

Corais são ‘válvulas de escape’ no dia a dia

Grupos vocais são prova de que ‘quem canta seus males espanta’, aliando conhecimento musical à saúde do corpo

Ana Rízia Caldeira

anacaldeira@jpcjournal.com.br

Presente em todos os momentos da vida, a música, desde os mais remotos tempos, é trilha sonora do dia a dia das pessoas. Em estudos científicos, foi comprovado que as notas musicais fazem o cérebro de seres racionais agir de forma positiva e, quando entoadas por meio do canto, os benefícios vão muito além do aquecimento vocal, principalmente em exercícios feitos em grupos de coral.

Surgido no Brasil durante o período colonial, sob influência das cortes europeias, o canto coral era destinado para missas e igrejas, sempre elaborado para grupos vocais das congregações existentes. Com a mudança dos hábitos, o trabalho foi aberto ao público fora da conjuntura, sendo capaz de proporcionar alívio da rotina que, por muitas vezes, torna-se motivo da falta de interação social. “Hoje o mundo é rápido, tecnológico e virtual, as pessoas já não têm mais tempo de olhar para si. Com o canto, que é um processo mais desacelerado, elas vão descobrindo a própria voz e acabam promovendo um autoconhecimento muito grande, além de aju-



Fotos: Isabela Borghese/JP

‘A voz cantada é a expressão de um povo’, ressaltou Cíntia Pinotti, regente dos corais da Esalq

dar na integração em grupo”, explicou a regente do Coral Infantil e Jovem da Empem (Escola de Música de Piracicaba Maestro Ernst Mahle), Tania Peticarrari.

As vantagens vindas da fusão entre a inserção social e música são capazes, segundo Tania, de solidificar as relações entre os participantes. “Isso tornou-se

necessário, principalmente para jovens e crianças, que precisam aprender a construir algo coletivamente. Cantando com mais pessoas, eles podem entender sobre a colaboração, ter percepção de um mundo diferente e também desenvolver um crescimento educacional, já que terão familiaridade com a arte e

outros formatos musicais, além dos que são comercializados”, disse.

Por meio da inserção em um meio cultural, o participante de coral pode evoluir tanto nas técnicas vocais quanto na participação de outras esferas do conhecimento. “O aluno começa a se desenvolver, vai a concertos,

Todo mundo pode cantar, sem desculpas

Em um mito criado durante anos, muitas pessoas acreditam ser difícil começar a cantar ou até mesmo fazê-lo em grupo por falta de “talento nato”. Cíntia Pinotti frisou que, na verdade, cantar nada mais é que um exercício de audição. “O maestro Villa-Lobos sempre dizia que ‘se você consegue falar e ouvir, você consegue cantar’. Com técnica e trabalho do maestro, o aluno pode aprender, depende apenas de vontade e esforço.”

Democráticos, os corais podem ser a “cura” para do-

enças, como aconteceu com a professora de educação infantil Jeane Aparecida Pereira Tercicelli. Ela sempre precisou da voz em aulas e reuniões, mas a voz sempre soava rouca e baixa. A educadora descobriu nódulos nas cordas vocais, que só foram tratados com terapias de voz e participação no coral da Empem. “Com o incentivo da minha regente, que nunca desistiu de mim, acreditei no meu potencial e perdi tanto a timidez quanto a dificuldade para falar um público”, contou Jeane. (ARC)

descobre estilos musicais e até mesmo outras culturas e povos através da música. A voz cantada é a expressão de um povo. É com ela que marcamos várias etapas da vida e criamos nossos círculos sociais”, ressaltou a regente dos corais da Esalq, Cíntia Pinotti.

Ela destacou que os ganhos

com a participação no canto acontecem de forma global para o corpo. “Não é uma brincadeira dizer que ‘quem canta, seus males espanta’, porque existe um equilíbrio de todo o organismo. Enquanto se respira é feita uma massagem em todo corpo, que influencia no equilíbrio emocional.”

