? EU

JO-GUEI MEU LEN-ÇO BRAN-CO NA POR-TA DO CE-MI-TÉ-RIO SE

NÃO FOR PRA CA-SAR CHA-TE-AR TAM-BÉM NÃO QUE RO AI AI AI FOI

E-LA QUEM ME DEI-XOU AI AI AI POR QUE NÃO ME TENS A-

MOR? PE-NE-REI FU-BÁ FU-BÁ CA-IU EU TOR-NEI PE-NEI-

RÁ FU-BÁ SU-MIU AI AI AI FOI E-LA QUEM ME DEI-

XOU AI AI AI POR QUE NÃO ME TENS A-MOR?

Fonte: transcrição das autoras

FIGURA 02 - Música “Marejô”

MAREJÔ



OS MEUS O-LHOS MA-RE - JÔ, MAREJÔ, MA-RE - JÔ OS MEUS O-LHOS MA-RE -

JÔ OS MEUS O - LHOS MA - RE - JÔ MA-RE - JÔ MA-RE -

QUANDO E - LE ME O - LHOU LHOU QUANDO_A - QUE-LE NE -

GUI - NHO "BU - NI - TI - NHU" ME FI - TOU SEN - TI UM CA-LA -

FRI-O CO-RA-ÇA QUASE PA - RÔU O-LHOS TÃO FEI - TI - CEI - ROS PRE -

TOS CO-MO UM CAR - VÃO VE-NHA CÂ ME DÂ UM A - BRA-CO E UMA - PER-TO DE

MÃO BRA - CO E UM A - PER-TO DE MÃO Ô MA-RE - JÔ

OS MEUS O-LHOS MA-RE - JÔ MA-RE-JÔ MA-RE - JÔ OS MEUS O-LHOS MA-RE -

JÔ OS MEUS O - LHOS MA - RE - JÔ MA-RE - JÔ MA-RE -

QUAN-DO E - LE ME O - LHOU O-LHA QUE BE - LE - ZU - RA NO TEU

JEI-TO DE O - LHAR TEUS O - LHOS QUE ME FAS - CI-NAM EU PRE - CI - SO TE EN-CON -

TRAR. TRAR AL MEU DEUS DO CÉU NÃO A - GUEN-TO ES - SA PAI -

XÃO SE NÃO VI - ER DE - PRES - SA VAI PA - RAR MEU CO - RA - ÇÃO

RAR MEU CO - RA - ÇÃO Ô MA - RE - JÔ

Fonte: transcrição das autoras

Considerações finais

No coral investigado, a extensão melódica do repertório se adéqua à tessitura vocal das integrantes. Dessa maneira, a música é executada de forma prazerosa, exigindo pouco esforço vocal das coristas e contribuindo para uma melhor qualidade do canto. Vale ressaltar que, apesar de todas as coristas apresentarem algum tipo de alteração vocal, o canto se faz possível porque, além das músicas estarem em uma região confortável para praticamente todas cantarem, as dificuldades não são iguais em todas, havendo um equilíbrio.

Concordando com a bibliografia pesquisada, a formação de coral com pessoas idosas se defronta com dificuldades inerentes ao envelhecimento. Assim, conhecer os aspectos que interferem na realização dessa atividade é fundamental para a busca de recursos que tornem essa educação musical possível. Neste sentido, os benefícios do canto coral para os idosos anteriormente citados só se concretizarão, se levar em consideração o preparo e a formação do profissional envolvido. É importante que o regente conheça a tessitura vocal de seu grupo, principalmente se tratando de idosos, a fim de adequar a música à região vocal confortável para o canto. Este cuidado tomado pelo regente pode impedir que o grupo se disperse e abandone a atividade.

Existe um campo aberto a ser explorado por regentes que pretendem atuar nessa área, e assim, conhecer melhor sobre a atividade de canto coral voltada a pessoas da terceira idade. Aprender música em grupo pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa, além de, influenciar positivamente na socialização e proporcionar conhecimento, tendo em vista que, envelhecimento não significa o fim da capacidade criativa e nem o anseio por novas conquistas.

Referências

AMATO, Rita Fucci. **O canto coral como prática sócio-cultural e educativo-musical**. Opus, Goiânia, v. 13, n. 1, p. 75-96, jun. 2007.

ANDREWS, ML. **Manual de tratamento da voz: da pediatria à geriatria**. 3. ed. São Paulo: Cengage Learning; 2009. 652 p.

BEHLAU, Mara, organizadora. **Voz: o livro do especialista**. vol I. 2. ed. Rio de Janeiro: Revinter; 2001. 347 p.

_____. **Presbifonia**: envelhecimento vocal inerente à idade. In: Russo, IêdaChaves Pacheco. *Intervenção fonoaudiológica na terceira idade*. Rio de Janeiro: Revinter; 1999. p. 25-50.

BEHLAU, Mara; REHDER, Maria Inês. **Higiene Vocal para o Canto Coral**. Rio de Janeiro: Revinter, 1997.

BILTON, T.; VIÚDE, A.; SANCHEZ, E. P. Fonoaudiologia. In: GORZONI, M. L.; ROCHA, S. M. **Tratado de geriatria e gerontologia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002. p.1170-1179.

CASSOL, Mauriceia; BÓS, Ângelo José Gonçalves. Canto coral melhora sintomas vocais em idosos saudáveis. **RBCEH**, Passo Fundo, 113-122 - jul./dez. 2006.

DEGANI, Marcia; MERCADANTE, Elizabeth Frohlich. Os benefícios da música e do canto na maturidade. **Revista Kairós Gerontologia**, 13(2), ISSN 2176-901X, SãoPaulo, novembro/2011: 149-66.

FIGUERÊDO, Michal Siviero. **Coral Canto que Encanta**: um estudo do processo de educação musical com idosos em Madre de Deus, região metropolitana de Salvado, Bahia. 145 f. il. 2009. Dissertação (Mestrado) – Escola de Música, Universidade Federal da Bahia, Salvador.

GARCIA, DenizeSvolettoMazza. **As faculdades abertas para a maturidade**. São Paulo, 2007. Disponível em: <http://www.portaldoenvelhecimento.org.br/pforum/fam1.htm>. Acesso em: 01 abr. 2011.

GREENE, Margaret CL. **Distúrbios da voz**. Trad. Marco Elisabetzki. 4 ed. São Paulo: Manoele; 1989.

JÚNIOR, Dejair Carlos dos Santo. **Canto Coral na terceira idade**. 2008. 63 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura plena em Educação Artística/Música) – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

LIMA, Lilá Rosa de. Canto coral. In: RIGO, Júlio César; TRAPP, Mirian Gehres. **O Modelo e suas dicas de saúde**. Porto Alegre: Edipucrs, 2008. p. 71-78.

LUZ, Marcelo Caires; SILVEIRA, NadiaDumara Ruiz. A educação musical na maturidade. In: CORTÊ, Beltrina; MERCADANTE, Elisabeth Frohlich; ARCURI, Irene Gaeta. **Mascul(idade) e velhices**: entre um bom e mau envelhecer. 3. ed. São Paulo: Vetor, 2006. p.1-17.

MARSOLA, Mônica; BAÊ, Tutti. **Canto, uma expressão**: Princípios básicos de técnica vocal. Irmãos Vitale: São Paulo, 2000, p. 33.

PAES, Marília Bentes. **Características vocais e propriocepção do envelhecimento, queixa e saúde vocal em mulheres idosas de diferentes faixas etárias**. 2008. 142 f. Dissertação (Mestrado) – Pontifícia Universidade Católica, SãoPaulo.

RODRIGUES, Eunice Dias da Rocha; CARVALHO, Maria Cristina Azevedo de. **O idoso e a aprendizagem musical**: ilusão ou realidade?. In: SIMPÓSIO DECOGNIÇÃO E ARTES MUSICAIS, 4, 2008. São Paulo. *Anais...* São Paulo: USP, 2008. p. 1-6.

SOUZA, Cristiana Miriam S; LEÃO, Eliane. **Terceira idade e música**: perspectivas para uma educação musical. In: CONGRESSO ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM MÚSICA, 16, 2006. Brasília. *Anais...* Brasília: UNB, 2006. p. 56-60.