



Universidade de Évora - Escola de Artes

Mestrado em Ensino de Música

Relatório de Estágio

**Adversidades da região orofacial e o seu impacto na
aprendizagem da flauta transversal**

Rui Miguel Moreira Caeiro

Orientador(es) | Monika Streitová

Évora 2023





Universidade de Évora - Escola de Artes

Mestrado em Ensino de Música

Relatório de Estágio

**Adversidades da região orofacial e o seu impacto na
aprendizagem da flauta transversal**

Rui Miguel Moreira Caeiro

Orientador(es) | Monika Streitová

Évora 2023



O relatório de estágio foi objeto de apreciação e discussão pública pelo seguinte júri nomeado pelo Diretor da Escola de Artes:

Presidente | Mário Marques (Universidade de Évora)

Vogais | Ana Maria Santos (Universidade de Évora) (Arguente)
Monika Streitová (Universidade de Évora) (Orientador)

Dedicatória

Dedico este trabalho à minha Mãe, que mesmo não estando fisicamente comigo, está e estará sempre comigo em todos os momentos.

“Words don't come easy to me

How can I find a way

To make you see I love you

Words don't come easy”

By F.R. David (versão dos Modern Talking).

Agradecimentos

Ao meu pai, à minha irmã e a todos os meus amigos que me apoiaram e me deram força para seguir em frente.

Ao Daniel, pela força, desabafos, energia e por me lembrar que na vida com trabalho e calma tudo se consegue.

À minha Orientadora, Monika Streitová, por todos os ensinamentos, reflexões e suporte ao longo destes anos, aspetos esses que me fizeram crescer e que serei eternamente grato.

À minha Orientadora Cooperante, Elsa Marques, que depois de ter sido seu aluno, me deixou desde logo à vontade com os seus “meninos”, enquanto estagiário dando-me todas as ferramentas necessárias para a elaboração do estágio.

Ao Professor Hélio Ramalho que me recebeu nas aulas de Orquestra de sopros e deixou-me averiguar a prática de grupo.

Ao Conservatório Regional do Baixo Alentejo, ao Diretor Executivo Mauro Dilema, Diretores Pedagógicos, Docentes e Não Docentes que desde logo me abriram as portas, dando-me oportunidades de crescimento pessoal e profissional.

A todos os alunos que lecionei, que desde cedo me receberam e contribuíram ativamente para a minha investigação, ajudando-me a fortalecer os ensinamentos aprendidos.

Aos meus colegas da Classe de Flauta e restantes colegas da UÉ que levo no coração.

À Professora Doutora Ana Telles, à Professora Doutora Olga Magalhães e a todos os Docentes do Mestrado em Ensino de Música pelas ferramentas de trabalho que me permitiram criar as minhas bases de ensino.

À S.F.U.M “Os Amarelos” por ter sido a casa mãe e ter-me dado oportunidade de conhecer o que é a música, sem ela provavelmente não teria chegado aqui, pelo seu papel de formação de jovens músicos e formação de pessoas com valores.

Aos meus colegas monitores, alunos da Escola de Música da S.F.U.M, Banda Juvenil e colegas da Banda dos “Graúdos” que me ajudaram também a crescer em diversas áreas.

À UFMSA, pelo suporte e compreensão sempre que necessitava de adaptação de horários no meu trabalho enquanto Docente de AEC`s.

Adversidades da região orofacial e o seu impacto na aprendizagem da flauta transversal

Resumo: O Presente documento encontra-se dividido em duas seções. A primeira seção refere-se ao relatório de estágio realizado no Conservatório Regional do Baixo Alentejo (CRBA), no ano letivo de 2022/2023, no âmbito da Unidade Curricular Prática do Ensino Supervisionada do Mestrado em Ensino de Música, na Universidade de Évora, sob a orientação da Professora Doutora Monika Streitová e da orientadora cooperante, Elsa Marques.

Na segunda seção, temos a fase da investigação que incidiu nas adversidades da região orofacial na prática da flauta transversal, onde temos patente os principais obstáculos referentes à região orofacial nos temas selecionados por nível de ensino, apresentando posteriormente estratégias para as colmatar e ainda os resultados obtidos no estudo de caso desenvolvido pelo mestrando no CRBA, onde aplicou algumas técnicas recolhidas na investigação do tema presente.

Palavras-chave: Flauta Transversal, embocadura, obtenção de registos, afinação, região orofacial

Adversities of the orofacial region and your impact in flute learning

Abstract: This document is divided into two sections. The first section refers to the internship report carried out at the Conservatório Regional do Baixo Alentejo (CRBA), in the academic year 2022/2023, within the scope of the Curricular Unit Practice of Supervised Teaching of the Master's Student in Music Teaching, at the University of Évora, under the guidance of Professor Monika Streitová and Cooperating Advisor, Elsa Marques.

In the second section, we have the research phase that focused on the adversities of the orofacial region in the practice of the transverse flute, where we can see the main obstacles related to the orofacial region in the selected subjects by level of education, subsequently presenting strategies to overcome them and also the results obtained in the case study developed by the master's student at CRBA, where he applied some techniques collected in the investigation of the present theme.

Key words: Transversal flute, embouchure, recording, tuning, orofacial region

Lista de abreviaturas

CRBA - Conservatório Regional do Baixo Alentejo

PE - Projeto Educativo

UÉ - Universidade de Évora

PESV - Prática de Ensino Supervisionado

DEEVM - Didática Especifica para o Ensino Vocacional de Música

BPM - Batimentos por minuto

Índice

Introdução.....	1
Seção I – Relatório de prática supervisionada.....	3
1. Caracterização da Escola	4
1.1. História da Instituição	4
1.1.1. Atualidade.....	5
1.2. Instalações.....	6
1.2.1. Beja.....	6
1.2.2. Castro Verde.....	7
1.2.3. Moura	7
1.3. Regimes de frequência	8
1.4. Oferta Formativa.....	9
1.4.1. Curso de Música - Iniciação	9
1.4.2. Curso Básico de Música – 2º ciclo.....	10
1.4.3. Curso Básico de Música - 3º ciclo.....	11
1.4.4. Curso Secundário de Música - Regime Articulado	12
1.4.5. Curso Secundário de Música - Regime Supletivo.....	13
1.4.6. Curso Secundário de Canto - Regime supletivo	14
1.4.7. Oferta formativa suplementar - Cursos Livres	15
1.4.8. Dança.....	15
1.5. Órgãos de Gestão.....	16
1.5.1. Órgãos de Administração e Gestão do CRBA	16
1.5.2. Órgãos Escolares Especializados	17
1.6. Objetivos triénio 2022-2025 do CRBA	17
1.6.1. Atividades e projetos que surgem de forma a atingir as metas anteriormente expostas.....	18
.....	18
1.7. Atividades extras acompanhadas ao longo do ano letivo 2022/2023.....	18
2. Classe de Flauta Transversal	19
2.1. Docente atual	20
2.2. Distribuição dos alunos.....	21
2.3. Aulas assistidas.....	22
3. Caracterização dos alunos acompanhados na PESEVM.....	24
3.1. Caracterização e observações verificadas nas aulas assistidas	25
3.1.1 Aluno A – Iniciação I	25
3.1.2. Aluno B – Iniciação III.....	27
3.1.3. Aluno C - 2º Grau.....	30

3.1.4.	Aluno D – 3º grau	32
3.1.5.	Aluno E - 5º Grau	35
3.1.6.	Aluno F – 5º grau.....	40
3.1.7.	Aluno G - 6º Grau.....	43
4.	Aulas lecionadas	46
4.1.	Aluno A – Iniciação I	47
4.2.	Aluno B – Iniciação III.....	49
4.3.	Aluno C – 2º Grau	51
4.4.	Aluno D – 3º Grau	53
4.5.	Aluno E - 5º Grau.....	55
4.6.	Aluno F – 5º Grau.....	57
4.7.	Aluno G – 6º Grau.....	59
5.	Análise crítica da atividade de docente	62
	Seção II – Projeto de investigação	64
1.	Introdução.....	65
2.	Estado de Arte	67
2.1.	Região orofacial	67
2.1.1.	Posicionamento dos dentes	67
2.1.2.	Aparelho ortodôntico	69
2.1.3.	Pressões excessivas	70
2.2.	Temáticas que são afetadas pela região orofacial nos diferentes ciclos de ensino	71
2.2.1.	Iniciação - Estabelecimento da Embocadura.....	73
2.2.2.	Ensino Básico - Obtenção de registros	75
2.2.3.	Ensino Secundário - Equilíbrio da afinação	76
3.	Objetivos	77
4.	Metodologia	78
4.1.	Estudo de caso – Influência de dispositivos ou técnicas de relaxamento orofacial nas temáticas dos vários níveis de ensino de Flauta Transversal	78
5.	Região orofacial e a sua ação sobre a prática da flauta transversal	84
6.	A influência da mudança de dentição no estabelecimento da embocadura na iniciação	89
6.1.	A estabilização da embocadura.....	89
6.2.	A influência da dentição no processo de estabilização da embocadura	91
6.3.	Recolha de dados	97
6.3.1.	Tratamento de dados	98
6.4.	Resultados obtidos através dos inquéritos por entrevista.....	105
6.4.1.	Sintomatologia verificada	105
6.4.2.	Autotestagem de dispositivos que permitem a abordagem do processo de embocadura mesmo em processo de mudança de dentição.....	108

6.4.2.1.	Proposta de soluções que não resultaram	109
6.4.2.2.	Propostas de soluções que permitem a prática da transversal, mas que não são viáveis para crianças	110
6.4.2.3.	Proposta de soluções viáveis para o processo de formação de embocadura	111
6.5.	Aplicação pedagógica	112
6.5.1.	Soluções teórico-práticas que permitam a continuação da motivação	112
6.5.2.	Abordagem de diferentes articulações musicais	113
6.5.3.	Solução que pode proporcionar parcialmente a prática da flauta transversal	114
6.5.4.	Soluções práticas sem a flauta transversal	114
6.5.5.	Soluções teóricas alternativas à prática instrumental	115
7.	A influência do aparelho ortodôntico na obtenção dos registos na Flauta Transversal no ensino Básico	117
7.1.	Os registos na flauta transversal	117
7.2.	Principais problemáticas que levam ao tratamento com aparelho ortodôntico	120
7.3.	Diferentes tipos de aparelhos ortodônticos	124
7.4.	Análise de entrevistas – A relação do aparelho ortodôntico com a obtenção dos registos na flauta transversal	125
7.4.1.	Quadros resumo dos principais resultados das entrevistas	126
7.4.1.1.	Sintomatologia sentida com aparelho ortodôntico	127
7.4.1.2.	Observações verificadas antes, durante e após a utilização de aparelho ortodôntico.	128
7.4.1.3.	Queixas evidenciadas na produção sonora	129
7.5.	Prática pedagógica	129
7.5.1.	Produtos e dispositivos existentes no mercado que permite a prática instrumental e proteção da cavidade oral com aparelho ortodôntico.	129
7.5.2.	A obtenção dos registos com a utilização de aparelho ortodôntico	131
7.5.3.	Exercícios utilizados na ultrapassagem das adversidades trazidas pelo aparelho ortodôntico na obtenção de registos	131
7.5.4.	Métodos utilizados para a obtenção dos registos e colmatação das adversidades do aparelho ortodôntico	132
7.5.5.	Exemplo de exercícios propostos para colmatar as dificuldades trazidas pelo aparelho ortodôntico na obtenção de registos	133
7.5.5.1.	<i>24 Estudos melódicos</i> de M. Moyse	134
7.5.5.2.	<i>Check-up</i> , Peter-Lukas Graf	135
7.5.5.3.	<i>La technique de la embouchure</i> de P. Bernold	136
7.5.5.4.	<i>El Desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick	137
8.	Ensino Secundário: A influência das pressões excessivas na cavidade orofacial na afinação	139
8.1.	Afinação	139
8.1.1.	Procedimentos para a estabilização da afinação	139

8.2.	Afinação espontânea durante a performance	141
8.3.	Fatores que influenciam a afinação	141
8.4.	O comportamento da afinação da Flauta Transversal nos diferentes registros.....	142
8.5.	Problemáticas e resoluções na afinação de notas instáveis dos registros	143
8.6.	Pressões exercidas na região orofacial na prática da flauta transversal	143
8.7.	Análises da entrevista - A influência das pressões excessivas na prática da flauta transversal.....	144
8.7.1.	Quadros resumos das principais constatações obtidas através das entrevistas	145
8.7.2.	Prática Pedagógica	146
8.7.2.1.	Principais desafios para uma afinação correta sem pressões excessivas	146
8.7.2.2.	Metodologia aplicada pelos professores de flauta	147
8.7.2.3	Procedimentos utilizados pelos especialistas.....	147
8.7.3.	Técnicas de relaxamento recomendadas pelos especialistas.....	148
8.7.3.1.	Técnicas recomendadas pelo especialista quiroprático.....	148
8.7.3.2.	Técnicas da Medicina Oriental	151
8.7.3.3.	Técnicas recomendadas pelo Osteopata/ Fisioterapeuta	154
8.7.4.	Técnicas recomendadas que podem ser aplicadas autonomamente pelos flautistas	155
8.7.4.1.	Exercício e procedimentos propostos pelo Osteopata/Fisioterapeuta para alívio das pressões excessivas que podem ser feitos autonomamente pelos flautistas	155
8.7.5.	Técnicas de relaxamento utilizadas pelos cantores	159
9.	Análise dos resultados – Estudo de Caso – A influência das técnicas de relaxamento e dispositivo de silicone na prática da Flauta Transversal na Classe de Flautas no CRBA.....	163
9.1.	Iniciação - Procedimento A	163
9.1.1.	Exercícios práticos realizados ao longo das sessões de Iniciação	163
9.1.2.	Principais observações verificadas na região orofacial, face à abordagem do estabelecimento da embocadura	165
9.1.3.	Análise das observações do estado corporal verificada nas sessões com os alunos de iniciação.....	168
9.1.4.	Observações verificadas em ambos os alunos.....	168
9.1.5.	Observações verificadas apenas no aluno A	169
9.1.6.	Observações verificadas apenas no aluno B.....	170
9.1.7.	Influências das técnicas de relaxamento na estabilização da embocadura	170
9.1.8.	Análise das observações da prática da flauta transversal na influência da estabilização da embocadura.....	174
9.1.1.	Análise pormenorizada da prática do aluno A	175
9.1.2.	Análise pormenorizada da prática do Aluno B	176
9.1.3.	Limitações no estudo de caso - Iniciação	177
9.2	Curso Básico	178
9.2.1	Exercícios práticos realizados ao longo das sessões do Curso Básico.....	179

9.2.1.1. <i>Practice Book for Flute - Tone</i> de T. Wye.....	179
9.2.1.2. <i>Desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> de Robert Dick	180
9.2.1.3. <i>Check-up</i> de Peter-Lukas Graf.....	182
9.2.2. Procedimento A	183
9.2.2.1 Influências das técnicas de relaxamento no estado corporal dos alunos do Curso Básico.....	183
9.2.1.2. Análise das observações do estado corporal verificada nas sessões com os alunos do Ensino Básico – Procedimento A	186
9.2.1.3. Observações pormenorizadas do aluno C	187
9.2.1.4. Observações Pormenorizadas – aluno D	188
9.2.2.2. Influências das técnicas de relaxamento na obtenção de registos	188
9.2.2.2.1. Análise das observações da prática da flauta transversal na obtenção de registos.....	192
9.2.2.2.2. Observações pormenorizadas aluno C	193
9.2.2.2.3. Observações pormenorizadas do aluno D	194
9.2.2.2.4. Limitações no estudo de caso - Procedimento A - Curso Básico	196
9.2.3. Procedimento B	196
9.2.3.1. Contextualização da ação do aparelho ortodôntico do Aluno E	196
9.2.3.2. Procedimentos para elaboração da película de silicone de proteção bucal	197
9.2.3.4. Caracterização da ação do aluno E no Procedimento B.....	199
9.2.3.5. Exercícios elaborados ao longo das sessões	201
9.2.3.6. Observações do estado corporal com e sem aplicação da película de silicone no aparelho ortodôntico.....	201
9.2.3.6.1. Análise das observações verificados sobre o estado corporal ao longo das sessões do aluno E.....	204
9.2.3.7. Observações sobre a aplicabilidade da película de silicone na obtenção de registos do aluno E.....	205
9.2.3.7.1. Análise das observações da prática de flauta transversal na influência da obtenção de registos com película de silicone, a proteger o contacto do lábio com o aparelho ortodôntico.....	208
9.2.3.8. Limitações no estudo de caso - Procedimento B - Curso Básico	209
9.3. Curso Secundário	209
9.3.1. Exercícios práticos realizados ao longo das sessões do Curso Secundário.....	210
9.3.1.1. Exercício A – Exercício nº 4 da página 14 do Método de <i>Check-Up</i> , de Peter-Lukas Graf.....	211
9.3.1.2. Exercício B - Exercício de glissandos da Pág. 27 do <i>Desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.....	212
9.3.1.3. Exercício C – Exercício 12 da Pág. 30 do Método de <i>Check-Up</i> , de Peter-Lukas Graf.....	214

9.3.2. Influências das técnicas de relaxamento no estado corporal dos alunos do Curso Secundário	215
9.3.2.1. Análise e observação geral do estado corporal de ambos os alunos	219
9.3.2.1.1. Observações pormenorizadas do estado corporal do aluno F ao longo das sessões	220
9.3.2.1.2. Observações pormenorizadas do estado corporal do aluno G ao longo das sessões	221
9.3.3. Influências das técnicas de relaxamento na estabilização da afinação	222
9.3.3.1. Observações comuns na estabilização da afinação do aluno F e aluno G	225
9.3.3.2. Observações pormenorizadas da estabilização da afinação do aluno F	226
9.3.3.3. Observações pormenorizadas na estabilização da afinação do aluno G	227
9.3.4. Limitações no estudo de caso - Procedimento A - Curso Secundário	228
9.4. Conclusões sobre o estudo de caso	229
10. Palestra	230
Conclusão	231
Referências bibliográficas	234
ANEXOS A – Planificação e observações das aulas lecionadas	241
ANEXOS B – Inquérito por Questionário - Iniciação	276
ANEXOS C – Guiões das entrevistas elaboradas	283
ANEXOS D – Observações do Estudo de Caso desenvolvido no CRBA	315

Índice de tabelas

Tabela 1. Regimes de frequência existentes no Conservatório Regional do Baixo Alentejo.....	8
Tabela 2. Matriz exposta no grau de iniciação no CRBA	9
Tabela 3. Matriz exposta no Curso Básico de Música no 2º ciclo	10
Tabela 4. Diferentes tipos de aparelhos ortodônticos.....	11
Tabela 5. Matriz exposta no Curso Secundário de Música no Regime Articulado.....	12
Tabela 6. Matriz exposta no Curso Secundário de Música no Regime Supletivo.....	13
Tabela 7. Matriz exposta no Curso Secundário de Música no Regime Supletivo.....	15
Tabela 8. Oferta formativa da Dança para o ano letivo 2022/2023.....	16
Tabela 9. Projetos a desenvolver segundo o Projeto Educativo (2022-2025) do CRBA	18
Tabela 10. Atividades acompanhadas pelo mestrando ao longo do ano letivo 2022-2023 no CRBA .	19
Tabela 11 Distribuição dos alunos de Flauta Transversal por níveis de ensino e polos do CRBA no ano letivo 2022/2023.....	21
Tabela 12. Alunos acompanhados pelo mestrando e a sua distribuição pelos polos do CRBA	24
Tabela 13. Identificação dos alunos acompanhados de forma pormenorizada pelo mestrando.	25
Tabela 14. Material Didático do Aluno A.....	27
Tabela 15. Material Didático do Aluno B	29
Tabela 16. Material Didático do Aluno C	32
Tabela 17. Material didático por Aluno D.....	35
Tabela 18. Material Didático Aluno E.	39
Tabela 19. Material didático do Aluno F.....	42
Tabela 20. Material didático do Aluno G.....	46
Tabela 21. Temáticas por nível de ensino em observação de forma a averiguar a influência das técnicas de relaxamento orofacial sobre as mesmas.....	79
Tabela 22. Aplicação da película de silicone na região intraoral de forma a verificar a sua influência na obtenção de registos.	80
Tabela 23. Síntese do procedimento A e a aplicação executada nas sessões com os alunos de cada grupo.	82
Tabela 24. Síntese do procedimento B e a aplicação executada nas sessões com os alunos de cada grupo.	84
Tabela 25. Vários constituintes que formam a região orofacial	85
Tabela 26. Fases da dentição e as suas principais observações.....	86
Tabela 27. Representação das três fases de dentição da vida do ser humano.	87
Tabela 28. Classificação de Angle e observações mais detalhadas de cada classe	96
Tabela 29. Já teve alunos em transição dentária? Ou seja, no processo de dentição mista?	93
Tabela 30. Algum aluno, em processo de queda de dentes, manifestou dor ou desconforto durante a aula?	94
Tabela 31. Na presença de crianças em transição dentária, sentiu que estas tinham dificuldade em assobiar ou direcionar a coluna de ar?	96
Tabela 32. Durante as aulas conseguiu perceber se a queda de dentes pode influenciar a coluna de ar, afetando a forma como a criança sopra?	99
Tabela 33. Na execução ao longo da aula sentiu que a queda de dentes frontais influenciou de igual forma como a queda de dentes laterais?.....	99
Tabela 34. Ferramentas sugeridas pelos docentes para colmatar as adversidades trazidas pela Transição dentária.....	102
Tabela 35. Exercícios alternativos propostos pelos Docentes de Flauta de Transversal.....	103
Tabela 36. Principal sintomatologia verificada através da recolha de dados.....	100
Tabela 37. Soluções não funcionais para o processo de procura de embocadura da flauta transversal.....	102
Tabela 38. Protetor bucal individualizado fixo e as principais observações da sua aplicabilidade....	103
Tabela 39. Protetor de lábios e gengivas e as principais observações sobre a sua aplicabilidade.....	105

Tabela 40. Exercício que potencia a prática parcial da flauta transversal.....	109
Tabela 41. Exercícios sem flauta que potenciam a aprendizagem de conceitos que serão aplicados futuramente na flauta.....	110
Tabela 42. Variáveis controláveis através da embocadura de um flautista	111
Tabela 43. Mudanças dos registos face à flexibilidade da embocadura.....	114
Tabela 44. Termos relacionados com a maloclusão.....	115
Tabela 45. Classificação de Lisher e definição dos termos que podem levar ao tratamento com aparelho ortodôntico	117
Tabela 46. Diferentes tipos de aparelhos ortodônticos.	119
Tabela 47. Fases do tratamento ortodôntico e observações sobre as mesmas.....	120
Tabela 48. Principais problemas sentidos com a colocação de aparelho ortodôntico	122
Tabela 49. Principais diferenças verificadas pelos professores antes, durante e após a utilização de aparelho ortodôntico dos alunos na prática da flauta transversal	124
Tabela 50. Principais queixas averiguadas ao tocar flauta transversal com aparelho ortodôntico.....	125
Tabela 51. Produtos que aliviam os sintomas provocados pela utilização do aparelho ortodôntico e que permitem a continuação da prática da Flauta Transversal.	127
Tabela 52. Registo mais afetado pela utilização de aparelho ortodôntico ao mesmo tempo que a prática de flauta transversal.....	128
Tabela 53. Principais exercícios elaborados de forma a colmatar as dificuldades na obtenção de registos	129
Tabela 54. Métodos utilizados para elaborar os exercícios de forma a colmatar as dificuldades na obtenção de registos	130
Tabela 55. Sintomas associados às pressões excessivas provocadas na região orofacial	131
Tabela 56. Principais desafios existentes na correção da afinação.....	131
Tabela 57. Metodologia aplicada pelos professores na correção das imperfeições da afinação.	132
Tabela 58. Técnicas recomendadas pelo especialista quiroprático para atenuação das pressões excessivas.....	145
Tabela 59. Técnicas orientais recomendadas pelo especialista em Medicina Chinesa para colmatar as pressões excessivas.	146
Tabela 60. Exercícios Propostos pelo Osteopata/Fisioterapeuta de forma a alongar a região orofacial.....	147
Tabela 61. Exercícios a executar de forma autónoma para relaxamento da região orofacial.	148
Tabela 62. Técnicas utilizadas pelos cantores de forma a evitar pressões excessivas na região orofacial.....	149
Tabela 63. Observações do estado corporal verificadas ao longo das sessões com os alunos de iniciação.	150
Tabela 64. Observações relacionadas com o estabelecimento da embocadura.....	151
Tabela 65. Fatores externos que podem ter influenciado os resultados obtidos.....	152
Tabela 66. Observações do estado corporal verificadas ao longo das sessões com os alunos C e D	153
Tabela 67. Observações relacionadas com a transição entre registos.	154
Tabela 68. Fatores externos que podem ter influenciado os resultados obtidos.....	155
Tabela 69. Informações referentes à aquisição da película de silicone desejada.....	156
Tabela 70. Observações verificadas ao longo das sessões do aluno E no Procedimento B.....	157
Tabela 71. Observações verificadas ao longo das sessões do aluno E no Procedimento B com enfoque na obtenção de registos.	158
Tabela 72. Fatores que podem ter influenciado as sessões do Aluno E no Procedimento B	159
Tabela 73. Várias etapas necessárias para a realização do exercício A do curso Secundário.....	160
Tabela 74. Observações do estado corporal durante as sessões do Aluno F e Aluno G.	161
Tabela 75. Observações referentes à estabilização da afinação do aluno F e aluno G.....	166
Tabela 76. Fatores que podem ter influenciado as sessões do aluno F e G no Procedimento A.....	167

Tabela 77. Observações benéficas relacionadas com o estabelecimento da embocadura.....	172
Tabela 78. Observações desvantajosas relacionadas com o estabelecimento da embocadura.....	173
Tabela 79. Fatores externos que podem ter influenciado os resultados obtidos.....	177
Tabela 80. Observações benéficas do estado corporal verificadas ao longo das sessões com os alunos C e D.....	184
Tabela 81. Observações desvantajosas do estado corporal verificadas ao longo das sessões com os alunos C e D.....	185
Tabela 82. Observações benéficas relacionadas com a transição entre registos.....	190
Tabela 83. Observações desvantajosas relacionadas com a transição entre registos.....	191
Tabela 84. Fatores externos que podem ter influenciado os resultados obtidos.....	196
Tabela 85. Informações referentes à aquisição da película de silicone desejada.....	198
Tabela 86. Observações benéficas verificadas ao longo das sessões do aluno E no Procedimento B.	202
Tabela 87. Observações desvantajosas verificadas ao longo das sessões do aluno E no Procedimento B.....	203
Tabela 88. Observações benéficas verificadas ao longo das sessões do aluno E no Procedimento B com enfoque na obtenção de registos.....	206
Tabela 89. Observações desvantajosas verificadas ao longo das sessões do aluno E no Procedimento B com enfoque na obtenção de registos.....	207
Tabela 90. Fatores que podem ter influenciado as sessões do Aluno E no Procedimento B.....	209
Tabela 91. Várias etapas necessárias para a realização do exercício A do curso Secundário.....	211
Tabela 92. Observações benéficas do estado corporal durante as sessões do Aluno F e Aluno G.....	216
Tabela 93. Observações desvantajosas do estado corporal durante as sessões do Aluno F e Aluno G.	217
Tabela 94. Observações desvantajosas do estado corporal durante as sessões do Aluno F e Aluno G. (Continuação).....	218
Tabela 95. Observações benéficas referentes à estabilização da afinação do aluno F e aluno G.....	223
Tabela 96. Observações desfavoráveis referentes à estabilização da afinação do aluno F e aluno G.	224
Tabela 97. Fatores que podem ter influenciado as sessões do aluno F e G no procedimento A.....	228

Índice de figuras

Figura 1. Sede (em Beja) do CRBA.....	6
Figura 2. Polo de Castro Verde do CRBA	7
Figura 3. Polo de Moura do CRBA.....	8
Figura 4. Dente e os seus constituintes	85
Figura 5. Músculos da região orofacial.....	85
Figura 6. Lábios e os seus constituintes.....	85
Figura 7. Língua e as suas várias áreas	86
Figura 8. Mandíbula e os seus constituintes.....	87
Figura 9. Maxilar.....	87
Figura 10. Posição da Embocadura do flautista.....	90
Figura 11. Elementos presentes na constituição do dente humano	92
Figura 12. Dentição Decídua entre os cinco e os seis anos.....	93
Figura 13. Dentição Mista entre os sete e os 10 anos.	94
Figura 14. Dentição Permanente entre os 11 e os 12 anos.....	94
Figura 15. Classificação de Edward Angle.	95
Figura 16. Posição do lábio sobre o porta-lábio e ação dos dentes anteriores na embocadura da flauta	97
Figura 17. Procedimento clínico realizado para obtenção do protetor bucal individualizado.	108
Figura 18. Dispositivo de proteção bucal standart moldável	109
Figura 19. Protetor bucal individualizado fixo.....	110
Figura 20. Protetor de lábios e gengivas	111
Figura 21. Pneumo Pro.....	114
Figura 22. Exercícios sem flauta.....	115
Figura 23. Diferentes registos da flauta transversal.	119
Figura 24. Esquematização dos termos anteriormente definidos na mesma ordem de apresentação na tabela.	121
Figura 25. Os termos da classificação de Lisher.....	123
Figura 26. Diferentes tipos de aparelhos ortodônticos enumerados com a mesma ordem que na tabela anteriormente apresentada.....	125
Figura 27. Protetor de lábios	130
Figura 28. Protetor bucal fixo	130
Figura 29. Ceras dentárias.....	130
Figura 30. Exercício com escala de Fá maior com auxílio de crescendos e diminuendos do 5º livro de T. Wye.....	133
Figura 31. Exercício 11 com variações de ritmos, dinâmicas e articulações dos “24 estudos melódicos” de Marcel Moyse.....	134
Figura 32. Exercício 13 do Livro Check-up de Peter Lukas Graf.....	135
Figura 33. Vocalise nº1 de “La technique de la embouchure” de P. Bernold.....	136
Figura 34. Exercício nº 4 do livro “El Desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas” de R. Dick.	137
Figura 35. Resolução da afinação através do encaixe da cabeça no corpo da flauta transversal	140
Figura 36. Notas com problemas de afinação	142
Figura 37. Antepulsão e retropulsão da mandíbula.....	148
Figura 38. Libertação mio fascial dos músculos submentais	149
Figura 39. Exemplificação do exercício para promover uma boa postura em pé.....	150
Figura 40. Acupuntura.....	151
Figura 41. Tui Na	152
Figura 42. Shiatsu	153
Figura 43. Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial(1).....	155
Figura 44. Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial(2).....	156
Figura 45. Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial(3).....	156

Figura 46. Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial(4)	156
Figura 47. Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial(5)	157
Figura 48. Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial(6)	157
Figura 49. Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial(7)	158
Figura 50. Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial(8)	158
Figura 51. Murmúrios de boca fechada.....	159
Figura 52. Movimentos circulares ao redor da parte exterior dos dentes.....	160
Figura 53. “Choro do recém-nascido”	160
Figura 54. Língua sobre o palato.....	161
Figura 55. Compressão e relaxamento do corpo	161
Figura 56. Exercícios utilizados nas sessões dos alunos de Iniciação.....	164
Figura 57. Exercício 6.....	175
Figura 58. Posição curva (amarelo) e Posição mais direita.....	177
Figura 59. Exercício do Practice Book for Flute - Tone de T. Wye utilizado nas sessões nº 1 e nº 2 dos Alunos do Básico.	180
Figura 60. Excerto do Exercício 5 do Método <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.	181
Figura 61. Excerto do exercício 13 do Método <i>Check-up</i> , de Peter-Lukas Graf.	182
Figura 62. Excerto do exercício 13, do Método <i>Check-up</i> de Peter-Lukas Graf	193
Figura 63. Nota com mais dificuldade a executar pelo aluno C	195
Figura 64. Aparelho tradicional do aluno E.	197
Figura 65. Fotografias dos vários procedimentos averiguados na Tabela 69.	199
Figura 66. Excerto do exercício 4 de <i>Check-up</i> - de Peter Lukas- Graf.....	212
Figura 67. Excerto do Exercício B utilizado nas sessões dos alunos do Secundário no presente estudo de caso.....	213
Figura 68. Excerto do exercício C do Método <i>Check-up</i> , de Peter-Lukas Graf executado pelos Alunos F e G.....	214
Figura 69. Registo onde o aluno F teve mais dificuldade em realizar o glissando	226

Introdução

O presente relatório foi elaborado como projeto final do Mestrado em Ensino de Música ministrado na Universidade de Évora no ano letivo 2022/2023. O documento encontra-se dividido em duas seções: estando a primeira relacionada com o relatório de estágio da disciplina de Prática de Ensino Supervisionada no Ensino Vocacional da Música (PESEVM), realizado no Conservatório Regional do Baixo Alentejo, na classe da professora Elsa Marques, assumindo assim o cargo de orientadora cooperante. Por outro lado, a professora Doutora Monika Streitová assumiu a orientação interna do presente relatório.

Neste relatório encontra-se presente a caracterização da escola, o seu funcionamento, a oferta formativa, o seu funcionamento, caracterização da Docente Elsa Marques e por sua vez, da sua classe. Os principais focos de trabalho ficaram patentes na descrição e contextualização da classe, como as principais ferramentas e métodos utilizados e ainda a descrição das aulas lecionadas pelo mestrando.

Relativamente ao estágio, o mesmo teve início no dia 3 de outubro de 2022 e findou no dia 30 de junho de 2023. Importa realçar que o estágio compreendia um total de 297 horas distribuídas pelo primeiro e segundo semestre. No primeiro semestre o total de horas a realizar eram de 85 horas. A distribuição ficou pelas 70 horas assistidas, 6 horas lecionadas, 9 horas de atividades; enquanto as restantes 212 horas eram previstas para o segundo semestre, onde 184 horas eram assistidas, 18 horas lecionadas e 10 horas referentes a atividades.

Todas as horas foram distribuídas pelos três níveis de ensino – Iniciação, Básico e Secundário- ao longo dos três polos do CRBA, dentro da classe da professora Elsa Marques.

A segunda seção do documento apresentado incidiu na componente da investigação em que o foco foi averiguar as adversidades da região orofacial na prática da flauta transversal, culminando com um estudo de caso em que foram implementadas algumas técnicas com os alunos da classe da professora Elsa Marques.

Daremos destaque a uma temática por cada nível de ensino, assim como a uma adversidade da região orofacial manifestada em cada temática abordada, e com impacto na prática da flauta transversal.

As mudanças fisionómicas, bem como o uso prejudicial da região orofacial, podem conduzir a uma aprendizagem imprecisa, ou insuficiente à prática. Estas alterações, sentidas ao longo do

crescimento do aluno, podem assim ter implicações na estabilização da embocadura, na obtenção de registros, ou afinação.

Este projeto tem como ponto de partida a influência da região orofacial na prática da flauta transversal. O objetivo é nutrir a prática pedagógica de dispositivos e exercícios de relaxamento orofacial e promover a ação correta desta região em contexto de aula. Com estes recursos, a prática pedagógica poderá ficar menos condicionada, havendo um maior espaço para o equilíbrio entre a aprendizagem da flauta transversal e a manutenção da saúde orofacial.

Seção I – Relatório de prática supervisionada

1. Caraterização da Escola

1.1. História da Instituição

Desde 1939, que existia apenas uma professora de música - professora Ernestina Santana de Brito Pinheiro - na cidade de Beja. Sendo a única com formação superior na área de música, era prontamente procurada por alunos para a preparação dos exames de admissão ao Conservatório Nacional de Lisboa.

Em 1980, sob o comando da professora Ernestina Pinheiro e do seu marido Dr. Augusto Pinheiro foi fundado o Centro Cultural de Beja, que tinha associada a primeira escola de música, a Academia de Música do Centro Cultural de Beja.

A primeira direção pedagógica desta Academia foi composta pela professora Ernestina Pinheiro, pela professora Ana da Conceição Domingues e pela professora Antónia Maria Pereira.

Em 1988, o Centro Cultural de Beja obtém aprovação provisória de funcionamento, contudo só em 1993 é que adquire a autorização definitiva para o ensino básico e secundário de música.

Em 1995, a pedido do professor Ivo Cruz, é criado pela professora Ernestina Pinheiro a delegação Pró-Arte que tinha como objetivo trazer até ao Baixo Alentejo, concertos e grandes nomes da música, que geralmente só atuavam entre as áreas de Lisboa e Porto.

Volvidos 18 anos, após a realização de mais de 180 concertos com artistas nacionais e internacionais, a direção central do Pró-Arte é extinta.

Devido ao despovoamento que se fazia sentir na região do Baixo Alentejo e a um desinteresse acentuado na área da cultura por parte da população, surge a necessidade de estabelecer uma dinamização cultural. Como tal, de forma a dedicar-se ao ensino de várias artes, para além das que vinham sendo lecionadas pela Academia de Música do Centro Cultural de Beja, surge o Conservatório Regional do Baixo Alentejo.

A 16 de Março de 1995 é assinado, no Auditório da Biblioteca Municipal de Beja, a escritura pública de constituição da associação. Após este momento, o Conservatório no ano letivo 1996/1997 obtém a aprovação do Ministério da Educação para o início da atividade letiva.

Até 1999, o Conservatório já contava com o apoio das Câmaras Municipais de Moura, Odemira e Sines.

Dada à precaridade das instalações, foi adquirido um edifício de construção medieval em degradação no centro da Cidade de Beja, que depois de apoios comunitários foi restaurado, podendo assim acolher uma população escolar de 400 alunos.

Em 2003 a sede do Conservatório passa para a Praça da República em Beja e expande o seu ensino artístico para outras vilas e cidades, criando dois polos respetivamente na Cidade de Moura e Vila de Castro Verde, sediadas pelas respetivas Câmaras Municipais.

1.1.1. Atualidade

Atualmente o Conservatório continua a sua atividade nos três polos: Polo de Beja (sede da associação), Polo de Castro Verde e Polo de Moura. Contudo procura continuar a dinamizar toda a zona do Baixo Alentejo e Alentejo Litoral, através da sua oferta educativa e divulgação cultural.

O conservatório procura ser um espaço “onde qualquer criança ou adulto pode aprender a tocar um instrumento ou quem quer aprender a dança” (CRBA, 2022, p. 5) e ainda que seja “(...) o primeiro degrau para a formação de quem queira emprender o estudo a nível profissional, prosseguindo mais tarde numa escola superior ou universidade.” (CRBA, 2022, p. 5)

O Conservatório prima por um ensino com qualidade aliado à atualidade, educar para a ação social, cultural, ambiental; melhorar a interação e a transdisciplinaridade, entre as disciplinas da formação geral e artística; aliar a cooperação e relação entre escola e encarregados de educação; incentivar os alunos a uma participação ativa em concursos nacionais e internacionais mas mais variadas áreas; incentivar a atividades extracurriculares e ainda expandir a oferta a um público mais diversificado.

1.2 Instalações

1.2.1. Beja

A sede do Conservatório situa-se no Centro Histórico de Beja, Praça da República 45 (em frente à Câmara Municipal), ocupando hoje o que era um antigo palacete. Em 2003, depois de uma reestruturação, é adaptado a escola sendo o seu interior constituído por quatro salas para disciplinas de conjunto, oito salas para instrumentos, um auditório com capacidade para cerca de 70 pessoas, biblioteca, sala de alunos, sala de professores, seis salas de apoio técnico administrativo, diversas áreas comuns, arrecadações e instalações sanitárias. Todas as salas apresentam materiais didáticos adequados, equipamentos para reprodução de som, iluminação natural e artificial boa e, ainda, tratamento acústico e térmico para o funcionamento adequando das aulas.

Figura 1

Sede (em Beja) do CRBA



Nota. CRBA – Conservatório Regional do Baixo Alentejo. (2022). *Projeto educativo*. Acedido em 02 de fevereiro de 2023. p. 5

1.2.2. Castro Verde

O Polo encontra-se instalado na Fábrica das Artes, Rua Dr. António Francisco Colaço 3, depois de adaptado em 2012 pela Câmara Municipal de Castro Verde. As instalações vigentes permitem a lecionação de música e dança.

O edifício possui três salas para disciplinas de conjunto, sete salas para instrumento, biblioteca, um auditório com capacidade para cerca de 80 pessoas, espaço para alunos, sala de professores, cinco salas de apoio técnico administrativo, diversas áreas comuns, arrecadações, instalações sanitárias e bar. (CRBA, 2022).

Figura 2

Polo de Castro Verde do CRBA



Nota. CRBA – Conservatório Regional do Baixo Alentejo. (2022). *Projeto educativo*. Acedido em 02 de fevereiro de 2023. p. 5

1.2.3. Moura

Em 2008, depois de uma reformulação das instalações situadas na R. da República 33, onde anteriormente estava instalado o café “Cantinho”, a Câmara Municipal de Moura cede as mesmas para o CRBA. Segundo o PE, este polo possui duas salas para disciplinas de conjunto, cinco salas para instrumento, biblioteca, um auditório com capacidade para cerca de 60 pessoas,

espaço para alunos, duas salas de apoio técnico administrativo, diversas áreas comuns, arrecadações e instalações sanitárias. (CRBA, 2022).

Figura 3

Polo de Moura do CRBA



Nota. CRBA – Conservatório Regional do Baixo Alentejo. (2022). *Projeto educativo*. Acedido em 02 de fevereiro de 2023. p. 5

1.3. Regimes de frequência

Na tabela apresentada é possível verificar os três tipos de regime de frequência que abrange o ensino no CRBA.

Tabela 1

Regimes de frequência existentes no Conservatório Regional do Baixo Alentejo.

Regime	Descrição
Articulado	A formação geral ocorre numa escola, e a formação específica ocorre no estabelecimento artístico.
Supletivo	A formação específica e vocacional é ministrada num estabelecimento de ensino artístico independentemente das habilitações dos alunos.
Curso Livre	Os alunos frequentam atividades e disciplinas sem necessidade de cumprir um plano oficial.

1.4. Oferta Formativa

O CRBA disponibiliza disciplinas da área da música e dança, com docentes qualificados do ensino artístico especializado.

No caso da Música, são disponibilizadas disciplinas como Formação Musical, Classe de Conjunto (vocal e instrumental), Instrumento e, no Secundário, outras disciplinas como Prática de teclado, História da Música, Análise e Técnicas de Composição que, conjuntamente com as mencionadas anteriormente, se interligam entre si para um ensino amplo e consolidado.

Para além das disciplinas mencionadas anteriormente, o CRBA também disponibiliza a disciplina de Canto, porém só no Secundário em regime supletivo. A partir deste ponto, analisaremos a oferta formativa por níveis de ensino, nomeadamente Iniciação, Básico e Secundário.

1.4.1. Curso de Música - Iniciação

De acordo com o regulamento interno do Conservatório Regional do Baixo Alentejo, que tem por base o estipulado no Estatuto do Artigo 7º da Portaria n.º 223-A/2018 de 3 de agosto, esta instituição proporciona a frequência dos seguintes cursos:

- **Curso de Música na 1ª Infância** - crianças até aos 35 meses;
- **Curso de Música, nível Pré-escolar** - crianças dos 36 meses até aos 6 anos, que não frequentam ainda o 1º ciclo do ensino básico;
- **Cursos de Música, nível Iniciação** - crianças que frequentam o 1º ciclo do Ensino Básico.

Tal como exposto no regulamento interno do CRBA e, segundo o disposto no Artigo 3º da Portaria N.º 225/2012 de 30 de julho, os alunos que frequentam o curso de Música nível Iniciação, cumprem as matrizes curriculares infra expostas:

Tabela 2

Matriz exposta no grau de iniciação no CRBA

Iniciação em Música		
Portaria n.º 225/2012 de 30 de julho	Carga horária semanal (em minutos)	
	Minutos	Tempos
Formação Musical	45	1
Instrumento	45	1
Classe de Conjunto	45	1
Total	135	3

1.4.2. Curso Básico de Música – 2º ciclo

O Curso Básico de Música no 2º ciclo decorre ao longo de dois anos, do 5º ano ao 6º ano e destina-se aos alunos que frequentam este ciclo de ensino no regime regular.

Segundo o Regulamento interno do CRBA os alunos do Curso Básico de Música no 2º ciclo cumprem as matrizes curriculares infra expostas, estabelecidas na portaria n.º 223-A/2018 de 3 de agosto e respetivas retificações à mesma:

Tabela 3

Matriz exposta no Curso Básico de Música no 2º ciclo

Curso Básico de Música - 2º ciclo					
Portaria n.º 223-A/2018	5º ano		6º ano		Total (Minutos)
De 3 de Agosto	Carga horária semanal em Minutos				
Disciplinas	Minutos	Tempos	Minutos	Tempos	
Formação Musical	90	2	90	2	180
Instrumento	90	2	90	2	180
Classe de Conjunto	135	3	135	3	270
Total	315	7	315	7	630

Nota. Regulamento interno CRBA 2022-2023, p.16.

1.4.3. Curso Básico de Música - 3º ciclo

O Curso Básico de Música no 3º ciclo decorre ao longo de 3 anos, do 7º ao 9º ano e destina-se aos alunos que frequentam este ciclo de ensino no regime regular.

Segundo o regulamento interno do CRBA os alunos do Curso Básico de Música no 3º ciclo cumprem as matrizes curriculares infra expostas, estabelecidas na portaria n.º 223-A/2018 de 3 de agosto e respetivas retificações à mesma:

Tabela 4

Matriz exposta no Curso Básico de Música no 3º ciclo

Curso Básico de Música - 3º ciclo							
Portaria n.º 223 - A/2018	7º ano		8º ano		9º ano		Total (Minutos)
De 3 de Agosto	Carga horaria semanal em Minutos						
Disciplinas	Minutos	Tempos	Minutos	Tempos	Minutos	Tempos	
Formação Musical	90	2	90	2	90	2	270
Instrumento	90	2	90	2	90	2	270
Classe de Conjunto	180	4	180	4	180	4	540
Total	360	8	360	8	360	8	1080

Nota. Regulamento interno CRBA 2022-2023, p. 17

1.4.4. Curso Secundário de Música - Regime Articulado

O Curso Secundário de Música, em regime articulado, destina-se aos alunos que se encontram em conformidade com o ensino regular, ou seja, desde o 10º ano até ao 12º ano. Este regime é apresentado para todos os alunos que pretendam a Música, como área principal de estudo no Secundário.

Segundo o Regulamento interno do CRBA os alunos do Curso de Secundário em Música no regime articulado cumprem as matrizes curriculares infra expostas, estabelecidas na portaria n.º 223-A/2018 de 3 de agosto e respetivas retificações à mesma:

Tabela 5

Matriz exposta no Curso Secundário de Música no Regime Articulado.

Curso Secundário de Música - Regime Articulado								
Portaria n.º 229-A/2018 de 14 de Agosto			10º ano		11º ano		12º ano	
			Carga horária semanal (em minutos)					
Componente	Científica	Disciplinas	Min.	T	Min.	T.	Min.	T.
		História da Cultura e das Artes	135	3	135	3	135	3
		Formação Musical (a)	90	2	90	2	90	2
		Análise e técnicas de composição	135	3	135	3	135	3
		Subtotal	360	8	360	8	360	8
	Técnica-Artística	Instrumento/Educação Vocal/Composição	90	2	90	2	90	2
		Classes de Conjuntos	225	5	225	5	225	5
		Disciplina de opção: Instrumento de Tecla	-	-	45	1	45	1
		Subtotal	315	7	360	8	360	8
		Total	675	15	720	16	720	16

Nota. Regulamento interno CRBA 2022-2023, p.18.

1.4.5. Curso Secundário de Música - Regime Supletivo

O Curso Secundário de Música em regime supletivo destina-se a todos aqueles que querem frequentar do 6º ao 8º grau, estando ou não em conformidade com o ensino regular. Com esta oferta, o aluno pode ter outra área principal de estudo no ensino regular, uma vez que não há obrigatoriedade de o 10º ano corresponder à frequência em simultâneo do 6º grau e, por conseguinte, o mesmo se aplica aos restantes anos de escolaridade. Para além disto, os alunos deste regime podem até ter concluído os seus ciclos de estudo noutras áreas. A frequência no regime supletivo implica o pagamento de anuidades, que são distribuídas por nove prestações.

Segundo o Regulamento interno do CRBA, os alunos do Curso de Secundário em Música, no regime articulado, cumprem as matrizes curriculares infra expostas estabelecidas na portaria n.º 223-A/2018 de 3 de agosto e respetivas retificações à mesma:

Tabela 6

Matriz exposta no Curso Secundário de Música no Regime Supletivo.

Curso Secundário de Música - Regime Supletivo								
Portaria n.º 229-A/2018 de 14 de Agosto			10º ano/6º grau		11º ano/7º grau		12º ano/8º grau	
			Carga horária semanal (em minutos)					
Componente	Científica	Disciplinas	Min.	T	Min.	T.	Min.	T.
		História da Cultura e das Artes	135	3	135	3	135	3
		Formação Musical (a)	90	2	90	2	90	2
		Análise e técnicas de composição	135	3	135	3	135	3
		Subtotal	360	8	360	8	360	8
	Técnica-Artística	Instrumento/Educação Vocal/Composição(a) (b)	90	2	90	2	90	2
		Classes de Conjuntos	225	5	225	5	225	5
		Disciplina de opção: Instrumento de Tecla	-	-	45	1	45	1
		Subtotal	315	7	360	8	360	8
		Total	675	15	720	16	720	16

Nota. Regulamento interno CRBA 2022-2023, p.19.

a) Disciplina de frequência obrigatória; b) consoante a variante do Curso: Instrumento, Formação Musical ou Composição, o(a) aluno(a) frequentará a disciplina de Instrumento, Educação Vocal ou Composição

De acordo com o disposto no número anterior e no N.º 9 do Artigo 49º da portaria n.º 229-A/2018 de 14 de agosto, alterada pela Declaração de Retificação n.º 29/2018 de 27 de agosto, os alunos têm ao seu dispor a possibilidade de se matricularem em duas disciplinas da componente científica e duas da componente técnica-artística. A disciplina de Formação Musical é obrigatória, dando posteriormente liberdade de escolha, por parte dos alunos e encarregados de educação, de selecionar entre uma das restantes disciplinas desta componente.

A disciplina de Instrumento/Educação Vocal/Composição da Componente Técnica – Artística é obrigatória consoante a variante do Curso, na qual os alunos e os encarregados de educação têm a oportunidade de definir uma das restantes disciplinas desta componente.

1.4.6. Curso Secundário de Canto - Regime supletivo

Apenas em regime supletivo, o Conservatório oferece o Curso Secundário de Canto. O plano de oferta é semelhante ao curso Secundário de Música no regime supletivo, à exceção da disciplina de Instrumento/Educação Vocal/Composição da Componente Técnica – Artística que é substituída pela disciplina de Canto.

Segundo o Regulamento interno do CRBA, os alunos do Curso de Secundário em Música no Regime Supletivo cumprem as matrizes curriculares infra expostas estabelecidas na portaria n.º 223-A/2018 de 3 de agosto e respetivas retificações à mesma:

Tabela 7

Matriz exposta no Curso Secundário de Música no Regime Supletivo

Curso Secundário de Música - Regime Articulado								
Portaria n.º 229-A/2018 de 14 de Agosto			10.º ano/6.º grau		11.º ano/7.º grau		12.º ano/8.º grau	
			Carga horária semanal (em minutos)					
Componente	Científica	Disciplinas	Min.	T	Min.	T.	Min.	T.
		História da Cultura e das Artes	135	3	135	3	135	3
		Formação Musical (a)	90	2	90	2	90	2
		Análise e técnicas de composição	135	3	135	3	135	3
		Subtotal	360	8	360	8	360	8
	Técnica-Artística	Canto (a)	90	2	90	2	90	2
		Classes de Conjuntos	225	5	225	5	225	5
		Disciplina de opção: Instrumento de Tecla	-	-	45	1	45	1
		Subtotal	315	7	360	8	360	8
		Total	675	15	720	16	720	16

Nota. Regulamento interno CRBA 2022-2023, p. 20.

a) Disciplina de frequência obrigatória;

1.4.7. Oferta formativa suplementar - Cursos Livres

O CRBA oferece a oportunidade de frequência de aulas de instrumento, dança ou vertente teórica, sem a obrigatoriedade de cumprir com um plano anual de competências. Os cursos livres são adaptados a cada aluno, e aos seus interesses. Assim sendo não é imposta qualquer tipo de avaliação, não existindo, em qualquer situação, nenhum documento de conclusão de habilitações. Após a elaboração de matrícula, esta modalidade tem propina, por mensalidades, que pode ser anulada em qualquer altura do ano.

1.4.8. Dança

Apesar do presente relatório abranger um foco no ensino da Música no Conservatório Regional do Baixo Alentejo é importante referenciar que a mesma instituição oferece também o ensino de Dança, nos diferentes ciclos de ensino e em modalidade de curso livre.

Na tabela seguinte, é possível averiguar, de forma breve, a oferta que o CRBA oferece na área da dança:

Tabela 8

Oferta formativa da Dança para o ano letivo 2022/2023

Oferta formativa do CRBA na área da Dança
Pré-escolar (dos 3 aos 5 anos);
Iniciação;
Curso Básico em regime Articulado (do 1º ao 5º grau);
Curso Secundário em regime Articulado (do 6º ano ao 8º grau).

Nota. Regulamento interno CRBA 2022-2023, p. 15-19.

1.5. Órgãos de Gestão

Segundo o projeto educativo (2022-2025) o Conservatório Regional do Baixo Alentejo é uma associação sem fins lucrativos, constituída por oito municípios, onde o principal interesse é a atividade do Ensino Escolar Artístico, e todos os aspetos que essa atividade abrange.

1.5.1. Órgãos de Administração e Gestão do CRBA

a) Assembleia Geral

A Assembleia geral, segundo o projeto educativo, é formada por associados afetivos e fundadores, na plenitude dos seus direitos estatutários, representados por quem tenha, para tanto, competência legal ou mandato bastante. (CRBA, 2022)

Os mandatários da assembleia geral serão designados por membros da assembleia geral.

b) Conselho de Administração

Segundo o projeto educativo (2022-2025), o conselho de administração tem como função administrar, gerir o CRBA. Para além disso, deve representar o Conservatório em juízo e fora dele e, também, promover a efetivação das deliberações da Assembleia Geral. (CRBA, 2022).

c) Conselho de Fiscalização

O propósito do Conselho de Fiscalização consiste em executar a fiscalização interna da associação.

1.5.2. Órgãos Escolares Especializados

a) Diretor Executivo

Segundo o projeto educativo (2022-2023) o Diretor Executivo é nomeado pelo Conselho de Administração, que superintenderá no exercício das suas funções. (CRBA, 2022)

b) Direção Pedagógica

A Direção Pedagógica é formada pelo Presidente e entre dois a quatro diretores pedagógicos, com competências na área da música e/ou dança. A função da direção pedagógica consiste em gerir as atividades escolares e culturais.

c) Conselho Pedagógico

Segundo o projeto educativo do Conservatório (2022-2023), o Conselho Pedagógico é o órgão consultivo de coordenação e supervisão pedagógica e orientação educativa do Conservatório (CRBA, 2022). Encontram-se todas as suas especificidades de ação no regulamento interno do CRBA.

1.6. Objetivos triénio 2022-2025 do CRBA

Através do projeto educativo conseguimos averiguar os principais projetos a desenvolver entre o ano letivo 2022/2023 e o ano letivo 2024/2025. Na área da Música, o conservatório pretende que os alunos tenham um papel mais ativo com a participação em prática de conjunto. As principais metas que o CRBA procura alcançar são:

- a) O aumento da motivação intrínseca dos alunos para o estudo do seu instrumento;
- b) Alteração das metas de aprendizagem- grau mais elevado de compromisso com a música;
- c) Aumento do tempo de estudo;
- d) Autodefinição ao fazer parte num grupo;
- e) Responsabilidade e sentido de compromisso para com eles e o grupo.

Segundo o projeto educativo “A prática de orquestra deve ser entendida como um pilar fundamental da dinâmica das escolas do ensino especializado da música, como uma disciplina nuclear do curriculum deste ensino.” (CRBA, p.33)

1.6.1. Atividades e projetos que surgem de forma a atingir as metas anteriormente expostas

Tabela 9

Projetos a desenvolver segundo o Projeto Educativo (2022-2025) do CRBA.

Atividade	Descrição
Orquestra sinfónica do CRBA	Surge para solidificar a ação e a participação dos alunos numa constituição de orquestra sinfónica no Baixo Alentejo;
Orquestra de sopros e percussão	Surge em 2022 e segundo o projeto educativo “oficializa-se e criam-se as condições para inserir nos programas e nas atividades artísticas da Escola, esse novo e eficaz conjunto, que terá programação própria ao longo do ano letivo.” (CRBA, p.33);
Orquestra de cordas	Abrange alunos entre os 10 e os 16 anos. Executa repertório de várias épocas, porém incidindo mais no período barroco e clássico. O repertório tende a ser escolhido indo ao encontro das capacidades dos alunos, porém despertando-lhes à mesma o sentido de desafio;
Camerata do CRBA	É formada pelas classes mais avançadas do CRBA de Beja e Castro Verde. Os alunos transportam os ensinamentos de prática musical para um programa de vertente vocal e/ou instrumental.

Nota. Projeto Educativo CRBA 2022-2023, p. 33-35.

1.7. Atividades extras acompanhadas ao longo do ano letivo 2022/2023

O CRBA incentiva os seus alunos a serem agentes ativos, com participação nas atividades curriculares, mas também em atividades extracurriculares.

Na tabela seguinte é possível visualizar as atividades elaboradas pelos vários Projetos do CRBA, acompanhadas pelo investigador ao longo do ano letivo 2022/2023, fora a parte aulas assistidas, aulas lecionadas e audições da classe de flauta transversal.

Tabela 10

Atividades acompanhadas pelo mestrando ao longo do ano letivo 2022-2023 no CRBA.

Data	Atividade
3/12/2022 – 4/12/2022	Estágio interno da Orquestra Sinfónica do CRBA;
7/12/2022	Espetáculo de Natal do CRBA – Orquestra Sinfónica e Dança;
10/12/2022	Audição de Natal do Polo de Moura inserido na programação do Castelo Encantado, em Moura;
07/01/2023	Concerto de Ano Novo – Orquestra Sinfónica no Auditório Municipal de Serpa;
08/01/2023	Concerto de Ano Novo – Orquestra Sinfónica no Auditório Oriental de Aljustrel;
01/02/2023	Concerto do Polo de Moura inserido nas comemorações do 35º aniversário da elevação de Moura a Cidade;
13/03/2023	Concerto didático “Bom dia Instrumentos” – Cineteatro Caridade de Moura;
15/03/2023	Concerto didático “Bom dia Instrumentos” – Pax-Júlia;
28/03/2023	“Páscoa a Dançar” – Pólo de Castro Verde;
29/03/2023	“Páscoa a Dançar” – Pax-Júlia;
03/04/2023- 06/04/2023	Estágio interno da Orquestra de Sopros e Percussão;
06/04/2023	Concerto de Encerramento do estágio interno da Orquestra de Sopros e Percussão;
27/05/2023	Concerto do Coro de 6º ano do Polo de Beja- Cineteatro Caridade de Moura;
07/06/2023- 30/06/2023	Estágio interno de Final de Ano da Orquestra Sinfónica do CRBA;
30/06/2023	Concerto de Encerramento do Estágio interno de Final de Ano da Orquestra Sinfónica do CRBA.

2. Classe de Flauta Transversal

Desde a aprovação do CRBA, para a lecionação em ensino formal, que existe a oferta formativa de flauta transversal. Em seguida, conseguimos averiguar de forma cronológica os professores de flauta transversal que lecionaram no conservatório:

- Marina Dmitrieva;

- Susana Raquel Matias da Silva;
- Sílvia Barrocas Feio Sobral;
- Ana Sofia Barbosa Dias;
- Elsa Marques;
- Simão Correia. (Durante o período de licença da professora Elsa Marques).

2.1. Docente atual

Atualmente, a classe de flauta transversal do Conservatório Regional do Baixo Alentejo é orientada pela professora Elsa Marques, que exerce a sua atividade de docência no ensino formal nos três polos do CRBA: Beja, Castro Verde e Moura desde o ano letivo 2009/2010.

Ao longo do ano letivo de 2022/2023 colaborou com a Universidade de Évora, aceitando o cargo de orientadora cooperante ao longo das unidades curriculares Prática Educativa Supervisionada I e II.

Iniciou o seu percurso em 1999 na Sociedade Filarmónica União Mourense “Os Amarelos” com a maestrina e professora Idália Caeiro. Em 2004, iniciou o seu estudo artístico em ensino formal no Conservatório Regional do Baixo Alentejo na classe da professora Sílvia Sobral. Em 2011 licenciou-se em Interpretação pela Universidade de Évora, na classe de flauta transversal orientada, à época, pela professora Anabela Malarranha. Em 2015 obtém o grau de Mestre em Ensino de Música no Instituto Piaget de Almada, na classe do professor João Coutinho.

Ao longo da sua formação frequentou *masterclasses* com diversos profissionais na área da música, tais como: Nuno Ivo Cruz, Miguel Garcia, Thies Roorda, Rien de Reede, Prof. P. Y. Artaud e Prof. Pedro Couto Soares e os maestros Christopher Bochmann, Paulo Martins, Rafa Agulló Albors, Carlos Amarelinho, Carlos Marques, José Filipe Guerreiro, Francisco Ferreira, Roberto Pérez, José Brito e Luís Clemente.

Dentro da atividade como instrumentista destaca-se como membro fundador do grupo Pax Ensemble (Música antiga) inserido no *Oralities Project*, que culminou em 2014 com a gravação de um CD e um ciclo de concertos em Portugal, Espanha, Malta e Bulgária.

Para além da sua atividade como professora de ensino formal no CRBA, também colabora regularmente com escolas e projetos oriundos do movimento filarmónico na região sul.

Na atualidade encontra-se a terminar o Mestrado em Ciências da Educação – Administração, Regulação e Políticas Educativas na Universidade de Évora.

2.2. Distribuição dos alunos

No ano letivo 2022/2023, a classe de flauta transversal da professora Elsa Marques foi constituída por 22 alunos distribuídos pelos três polos do Conservatório e respetivos níveis de ensino.

Na tabela seguinte é possível visualizar a distribuição dos alunos pelos três polos do CRBA.

Tabela 11

Distribuição dos alunos de Flauta Transversal por níveis de ensino e polos do CRBA no ano letivo 2022/2023.

Polos do CRBA	Distribuição da classe de flauta transversal			
	Iniciação	Básico	Secundário	Curso Livre
Beja	0	6	1	1
Castro Verde	5	5	1	0
Moura	0	3	0	0
Total	5	14	2	1

Nota. Dados obtidos através da Direção Pedagógica do CRBA.

Relativamente à duração das aulas, os alunos de iniciação beneficiavam de 30 minutos de aula. Para além dos alunos de iniciação, o único aluno de curso livre também beneficiou de uma aula semanal de 30 minutos, tendo sido esta a oferta formativa escolhida pelo mesmo, dentro das modalidades existentes para a frequência de curso livre.

Todos os alunos de básico usufruíram de aulas semanais de 45 minutos, enquanto os dois alunos de secundário usufruíam de 90 minutos de aula. Ambos tinham 90 minutos de aula, uma vez que eram os únicos alunos de secundário em flauta no seu ano. Esta realidade não se verificaria caso houvesse, no mesmo polo, dois alunos no mesmo ano de secundário, pois os mesmos teriam de partilhar uma única aula, com uma distribuição de 45 minutos por aluno.

2.3. Aulas assistidas

Segundo o regulamento da unidade curricular da Prática de Ensino Supervisionada no Ensino Vocacional de Música a comissão da mesma foi constituída pelos seguintes docentes:

- Professora Doutora Ana Telles Béreau - Diretora do Curso;
- Professor Doutor Mário Marques - Docente responsável pela PESEVM;
- Professora Doutora Monika Streitová - Orientadora Interna do estágio;
- Professora Elsa Marques - Orientadora Cooperante.

No regulamento da mesma unidade curricular, no 1º semestre, encontrou-se descrito que o mestrando devia realizar um total de 85 horas de PESEVM, distribuídas da seguinte forma:

- 70 horas: aulas assistidas (alunos de Iniciação, Básico e Secundário);
- 6 horas: aulas lecionadas (alunos de Iniciação, Básico e Secundário, 1 por nível a 2 alunos de cada nível);
- 9 horas: participação em atividades da escola;
- Nº de visitas do orientador interno à escola cooperante: 1.

No segundo semestre, foi possível verificar no regulamento vigente, a realização de 212 horas de PESEVM, distribuídas da seguinte forma:

- 184 horas: aulas assistidas (alunos Iniciação, Básico e Secundário);
- 18 horas: aulas lecionadas (alunos Iniciação, Básico e Secundário, 3 por nível a 2 alunos de cada nível);
- 10 horas: participação em atividades da escola;
- Nº de visitas do orientador interno à escola cooperante: 2.

Foi previsto segundo a planificação da unidade curricular serem realizadas 297 horas de estágio, contudo foi dada a possibilidade ao mestrando de faltar a 20% das horas de contacto previstas sem perder o direito à frequência da PES. Independentemente deste facto, o mestrando superou as horas previstas e continuou a assistir às aulas de forma a continuar a enriquecer o relatório vigente. No 1º semestre o mestrando realizou 128 horas e 25 minutos, enquanto no 2º semestre, o mestrando realizou 254 horas e 30 minutos.

Apesar da orientadora cooperante ter horário suficiente para a obtenção de todas as horas, devido às limitações de transporte não foi possível assistir a todas as aulas. Este facto levou a que o mestrando assistisse também às aulas de orquestra de sopros (3º, 4º e 5º grau) no polo de

Moura de forma a compensar o número de horas que devido às limitações apresentadas anteriormente não conseguia assistir noutras ocasiões.

Apesar das limitações, o mestrando organizou-se de forma a conseguir deslocar-se até aos três polos contactando assim com alunos das diferentes regiões.

Atendendo ao plano curricular, o mestrando deveria lecionar 6 horas de aulas ao longo do primeiro semestre e 18 horas ao longo do segundo semestre.

A orientadora cooperante deu possibilidade ao mestrando de lecionar em todas as aulas ao longo do estágio. Em cada aula a orientadora incentivou que o mestrando abordasse uma das temáticas apresentadas desde seguida:

- Aquecimento instrumental;
- Aperfeiçoamento da sonoridade;
- Trabalho técnico (escalas, estudos, entre outros);
- Repertório.

Contudo mesmo assim, a orientadora deu ainda oportunidade ao mestrando de lecionar algumas aulas de forma completa. Estas aulas decorreram no 1º semestre entre o dia 6 de janeiro e o dia 11 de janeiro, enquanto no 2º semestre aconteceram de 23 de fevereiro a 6 de junho de 2023.

De uma maneira global, o mestrando cumpriu com o total de horas estipuladas do plano curricular da Prática de Ensino Supervisionada no Ensino Vocacional de Música.

Para além disso, o mestrando deu suporte aos eventos que ocorreram ao longo do ano letivo no Conservatório Regional do Baixo Alentejo. A sua contribuição distribui-se por:

- Apoio pedagógico e participação ativa nos estágios de orquestra;
- Apoio audiovisual;
- Gestão e organização da plateia nos concertos;
- Distribuição de *flyers* sobre oferta formativa;
- Gestão, controlo e vigilância dos alunos em deslocações entre os vários polos/ locais de concerto;
- Transporte e gestão de material.

3. Caracterização dos alunos acompanhados na PESEVM

No ano letivo 2022/2023, o mestrando, autor do relatório vigente, assistiu e lecionou a 16 alunos de flauta transversal do Conservatório Regional do Baixo Alentejo.

Na tabela seguinte é possível verificar a distribuição dos alunos que o mestrando teve oportunidade de assistir e lecionar pelos seguintes polos e níveis de ensino.

Tabela 12

Alunos acompanhados pelo mestrando e a sua distribuição pelos polos do CRBA.

Nível	Beja	Castro Verde	Moura	Alunos (Total)
Iniciação	-	3	-	3
Básico	6	2	3	11
Secundário	1	-	-	1
Curso Livre	1	-	-	1

Nota. Dados obtidos através da Direção Pedagógica do CRBA.

Dos 16 alunos, o mestrando apenas acompanhou sete de uma forma mais pormenorizada. Estes alunos encontravam-se distribuídos pelos três polos e ainda pelos três níveis de ensino formal. Todos os alunos acompanhados de forma pormenorizada participaram no estudo de caso desenvolvido ao longo do estágio pelo mestrando. Tal como é possível verificar anteriormente na metodologia do presente relatório, o estudo de caso englobava dois procedimentos. O Procedimento A focava a atenção na influência das técnicas de relaxamento nas várias temáticas abordadas nos diferentes níveis de ensino, enquanto o procedimento B focava a sua atenção na influência de dispositivos de proteção bucal em alunos com aparelhos ortodônticos na obtenção de registos. Dos sete alunos, seis alunos participaram no procedimento A, enquanto um único aluno participou no procedimento B, uma vez ser o único com aparelho ortodôntico que o mestrando conseguiu acompanhar.

De forma a respeitar o código deontológico das Ciências da Educação, os alunos foram retratados de forma anónima, com o objetivo de manter a sua privacidade. Como tal, os alunos são identificados com as letras do alfabeto, de A a G, tal como está indicado na tabela que se segue.

Tabela 13

Identificação dos alunos acompanhados de forma pormenorizada pelo mestrando.

Níveis	Grau de frequência	Identificação	Nº de Alunos
Iniciação	Iniciação I	A	1
	Iniciação III	B	1
Básico	2º Grau	C	1
	3º Grau	D	1
	5º Grau	E e F	2
Secundário	6º Grau	G	1

Nota. Dados obtidos através da Direção Pedagógica do CRBA.

Dos sete alunos, o mestrando acompanhou desde o 1º semestre os alunos C, D e G. Os alunos A, B, E e F começaram a ser acompanhados no 2º semestre, quando o mestrando já não tinha aulas presenciais na universidade e ficou com uma maior flexibilidade de horário.

3.1. Caracterização e observações verificadas nas aulas assistidas

3.1.1 Aluno A – Iniciação I

O aluno A tinha 8 anos e frequentava o regime de Iniciação há menos de um ano, tocando apenas desde setembro do respetivo ano letivo, tendo na sua posse uma Flauta *J. Michael* com a cabeça reta.

As aulas do aluno A decorriam às terças-feiras, pelas 18h15. Apesar de ser contabilizado cerca de 30 minutos de aula, o aluno A partilhava o mesmo bloco com o aluno B. Assim sendo, os dois intercalavam a sua participação em aula, promovendo uns pequenos momentos de descanso entre eles.

O aluno A foi simpático, muito interativo com os professores e colegas e esteve sempre muito interessado nas atividades propostas em sala de aula.

No Conservatório, o aluno A tinha um irmão a frequentar também o curso de música, o que despertava nele uma motivação extra, uma vez que partilham o mesmo gosto pela música.

Segundo a orientadora cooperante, o aluno A no 1º período aprendeu a tocar as notas da primeira oitava. Teve alguma facilidade em tirar som, tendo sido necessário alguns ajustes no direcionamento do ar. Para dar suporte às aprendizagens o aluno elaborou exercícios do método *A new day a tune for Flute* de N. Bennet e ainda do livro *Yamaha Student for flute* de J. Kynion

e J. Reilly. Através destes métodos o aluno A conseguiu presenciar os primeiros passos de digitação, sonoridade, focagem, entre outros, tendo tido sucesso no decorrer dos procedimentos.

No 2º período o aluno já conseguia tocar do Sol grave (Sol₃) ao Dó médio (Dó₄). Existiram algumas dificuldades na aprendizagem do Dó sustenido (Dó#₄) pois os pontos de apoio de estabilização da flauta não estavam ainda seguros. Existiu um foco de trabalho na agilidade da mão esquerda, para o aumento da destreza e técnica das notas a executar com as digitações. Alguns exercícios que contribuíram para este trabalho foram a Lição nº 2 *Back to bed*, o exercício *Barcarolle* onde o aluno teve oportunidade de tocar em duo com a orientadora cooperante, exercícios estes do método *A new day a tune for Flute* de N. Bennet.

No final do 2º período, depois de empenho e foco o aluno conseguiu melhorar a sua postura, isto uma vez que tinha alguma tendência a curvar as costas, mas com persistência e dedicação conseguiu ir reduzindo este gesto na sua prática da flauta transversal. Na audição de Classe executou as peças *Valley Song* e *Medieval Dance*, do método anteriormente citado, onde teve um aproveitamento adequado e com visível evolução.

No 3º período, o aluno começou a explorar de uma forma mais presente as notas do registo grave abrangidas pela ação da mão direita. Um desafio a trabalhar pelo aluno A foi o arredondar das mãos de forma a eliminar tensões e ajudar na destreza entre todas as notas.

Relativamente à sonoridade, o aluno começou a conseguir localizar o ponto de estabilização da embocadura.

Em termos de repertório e execução o aluno A executou melodias como: *1,2,3 acerta o passo Inês* ou *A chover*, pertencentes ao cancionero infantil português do método de *Iniciação de Flauta Transversal* de A. Miranda, que lhe permitiu associar de uma forma mais concisa a sonoridade de cada nota com a digitação correspondente.

Tabela 14

Material Didático do aluno A

Material didático desenvolvido ao longo do ano letivo – Aluno A		
1º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>A new tune a day for flute</i> – N. Bennet; • <i>Yamaha Flute Student: A Beginning Method for Individual Instruction</i> – J. Kynion & J. Reilly.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Merrily We roll againg - Yamaha Flute Student: A Beginning Method for Individual Instruction</i> – J., Kynion & J. Reilly.
2º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>A new tune a day for flute</i> – N. Bennet; • <i>Yamaha Flute Student: A Beginning Method for Individual Instruction</i> – J. Kynion & J. Reilly.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Valley Song e Medieval Dance</i>, N. Bennet.
3º Período	Método(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>A new tune a day for flute</i> – N. Bennet; • <i>Yamaha Flute Student: A Beginning Method for Individual Instruction</i> – J. Kynion & J. Reilly; • <i>Método de Flauta com canções do Cancioneiro Português</i> - A. Miranda.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • Excerto e adaptação Sinfonia nº 9 - L.V. Beethoven.

3.1.2. Aluno B – Iniciação III

O aluno B tinha 9 anos e frequentava há três anos o regime de Iniciação, tocando assim há precisamente três anos.

As aulas do aluno B ocorriam pelas terças-feiras a partir das 18h15. As aulas eram partilhadas com o aluno A, onde os dois iam intercalando a sua intervenção na aula.

Era um aluno muito tímido, porém muito observador. Em termos de instrumento, tinha uma Flauta *J. Michael* com cabeça curva, uma vez que não conseguia tocar ainda com a cabeça reta.

Na sua flauta, a chave do dedo mindinho da mão direita oferecia uma grande resistência quando o aluno pressionava essa mesma chave. Em resultado disso, o aluno tinha várias paragens ao longo das aulas, queixando-se de dores nessa região. Tanto a orientadora cooperante como o

mestrando alertaram para o facto de o instrumento necessitar de ser transportado até a uma oficina de *luthier*.

A orientadora cooperante revelou que o aluno ao longo do 1º período foi um aluno assíduo, empenhado, mas ao mesmo tempo muito reservado.

No 1º período, os métodos utilizados nas aulas do aluno B foram *A new day a tune for Flute* de N. Bennet e ainda o livro *Yamaha Student for flute* de J. Kynion & J. Reilly.

Ao longo do 2º período a orientadora cooperante continuou a utilizar os mesmos dois métodos, tendo o aluno superando todas as lições propostas.

O 2º período culminou com a apresentação do aluno na Audição da Páscoa, no Polo de Castro Verde, tendo tido uma postura relaxada, mas igualmente séria.

O aluno conseguiu ter uma participação positiva, pois na audição esteve muito atento e não demonstrou sinais de nervosismo, o que permitiu uma grande concentração.

No 3º período, a professora continuou a promover a evolução do aluno B, tanto a nível sonoro como técnico. Nesta fase, o aluno começou a trabalhar e a focar-se mais nas notas da segunda oitava. Para além disso, a orientadora cooperante deixou o estagiário implementar o método inspirado no Cancioneiro Infantil da A. Miranda, em que o aluno conseguiu trabalhar peças, praticando também a prática vocal, treino auditivo e melhorar a sua perceção rítmica.

Tabela 15

Material didático do aluno B

Material didático desenvolvido ao longo do ano letivo - Aluno B		
1º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>A new tune a day for flute</i> - N. Bennet; • <i>Yamaha Flute Student: A Beginning Method for Individual Instruction</i> - J. Kynion & J. Reilly.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Star Search - Yamaha Flute Student: A Beginning Method for Individual Instruction</i> - J. Kynion & J. Reilly.
2º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>A new tune a day for flute</i> - N. Bennet; • <i>Yamaha Flute Student: A Beginning Method for Individual Instruction</i> - J. Kynion & J. Reilly.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Lightly Row - A new tune a day for flute</i> - N. Bennet.
3º Período	Método(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>A new tune a day for flute</i> - N. Bennet; • <i>Yamaha Flute Student: A Beginning Method for Individual Instruction</i> - J. Kynion & J. Reilly.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>1,2,3 e Analiter, Pirilita – Método de Iniciação com Canções do Cancioneiro Infantil Português</i> - A. Miranda.

3.1.3. Aluno C - 2º Grau

O aluno C foi aluno do CRBA, no Polo de Beja, tendo frequentado o 2º grau do Ensino Básico.

Tinha 11 anos no respetivo ano letivo e iniciou a prática da flauta com 10 anos, coincidindo com a sua entrada no 1º Grau do Ensino Básico. Antes de entrar para o 1º grau, frequentou um ano o nível de iniciação em piano e formação musical, de onde tirou as primeiras bases em termos de leitura.

As aulas do aluno C decorriam nas quintas-feiras pelas 11h30, com uma duração total de 45 minutos.

O aluno C tem na sua posse uma Flauta *Yamaha 272*, adquirida logo no primeiro ano, tendo sido vista a compra como um investimento para os vários anos de Conservatório. Para além disso o aluno C foi um aluno que sempre adquiriu rapidamente todos os métodos propostos pela orientadora cooperante.

O aluno já estava habituado a ter aulas com estagiários, uma vez que durante a iniciação em piano já tinha tido contacto com outros estagiários.

Segundo o mestrando, o aluno em questão estava muito bem desenvolvido na sua ação para com o outro, expondo claramente o seu pensamento crítico e demonstrando uma boa comunicação.

Foi sempre muito sociável e respeitoso, contudo teve dificuldades de concentração.

Aspetos como digitação incorreta principalmente na obtenção do Ré sustenido médio (Ré#4), em que precisava de retirar o dedo indicador da mão esquerda, questões de focagem, gestão de ar (que por vezes era insuficiente), foram referidos e chamados à atenção pela orientadora cooperante e o próprio mestrando.

A continuidade de algumas destas questões ao longo do 1º período levou a orientadora cooperante a realizar algumas chamadas de atenção para a importância da concentração e foco nas ultrapassagens das adversidades. O aluno C sempre que era chamado à atenção ouvia atentamente e recebia as críticas com uma postura positiva.

O aluno tinha uma boa leitura rítmica, sonoridade (quando geria de forma correta o ar) e uma embocadura estável, apesar de ter sido possível evidenciar alguns pontos de pressão nos lábios, principalmente no registo sobreagudo.

No 1º período os métodos principais utilizados foram o *Practice Book for flute – Book 1 - Tone* de T. Wye, onde foi possível trabalhar a agilidade da embocadura nos diferentes registros sem perdas na qualidade do ar e ainda o método *30 Easy progressive studies for flute* de G. Gariboldi, onde o aluno evolui em termos de articulação, resistência ao tocar, respiração, entre outros.

A peça a trabalhar pelo aluno foi a *Zero to zero from Hercules* do *Book Disney Music*, que atendendo à faixa etária despertou um fator motivacional extra, tendo o aluno apresentando na audição de classe do 1º período, com adequado aproveitamento.

No início do 2º período, a orientadora cooperante atribuiu ao aluno C o papel de chefe de naipe no estágio interno de orquestra de sopros e percussão que viria a decorrer na interrupção letiva entre o 2º e o 3º período. Este papel trouxe uma postura em sala de aula mais positiva, onde foi possível verificar uma maior concentração, empenho e motivação do aluno.

Foi potenciado ainda a continuação da panóplia de trabalhos referentes à prática da flauta, através dos métodos apresentados anteriormente, com junção do método *Check-up* de Peter-Lukas Graf que permitiu ao aluno melhorar a agilidade na obtenção de registros e destreza na digitação.

No 3º período, o foco principal de trabalho com o aluno C foi a preparação para a prova global de fim de 2º ciclo. O aluno, ao saber da presente prova, mostrou ao longo do 3º período uma atitude mais atenta, focada e observou-se uma continuação de fluxo de trabalho entre as aulas e estudo individual.

Para além disto, a orientadora cooperante disponibilizou ao aluno a obra *Gavotte en rondeau* de J. Lully (arr. Ph. Gaubert.). Com esta obra o aluno teve oportunidade de realizar uma pesquisa sobre a época barroca, sobre o instrumento da época e procurar aspetos característicos de interpretação referentes ao período de escrita da obra. O mestrando disponibilizou algumas pesquisas suas do passado, onde o aluno demonstrou estar completamente interessado. Esta obra iria permitir trabalhar repertório mais exigente, com facetas de interpretação já pré-estabelecidas pela época de composição da obra.

Não foi possível realizar audição de classe de flauta transversal no 3º período, contudo a obra anteriormente descrita ficou como estudo de férias de verão para o aluno C. Os desafios propostos ao longo do ano letivo, resultaram sempre muito bem com o aluno em questão, uma vez que aumentou a sua responsabilidade, empenho e conseguiu superar as suas adversidades.

De uma maneira geral, o aluno C cumpriu ao longo do ano letivo com as metas estabelecidas para um aluno no 2º grau do Ensino Básico.

Tabela 16

Material didático do aluno C

Material didático desenvolvido ao longo do ano letivo – Aluno C		
1º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Practice Book for flute - Tone</i> - T. Wye; • <i>30 Easy progressive studies for flute</i> - G. Gariboldi.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Zero to zero from Hercules</i> - Book Disney music. - Hal Leonard.
2º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Practice Book for flute - Tone</i> - T. Wye • <i>30 Easy progressive studies for flute</i> - G. Gariboldi; • <i>Check-up</i> - Peter-Lukas Graf.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • Peças do estágio de orquestra CRBA.
3º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Practice Book for flute - Tone</i> - T. Wye; • <i>30 Easy progressive studies for flute</i> - G. Gariboldi; • <i>Check-up</i> - Peter-Lukas Graf.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Gavotte en Rondeau</i> de J. Lully (arr. Ph. Gaubert).

3.1.4. Aluno D – 3º grau

O aluno D frequentou o 3º grau do ensino básico no polo de Beja. Tinha 12 anos e tocava flauta há três anos, desde que se matriculou no 1º grau. Para além de estudar música no Conservatório, fazia parte de um coro de Igreja e ainda frequentava a equitação, uma vez que os cavalos, segundo palavras do aluno, tranquilizam-no.

A aula do aluno D decorria nas quintas-feiras pelas 14h00, com uma duração total de 45 minutos. Nas aulas, tinha na sua posse uma Flauta *J. Michael*, contudo o aluno em questão e os seus encarregados de educação pretendiam adquirir outro instrumento entre o presente e o próximo ano letivo.

Nas primeiras aulas o aluno D mostrava um pouco de timidez, na presença do estagiário, mas aos poucos começou a descontraír e ficar relaxado no seu espaço de aula.

Foi um aluno, que quando tinha confiança com as pessoas ao seu redor, era espontâneo, bem-disposto e muito organizado no que toca à gestão do seu material, uma vez que raramente se esquecia do mesmo.

O aluno apresentou uma boa percepção auditiva e de afinação, fruto da sua participação no coro de Igreja, tal como foi referido anteriormente. Por outro lado, a leitura rítmica era um dos seus principais flagelos, aspeto este que foi trabalhando ao longo deste ano letivo.

Apesar disto, foi um aluno muito focado nas classificações finais e nos prémios do quadro escolar, o que levou a algumas interrogações sobre a continuidade no conservatório no 1º período. Esta situação levou a orientadora cooperante a dialogar com o aluno de forma a levá-lo a focar-se na ultrapassagem dos objetivos e não apenas no resultado final.

Para a continuidade do trabalho de sonoridade o aluno D utilizou o método *Practice Book for flute – Tone*, vol.1 de T. Wye, onde trabalhou a transição entre registos, resistência e continuidade da qualidade do seu som até aos fins de frase e abordagem dos crescendos e decrescendos. Já a nível técnico, no 1º período continuou a realizar os estudos do método *30 Easy progressive studies for flute* de G. Gariboldi.

No 1º período foi um pouco resistente a repertório mais desafiante e a que o levasse a praticar um pouco mais, principalmente repertório de música com acompanhamento de piano.

Ao longo do 1º período, entre os estudos e exercícios de sonoridade, estudou também a obra *Sicilienne* para Flauta e Piano de G. Fauré.

Na audição final de classe, pediu à orientadora cooperante para tocar com ele, mesmo com acompanhamento de piano, de forma a conseguir apresentar o seu repertório.

A professora respondeu positivamente ao pedido do aluno com o objetivo de que a audição não se tornasse num momento traumático para o aluno, mas sim de crescimento e reflexão.

Mesmo verificando-se alguns entraves, o aluno executava, em casa e na aula, exercícios de sonoridade e técnica. Na elaboração de exercícios desta tipologia verificou-se um favorável comprometimento e envolvimento do aluno.

No 2º período, o aluno começou a desenvolver uma nova postura não tão focada nos resultados finais, mas sim na ultrapassagem das adversidades que possuía. De forma a promover a

evolução, continuou neste período a realizar exercícios do método *30 Easy Studies for Flute* de G. Gariboldi que influenciaram positivamente a evolução e motivação do aluno, onde começou a transitar de uma forma mais rápida de estudo para estudo.

Relativamente a repertório, trabalhou ao longo do 2º período, o *Romance nº 1* de R. Schumann. Apesar do aluno se sentir motivado a estudar a obra, apresentou alguns problemas na leitura rítmica, problemas esses que foram sendo ultrapassados com sucesso ao longo do 2º período. No final deste período, o aluno já tinha a peça controlada em termos rítmicos, porém tinha realizado poucos ensaios com o pianista acompanhador. Como tal, na audição final de 2º período apresentou um estudo do método de G. Gariboldi. O objetivo da orientadora cooperante ao propor ao aluno a execução de um estudo, foi permitir que o aluno se apresentasse sozinho (sem o auxílio da professora), mas que ao mesmo tempo voltasse a confiar nas suas capacidades.

Para além desta peça, o mestrando, de forma a aumentar a motivação e envolvimento do aluno D nas aulas de flauta, sugeriu a execução da peça *Despertador às 7h30* de sua autoria. Somando aos objetivos apresentados anteriormente, o aluno teve o seu primeiro contacto com algumas técnicas contemporâneas. Através desta peça foi possível explorar, por parte do aluno, novas abordagens, promovendo um aumento do estudo, uma motivação maior e até uma mudança no estado emocional do aluno.

Do 1º para o 2º período sentiu-se uma evolução em termos sonoros e rítmicos do aluno D, em resultado de um maior relaxamento, envolvimento e liberdade de pensamento por parte do mesmo. O aluno conseguiu desfocar-se da obtenção máxima de resultados, e com isso obter melhores resultados no 2º período.

No 3º período, de forma a aprimorar a técnica instrumental, o aluno elaborou exercícios do método *Practice book for the flute*, vol. 2 de T. Wye. Com este método o aluno para além de aperfeiçoar a agilidade dos dedos, conseguiu trabalhar diferentes articulações. Inicialmente a língua do aluno encontrava-se um pouco presa e as articulações eram obtidas de uma forma um pouco lentas, porém à medida que avançava na realização dos exercícios, conseguia relaxar a

língua e tornar toda a sua ação mais ágil e flexível. Em termos de sonoridade o aluno D continuou a aprimorar os conhecimentos abordados nos períodos passados, através dos mesmos métodos utilizados. A Postura do aluno, continuou ao longo do 3º período, positiva, focada e ainda se mostrou interessado nos conteúdos da aula.

Já numa fase final do 3º período, a orientadora cooperante deu uma nova peça, *Berceuse* de J. Andersen, de forma a promover a continuidade da evolução da ação instrumental do aluno D. Assim sendo, a obra em questão ficou como desafio para as férias de verão que se avizinhavam. De uma maneira geral, mesmo com alguns entraves, o aluno D correspondeu às metas estabelecidas para um aluno do 3º grau.

Tabela 17

Material didático por Aluno D.

Material didático desenvolvido ao longo do ano letivo – Aluno D		
1º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Practice Book for flute - Tone T. Wye;</i> • <i>30 Easy progressive studies for flute - G. Gariboldi.</i>
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Sicilienne, Op. 78 - G. Fauré.</i>
2º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Practice Book for flute - Tone T. Wye;</i> • <i>30 Easy progressive studies for flute - G. Gariboldi;</i> • <i>Check-up - Peter-Lukas Graf.</i>
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Romance nº 1 - R. Schumann.</i>
3º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Practice Book for flute - Tone - T. Wye;</i> • <i>Practice Book for flute - Scales expressives - T. Wye;</i> • <i>30 Easy progressive studies for flute - G. Gariboldi;</i> • <i>Check-up - Peter-Lukas Graf;</i> • <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas - R. Dick.</i>
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Berceuse</i> de J. Andersen.

3.1.5. Aluno E - 5º Grau

O aluno E tinha as suas aulas no polo de Beja do CRBA, tendo frequentado o 5º Grau do Curso Básico.

Tinha 14 anos e tocava flauta desde os 10 anos, período que coincidiu com a frequência das aulas no 1º Grau do Ensino Básico. Utilizava aparelho ortodôntico desde o 4º Grau e o instrumento que o acompanhou ao longo dos anos foi uma Flauta *J. Michael*.

As aulas do aluno E aconteciam nas terças-feiras, às 15h15, com uma duração de 45 minutos.

Segundo informações recolhidas pela orientadora cooperante, o aluno E sempre foi muito empenhado, respeitador e com muita organização na gestão do seu estudo diário. Ao longo do seu trajeto sempre teve uma postura muito positiva referente a desafios, respondendo sempre

com muita dedicação. A partir do 2º período, o mestrando teve oportunidade de comprovar diretamente as observações apontadas anteriormente.

O aluno E possuía uma embocadura centrada sobre o porta-lábios, contudo com alguma tendência a apertá-los nos registos mais agudos, aspeto que foi trabalhado para reverter ao longo do ano letivo. Para além disso, tal como foi dito anteriormente, possuía aparelho ortodôntico que acaba por afetar a sua ação prática em termos de som e técnica, que apesar de já estar habituado ao mesmo, de período a período ainda lhe provoca algum desconforto.

No 1º período, de forma a trabalhar alguns elementos que o aluno ainda tinha flagelos tais como a flexibilidade da embocadura, fraseado e gestão do ar, a orientadora cooperante implementou com o aluno o método *La technique d'embouchure* de P. Bernold. Com este método o aluno conseguiu começar a ganhar consciência da sua tendência a apertar os lábios e contrariar essa ação. A orientadora cooperante, ainda no 1º período, implementou com o aluno técnicas contemporâneas aliadas ao método anteriormente exposto, tal como por exemplo, o frullato que trouxe aspetos positivos no relaxamento labial do aluno E.

Em termos técnicos, a orientadora cooperante introduziu um novo método *15 Easy studies for flute* de E. Kohler, o que no início, a evolução do aluno foi um pouco lenta já que a complexidade dos exercícios era um pouco mais exigente em comparação a outros métodos abordados no passado. Apesar disto, o aluno E aos poucos começou a responder positivamente aos objetivos propostos pelos exercícios do método.

Outro método abordado com o aluno foi *Practice book for the flute- Technique* - vol. 2 de T. Wye onde o aluno trabalhou escalas com várias articulações de forma a melhorar a sua agilidade e de certa forma diminuir o impacto que o aparelho ortodôntico trazia à sua prática.

Em termos de repertório, o aluno trabalhou a peça *Pavane, Op. 70* de G. Fauré, que desde logo teve uma enorme identificação, uma vez tratar-se de um dos seus períodos musicais favoritos. O aluno com esta peça conseguiu abrir mais a sua sonoridade, trabalhar a expressividade e controlo frásico.

De forma a contrastar com a obra anterior, iniciou a leitura da obra *Andante C Major KV 315* de W. Mozart, permitindo ao aluno ter contacto com a simplicidade da linha melódica patente do período clássico e o desafio de transparecer essa ideia na sua interpretação. Questões como articulação, desenvolvimento frásico, entre outros aspetos foram explorados pela orientadora cooperante com o aluno.

No final do 1º período participou na audição de Natal da Classe com a peça *Pavane, Op. 70* de G. Fauré, que pelo detalhado pela professora da classe, conseguiu transmitir os principais pontos de interpretação. Para além disso, participou também no Ensemble de Flautas com repertório natalício, contribuindo para o seu desenvolvimento na sua ação enquanto praticante de música de câmara.

No 2º período, o aluno continuou a desenvolver as suas capacidades interpretativas através dos métodos anteriormente mencionados. Existiu uma grande evolução nos estudos do método *15 Easy studies for flute* de E. Kohler, que de semana para a semana culminavam sempre na transição para um novo exercício, em resultado da sua grande identificação e gosto pelo método, aspeto que contribuía para o aumento da motivação no seu estudo. Para além dos métodos mencionados foram introduzidos ainda: *El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas* de R. Dick e *Check-up* de Peter-Lukas Graf. Estes métodos foram utilizados no estudo de caso desenvolvido pelo mestrando no CRBA, onde o aluno E participou, onde todas as informações são apresentadas na Seção II do relatório vigente.

Com os métodos apresentados anteriormente o aluno conseguiu ter uma ação mais consciente dos constituintes da região orofacial e continuar as abordagens das diferentes técnicas contemporâneas, tais como por exemplo, os harmónicos.

Em termos de repertório o aluno E trabalhou o *Concerto em Ré maior* para flauta e orquestra (piano) de G. Pergolesi, onde foi desafiado a realizar uma pesquisa pormenorizada sobre os principais aspetos do período barroco, sobre as flautas utilizadas na época e trazer consigo essas ferramentas para a sua interpretação. Uma das principais adversidades sentidas pelo aluno foi na agilidade da articulação, que ao início era um pouco imprecisa, desfocada, mas também muito motivada pelo aparelho ortodôntico. É de realçar a atitude sempre muito positiva e enérgica com que o aluno se dirigia aos ensaios de piano, sendo para o mesmo um momento muito importante de captação de informação, mas também muito prazeroso.

No final do 2º Período, o aluno acompanhado pelo pianista, apresentou na Audição da Páscoa de flauta transversal, o *Concerto in G Major*, que apesar de ter apresentado algumas instabilidades na pulsação, no geral, teve resultados muito positivos.

No início do 3º período o aluno E dirigiu-se até à Universidade de Évora para participar na 5ª edição do *FLAUTUÉ*, onde teve Masterclasse com a Professora Doutora Monika Streitová. Na Masterclasse o aluno E executou o *Concerto in G major* para flauta e orquestra (piano) de G. Pergolesi. Das principais recomendações que recebeu, destacamos o facto de a docente ter

alertado o aluno para direcionar a sua pressão e força para “baixo”, ou seja, para concentrar a sua energia no suporte diafragmática que deve estar sempre ativo; ter patentes respirações funcionais e conscientes; atenção às articulações e ação ativa da língua e garganta. De forma a controlar os nervos antes da audição, a docente ainda recomendou um ciclo de inspiração e expiração, com sete segundos entre eles.

É de realçar que a participação no 5º *FLAUTUÉ*, foi um aspeto bastante positivo na decisão do aluno prosseguir música no ensino Secundário, aspeto que oficializou no final do 3º período.

O 3º período, naturalmente mais curto, levou a orientadora cooperante a focar a atenção do aluno E na preparação da sua prova Global. Ao longo deste período o aluno mostrou-se focado, empenhado e com uma positividade que sempre o acompanhou. Apesar disto, o aluno foi selecionado para o estágio interno de final de ano da Orquestra Sinfónica. Como tal foram trabalhadas as obras do estágio nas aulas do presente período, aspeto que também contribuiu para o aumento da motivação do aluno.

Ainda em termos de repertório, a orientadora cooperante cedeu a obra *Sérénade aux étoiles*, Op. 142 de C. Chaminade, para que o aluno explorasse a obra. Porém, como já se aproximava o final do ano letivo, a obra foi incentivada para estudo nas férias de verão.

De uma maneira geral, o aluno E cumpriu ao longo do ano letivo com as metas estabelecidas para um aluno no 5º grau do Ensino Básico.

Tabela 18

Material Didático Aluno E.

Material didático desenvolvido ao longo do ano letivo – Aluno E		
1º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Practice Book for flute - Tone</i> - T. Wye; • <i>Practice book for the flute - Technique</i> - de T. Wye; • <i>La technique d'embouchure</i> – P. Bernold; • <i>15 Studies, Op. 33</i> - E. Kohler.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Pavane, Op. 70</i> - G. Fauré; • <i>Andante C Major, KV 315</i> - W.A Mozart.
2º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Practice Book for flute - Tone</i> T. Wye; • <i>Check-up</i> - Peter-Lukas Graf; • El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas – R. Dick..
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Concerto in D Major</i> - G. Pergolesi.
3º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Practice Book for flute - Tone</i> T. Wye; • <i>Check-up</i> - Peter-Lukas Graf; • <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> – R. Dick.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Serenade aux etoiles</i> - C. Chaminade.

3.1.6. Aluno F – 5º grau

O aluno F frequentou o 5º Grau do Curso Básico no polo de Moura do CRBA. Tinha 14 anos e tocava flauta desde os 10 anos, período que coincide com a frequência das aulas no 1º Grau do ensino básico. Ao longo dos 5 anos de Conservatório estudou sempre com uma flauta *J. Michael*.

Segundo a orientadora cooperante, o aluno no 1º período demonstrou um grande empenho, esforço, e interesse na realização das tarefas propostas. Apesar destas informações, o mestrando conseguiu acompanhar o aluno nas aulas de orquestra de sopros onde foi possível verificar um comprometimento, respeito, atenção e rigorosidade dentro do seu papel na orquestra.

No final do 1º período o aluno participou na audição de Natal da classe de flauta transversal, tendo tocado o *Madrigal para flauta e piano* de P. Gaubert, que pelo registo da orientadora cooperante conseguiu transmitir ao público todos os aspetos pretendidos na peça.

O aluno foi selecionado para o estágio interno de Natal da Orquestra Sinfónica, projeto em que o mestrando também acompanhou presentemente. Como tal, foi possível através do mesmo estágio verificar, por parte do mestrando as principais características relatadas anteriormente pela orientadora cooperante. Nesta atividade foi visível uma concentração constante, uma aceitação positiva de alertas e críticas dos docentes/maestro e comprometimento por parte do aluno F.

Para além da música, o aluno fez parte dos escoteiros e equipa de voleibol. Estas atividades ajudaram, segundo o mesmo, para o seu desenvolvimento interpessoal, mas também para uma prática saudável ativa, com consciencialização para o seu bem-estar físico e psicológico.

Acrescentando ao detalhado anteriormente, no presente ano letivo foi incentivado pelo mestrando a integrar uma banda filarmónica da região, tendo o aluno respondido positivamente ao desafio proposto. Com esta ação, o aluno conseguiu aumentar o número de horas de trabalho em grupo, perpetuar a sua comunicação interpessoal e sentido de comprometimento.

Alguns dos aspetos positivos que se destacaram na ação performativa do aluno E foram a sua expressividade, entrega e foco no trabalho a desenvolver.

No 2º período, o aluno começou a abordar e a trabalhar a regulação da afinação e fraseio melódico. Para este trabalho foram utilizados exercícios de glissandos do método *El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas* de R. Dick e *Check-up* de Peter-Lukas Graf.

Estes exercícios permitiram não só uma consciencialização para afinação, mas uma maior flexibilidade dos seus constituintes orofaciais e relaxamento dos ombros. A pressão constante dos ombros foi sempre uma adversidade que a orientadora cooperante procurava trabalhar com o aluno, pois na prática da flauta transversal os ombros do aluno encontravam-se frequentemente tensos e ligeiramente para cima. Todos estes exercícios eram encadeados com trabalho técnico de escalas, arpejos e também com uma base firme patente na utilização do método *15 Easy studies* – 1º caderno de E. Kohler.

Em termos de repertório, o aluno E executou o *Concerto em Ré maior* para flauta e orquestra (piano) de G. Pergolesi. Os principais desafios propostos foram encontrar características sonoras que se aproximassem da sonoridade barroca com a implementação das articulações, dinâmicas e estabelecimento do fraseado.

O aluno executava um *vibrato* pouco controlado, com uma amplitude inadequada ao estilo do Concerto. Atendendo ao facto anterior, foi alertado pela orientadora cooperante e mestrando para procurar um som mais liso, que se aproximasse da flauta barroca.

Para além desta obra, o aluno executou a obra *Inverno Porteño* de A. Piazzolla com ensemble de flautas e clarinetes, promovendo assim um trabalho de música de câmara nas últimas aulas do 2º período. Na audição geral do Polo de Moura, o ensemble apresentou esta obra, tendo sido possível verificar uma grande entrega, expressividade, afinação e espírito de liderança por parte do aluno F, já que executou o papel de 1ª flauta.

No início do 3º período o aluno F participou como executante na 5ª edição do *FLAUTUÉ*, na Universidade de Évora. Com esta participação o aluno conseguiu contactar com a professora Doutora Monika Streitová, docente de flauta transversal da Universidade de Évora.

Na masterclasse o aluno apresentou a obra anteriormente trabalhada no 2º período onde foi alertado pela professora para abrir mais a boca quando respirava; promover uma postura mais direita com costas direitas; a manutenção da velocidade e ainda cuidados com a articulação.

Depois de um período de licença pedido pela orientadora cooperante, o aluno F acabou por focar a sua atenção na preparação da prova global de final de ciclo. Na preparação, o aluno demonstrou uma grande atenção, um estudo mais regular e muito participativo nas aulas para esclarecimento das suas dúvidas. Para além disto, teve uma boa assiduidade na banda filarmónica que começou a frequentar, onde tinha aulas extras com o mestrando. Toda esta panóplia de postura do aluno F levou a que obtivesse um favorável resultado na sua prova e terminasse o 5º Grau com nível pretendido.

Tabela 19

Material didático do Aluno F.

Material didático desenvolvido ao longo do ano letivo – Aluno F		
1º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none">• <i>Practice Book for flute - Tone</i> - T. Wye;• <i>15 Studies, Op. 33</i> - E. Kohler.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none">• <i>Madrigal for flute and piano</i> - P. Gaubert.
2º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none">• <i>Practice Book for flute - Tone</i> T. Wye;• <i>Check-up</i> - Peter-Lukas Graf;• <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> - R. Dick.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none">• <i>Concerto in D Major</i> - G. Pergolesi.
3º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none">• <i>Practice Book for flute – Tone</i> - T. Wye;• <i>Check-up</i> - Peter-Lukas Graf;• <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> - R. Dick.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none">• <i>Andante Pastorale et Scherzettino</i> - P. Taffanel.

3.1.7. Aluno G - 6º Grau

O aluno G foi aluno do CRBA, no Polo de Beja, e frequentou ao longo do ano letivo o 6º Grau do ensino secundário.

Tinha 16 anos e tocava flauta desde os 10 anos, período que coincide com o seu início de estudos no conservatório. O aluno, atualmente, frequenta o ensino articulado de música, porém também assiste a disciplinas do curso científico e tecnológico. Esta decisão surgiu devido ao facto de ter presente em si o gosto, para além da música, pela área da psicologia.

A aula do aluno G decorria na segunda-feira pelas 10h30, com uma duração total de 90 minutos.

Nos tempos livres, o aluno era atleta federal de basquetebol, tendo tido treinos todos os dias, que lhe ocuparam os finais de tarde.

O aluno não demonstrou nervosismo ao estar na presença do estagiário, uma vez que já tinha tido acompanhamento de outros estagiários noutros anos letivos, sendo uma situação recorrente para o mesmo.

Dentro das suas características foi muito comunicativo, bem-disposto, com pensamento crítico, autocritica consciente e aberto às críticas para seu desenvolvimento pessoal.

Das suas qualidades performativas mais relevantes, destaca-se a sua expressividade e envolvimento que desenvolveu ao longo do repertório que executou durante o ano letivo.

No 1º período, a professora depositou o papel de chefe de naipe no estágio de natal que se viria a realizar na última semana de aulas do mesmo período. Este voto de confiança despertou no aluno um aumento de motivação e maior envolvimento interpessoal com os elementos da orquestra.

Ainda neste período, o aluno trabalhou aspetos de sonoridade, com recurso, por exemplo, ao método *La Technique de embouchure* de P. Bernold em que a orientadora cooperante pretendia que o aluno abrisse mais a sua cavidade perioral e que obtivesse um fluxo de ar mais natural.

Em termos técnicos o aluno elaborou exercícios de cromatismos, escalas, ou exercícios com recurso aos *40 studies opus 101* de L. Hugues (com edição de Marcel Moyse), que para além do trabalho técnica também permitia trabalhar ao mesmo tempo a sonoridade.

Ainda no 1º período o aluno executou duas obras, a *Sonata BWV 1031 in C Major* de J.S. Bach e a *Ballade* para flauta e orquestra (piano) de C. Reineicke.

Na Sonata de J.S. Bach o maior desafio do aluno foi procurar um som que se aproximasse da sonoridade barroca, com a implementação das articulações, dinâmicas e estabelecimento do fraseado.

Na *Ballade* de C. Reinecke, apesar de terem existido alguns desafios, o aluno conseguiu uma ligação mais direta com a obra, pois revelou ser um apaixonado pela época romântica.

Alguns aspetos a trabalhar nas aulas com o aluno foi a regulação do vibrato, fraseado e articulação mais precisa.

O aluno tinha alguma tendência a fechar a garganta e a realizar alguma pressão na região orofacial. Para ultrapassar estas adversidades o estagiário, com o consentimento da orientadora cooperante, introduziu com o aluno algumas técnicas contemporâneas como o frullato, glissandos, som eólicos que trouxeram resultados positivos na sonoridade do aluno.

No final do período o aluno apresentou a *Ballade* na audição de Natal, tendo obtido um eficiente resultado na performance, com a ultrapassagem dos principais desafios propostos pela professora de classe. Apesar deste facto, a professora destacou e alertou o aluno a ser mais metódico, focado e organizado na elaboração do seu estudo semanal (algumas vezes esquecia-se dos métodos ou não os imprimia, por exemplo), aspeto que um aluno no secundário já deve ter patente, ou tentar procurar essa organização.

No 2º período, o aluno baixou um pouco o seu rendimento ao longo das aulas. Foi observado um cansaço constante por parte do mesmo, o que desviava a sua concentração e produtividade. Algumas justificações dadas pelo aluno foi os constantes treinos de basquetebol que lhe exigiam muita energia.

Neste período, o aluno continuou a trabalhar aspetos de sonoridade, técnica e afinação.

Relativamente à afinação executou exercícios propostos pelo mestrando com o auxílio do método *El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas* de R. Dick e ainda o método *Check-up* de Peter-Lukas Graf. Os exercícios selecionados focavam-se na elaboração de glissandos que trouxeram ao aluno uma melhor e maior estabilização da afinação nos diferentes registos.

Relativamente ao repertório, o aluno executou duas obras, o *Rondo in D Major, K, 184* de W.A. Mozart e a peça solo *Syrinx* de C. Debussy.

No *Rondo in D Major K, 184* os principais desafios que o aluno enfrentou foi a implementação da interpretação classicista, através por exemplo do ênfase do primeiro tempo em relação ao segundo, ao diminuindo nos finais de frase ou até a delicadeza frásica que tem de se fazer sentir.

Na Obra *Syrinx*, o aluno teve um contacto mais incisivo com escalas pentatónicas, de tons inteiros e cromatismos que permitiram implementar a elaboração destas escalas no seu estudo técnico de uma forma mais regular, o que originou uma evolução no seu domínio técnico.

O aluno foi incentivado pelo mestrando e docente cooperante a explorar a história que inspirou a obra de forma a que conseguisse envolver e melhorar a sua interpretação. Posteriormente, desenvolveu a sua própria história, consoante aquilo que a obra lhe transmitia. Este exercício permitiu ao aluno melhorar a sua direccionalidade de frases, respirações conscientes, dinâmicas, entre outros.

Na audição final de período apresentou esta última obra, tendo de uma maneira geral, conseguido atingir os principais pontos interpretativos que a obra exigia.

No final do 2º período o aluno participou no 5º *FLAUTUÉ*, na Universidade de Évora, tendo contacto com a Professora Doutora Monika Streitová, Professor Christian Studler e Professora Johanna Schwarzl.

Nas *masterclasses* com os respetivos professores executou a obra *Syrinx*, ao qual foi alertado para a consciencialização do suporte diafragmático, estabelecimento de correta postura, controlo e uso consciente do vibrato, afinação e sustentabilidade do fraseio melódico.

Dentro dos aspetos positivos, todos os professores enaltecem a sua capacidade interpretativa, entrega e envolvimento na obra.

No 3º período, o aluno foi novamente selecionado para o estágio interno de orquestra sinfónica que viria a realizar-se no final do período em questão. Como tal, ao longo das aulas foram sendo trabalhadas as várias obras a executar na orquestra com uma fluidez constante, uma vez que este tipo de projetos, sempre despertou muito interesse, motivação e empenho na ação do aluno. Neste período, tinha uma motivação extra pois iria tocar Flautim, instrumento que sempre teve muito interesse em explorar.

Na fase final do 3º período, foi dada pelo mestrando com o consentimento da orientadora cooperante uma obra com técnicas contemporâneas, *Honami* de W. Offermans. Esta obra despertou no aluno uma grande dedicação, pois pela primeira vez tinha na sua posse uma obra que combinava muitas técnicas contemporâneas ao mesmo tempo. Apesar de a obra ter sido distribuída nas últimas semanas, o aluno conseguiu trabalhar ao pormenor até metade da mesma, conseguindo executar todas as técnicas com exatidão até esse ponto. Com o início das

férias de verão, a continuação e aperfeiçoamento da obra ficou para trabalho diário ao longo das semanas de forma a dar continuidade ao trabalho.

Tabela 20

Material didático do Aluno G.

Material didático desenvolvido ao longo do ano letivo – Aluno G		
1º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>La technique de la embouchure</i> - P. Bernold; • <i>40 Studies Opus. 11 for flute solo</i> - L. Hugues; • <i>Check-up</i> - Peter-Lukas Graf.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Sonata BWV 1033</i> - J.S. Bach; • <i>Ballade for Flute and piano</i> - C. Reineicke.
2º Período	Métodos e estudos	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Check-up</i> - Peter-Lukas Graf; • <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> - R. Dick; • <i>40 studies Op.101</i> – L. Hugues (editado por M. Moyses); • <i>La tecnica de embouchure</i> - P. Bernold.
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Syrinx</i> - C. Debussy; • <i>Rondo in D Major</i> - W.A. Mozart..
3º Período	Método(s) e estudo(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Check-up</i> - Peter-Lukas Graf; • <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> - R. Dick; • <i>40 studies Op.101</i> - de L. Hugues (editado por M. Moyses).
	Peça(s)	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Sonata for flute and piano</i> - F. Poulenc; • <i>Honami</i> - W. Offermans.

4. Aulas lecionadas

Antes de passarmos às observações verificadas nas aulas lecionadas é importante referir, que apesar do mestrando ter cumprido com a percentagem de aulas lecionadas, algumas destas aulas foram lecionadas a outros alunos da classe da orientadora cooperante, para que a orientadora de estágio conseguisse assistir e lançar a sua avaliação. Como o horário era distribuído pelos vários dias da semana, algumas aulas lecionadas não foram assistidas pela orientadora interna do Relatório, em contrapartida de outras que foram cruciais para a avaliação, embora pertencentes a alunos não detalhados pormenorizadamente neste relatório.

4.1. Aluno A – Iniciação I

O aluno A foi muito descontraído, simpático e com bastante capacidade para dialogar com as pessoas que o rodeavam, uma vez que a orientadora cooperante permitia ao mestrando lecionar um pouco, praticamente em todas as aulas, contribuindo para deixar à vontade o aluno A. Neste ambiente, as aulas decorreram segundo a planificação e metodologia utilizada pela orientadora cooperante. Para além disso nessas mesmas aulas foram inseridas, algumas sessões do estudo de caso realizado pelo mestrando, que se encontra detalhado mais à frente neste relatório.

A planificação e as observações detalhadas das aulas lecionadas encontram-se para consulta no Anexo A, enquanto as observações do estudo de caso encontram-se no Anexo D.

Ao todo, o mestrando, de forma completa, conseguiu lecionar três aulas ao aluno A, em que de uma maneira geral o aluno encontrava-se sempre com muita disposição, à exceção da última aula em que, segundo as suas palavras, estava mais cansado.

As aulas iniciavam com uma pequena conversa, sobre as principais facetas do aluno no dia-a-dia, de forma a deixar o mesmo completamente à vontade, tranquilo e pronto para a prática instrumental. De seguida, em duas das aulas foram implementadas técnicas de relaxamento orofacial de forma a perceber o impacto das mesmas na estabilização da embocadura. Na segunda aula não foi implementada qualquer tipo de técnica de relaxamento de forma a ir ao encontro da investigação do estudo de caso.

Antes da elaboração dos exercícios propostos no estudo de caso, o aluno A elaborava um pequeno exercício de aquecimento que consistia em executar as notas que já tinha aprendido de forma lenta e duradoura.

Algumas adversidades a trabalhar nas aulas lecionadas foi a focagem sonora do aluno, que ainda tinha algumas inseguranças em estabilizar a embocadura; melhorar a postura, onde o aluno ainda despertava alguma insegurança ao segurar no instrumento; aumentar o fluxo de ar e a resistência do mesmo que ainda era um pouco reduzida.

Posteriormente foram utilizados três métodos ao longo das três aulas, o *Método Completo de Flauta Transversal* de P. Taffanel e P. Gaubert, o método *A new tune a day for Flute* de N. Bennet e ainda o *Método de Flauta com Canções do Cancioneiro Português* de A. Miranda.

No primeiro método, foram realizados vários exercícios de forma a verificar a estabilização da embocadura, com e sem técnicas de relaxamento.

No método *A new tune a day for Flute* de N. Bennet, foram realizados exercícios que permitiram trabalhar várias questões, tais como: introdução de novas notas, com implementação da correta digitação; realce dos pontos de suporte ao segurar o instrumento e a sua importância; a consciencialização para o arredondar das mãos, com recurso, por exemplo, ao “segurar num ovo” em que o aluno tinha a ideia de ter as mãos arredondadas mas sem pressão excessiva senão “o ovo partia”; trabalho de respirações conscientes e bem localizadas; articulação mais precisa, entre outros aspetos que poderão ser averiguados nas tabelas do Anexo A.

Para além disto foi possível ainda trabalhar com o aluno música de câmara, permitindo desde cedo abordar pilares essenciais desta vertente, tal como o contacto ativo com os intervenientes no processo, entradas na peça, manutenção do ritmo, entre outros.

No *Método de Flauta com Canções do Cancioneiro Português* de A. Miranda conseguimos trabalhar as músicas *Béu, béu* e *Boa velhinha*, onde o aluno cantou e executou na flauta Transversal. Com este exercício o aluno conseguiu ter uma maior agilidade rítmica, uma vez que associou mais facilmente esta vertente à letra das canções. Através deste método o mestrando procurou que o aluno A conseguisse melhorar a sua leitura rítmica e dar a conhecer algumas canções tradicionais, contribuindo para a continuação da partilha das tradições e costumes portugueses.

No final das aulas existia uma pequena síntese dos conteúdos trabalhados, em que o aluno A explicava por palavras suas, os principais pontos a trabalhar em casa. Para além disso fazia uma pequena avaliação da sua prestação ao longo da aula.

4.2. Aluno B – Iniciação III

O aluno B, tal como foi descrito anteriormente era muito tímido, discreto e só dialogava com o estritamente necessário. Tal como o aluno A, o aluno B, teve três aulas lecionadas pelo mestrando, apesar de ao longo do tempo ter tido mais contacto com o mesmo, cada vez que a orientadora cooperante permitia a sua participação.

As aulas lecionadas do aluno B, também seguiram a metodologia e o planeamento delineado pela orientadora cooperante.

Tal como o aluno A, o aluno B também teve sessões do estudo de caso desenvolvido pelo mestrando, tendo existindo assim uma comparação entre os resultados dos dois alunos sobre a influência das técnicas de relaxamento orofacial sobre a estabilização da embocadura.

A planificação das aulas lecionadas do aluno B encontram-se para consulta no Anexo A, enquanto as observações do estudo de caso encontram-se no Anexo D.

As aulas lecionadas iniciavam com um pequeno diálogo entre orientadora cooperante, aluno B e mestrando. A intervenção inicial da orientadora cooperante foi essencial, pois permitia um mote entre todos os intervenientes nas aulas. O mestrando colocou sempre o aluno à vontade, perguntando-lhe coisas do seu dia-a-dia, interesse e demonstrando sempre que o espaço de sala de aula era um local tranquilo e sereno para aprender, mesmo na sua presença.

Foram utilizados três métodos nas aulas lecionadas ao aluno B, sendo eles: *Método Completo de Flauta Transversal* de P. Taffanel e P. Gaubert; o método *A new tune a day for Flute* de N. Bennet e ainda *o Método de Flauta com Canções do Cancioneiro Infantil Português* da A. Miranda.

Alguns dos aspetos a trabalhar com o aluno B foram: aumento da sua resistência ao tocar, uma vez que tendia a cansar-se muito facilmente, através por exemplo de respirações estrategicamente localizadas; aumento do seu fluxo de ar, uma vez que também tinha tendência a soprar pouco; e por fim melhorar a postura, tanto no geral como localizada, por exemplo no arredondar das mãos e suporte nos pontos de apoio do instrumento. Para além disso, tal como já foi detalhado anteriormente neste relatório, o aluno B possuía uma flauta em que a chave que deve ser acionada pelo dedo mindinho da mão direita, criava muita resistência ao baixar, o que afetou a execução do aluno nas aulas lecionadas.

Depois do inicial diálogo com o aluno o mesmo executava um pequeno exercício de aquecimento, com notas longas e a uma velocidade lenta, percorrendo todas as notas aprendidas até ao momento, de forma ascendente e descendente.

Posteriormente, com o auxílio do primeiro método referenciado anteriormente, eram verificados pelo mestrando a ação das técnicas de relaxamento orofacial na estabilização da embocadura tendo como base os exercícios propostos.

A meio da aula eram implementados exercícios do *A new tune a day for flute* de N. Bennet onde foi possível trabalhar questões como a articulação *stacatto* e *legato*, referindo as suas principais diferenças; a leitura rezada e estabilização do tempo, de forma a tornar a leitura mais fluída; implementação de respirações conscientes, realçando a importância de levar as frases musicais até ao fim.

De forma a trabalhar o fluxo de ar de forma focada, o mestrando utilizou exemplos visuais, tais como “soprar por uma palhinha”, tendo o aluno B conseguido perceber melhor a direção a dar ao seu ar.

Numa fase final da aula foram elaboradas as Canções *1,2,3 acerta o Passo Inês* e ainda *Analiter, Pirilita* do método de A. Miranda. Com estas canções, o aluno B conseguiu aumentar a sua perceção auditiva perante as várias notas que faziam parte da melodia. Ao cantar as canções, o aluno tinha mais facilidade em perceber quando se enganava, nomeadamente quando executava notas erradas, mas também erros ao nível rítmico. Tal como com o aluno A, o mestrando também quis dar a conhecer ao aluno B canções do cancioneiro e ainda contribuir para a contínua transmissão das tradições portuguesas.

Minutos antes do final das aulas, existia uma síntese dos principais aspetos trabalhados em sala de aula por parte do aluno B, com sucessiva avaliação do mesmo referente à sua prestação.

Com alunos da Iniciação, o principal objetivo do mestrando foi promover a motivação dos mesmos e tornar essencialmente o espaço de aula num ambiente lúdico, descontraído e em que os alunos se conseguissem divertir.

4.3. Aluno C – 2º Grau

O aluno C foi sempre muito participativo nas aulas, dando sempre o seu feedback e refletindo sobre todos os exercícios que realizava. Foi um aluno com muita energia, o que é positivo, porém de vez em quando tinha de ser chamada a atenção pois começava a divagar um pouco.

O aluno C foi um dos alunos que usufruiu de maior acompanhamento por parte do mestrando, desde o 1º período até ao 3º período, o que desencadeou em cinco aulas lecionadas.

As aulas lecionadas do aluno C decorreram com grande fluidez, tendo sido sempre possível executar todos os exercícios propostos.

Os aspetos mais cruciais a desenvolver com o aluno C nas aulas lecionadas foram: aumento da flexibilidade dos lábios nos diferentes registos, uma vez que tinha tendência a fazer pressões nos cantos dos lábios nos registos mais agudos; escuta ativa e atenção total na digitação, pois foi visível nas aulas assistidas que o aluno por vezes executava uma digitação incorreta; tornar o seu som mais definido e melhorar a fluidez na leitura de obras, entre outros aspetos que foram surgindo ao longo das aulas.

Os métodos utilizados na aula do aluno C foram: Volume 1 (*Tone*) e Volume 5 (*Breathing and Scales*) do livro *Practice Book for flute* de T. Wye; *30 Easy progressive studies for flute* de G. Gariboldi e ainda *Check-up* de Peter-Lukas Graf.

A aula, depois de um pequeno aquecimento proposto pelo mestrando, em que o aluno percorria do registo grave ao registo agudo, de forma cromática ascendente e descendente de forma lenta e com notas longas, progrediam para a elaboração das sessões do estudo de caso.

A participação do aluno C no estudo de caso tinha como objetivo verificar a influência das técnicas de relaxamento na mudança entre registos, aspeto que se encontra detalhado na Seção II do relatório vigente. Nas aulas totalmente lecionadas com o método *Practice Book for flute* de T. Wye e ainda *Check-up* de Peter-Lukas Graf, conseguiu-se verificar uma maior agilidade na mudança entre registos sem pressões excessivas.

Numa fase intermédia, conseguiu-se trabalhar a destreza técnica do aluno C com auxílio do Volume 5 (*Scales expresives*) do *Practice Book for flute* de T. Wye através da escala de Dó maior. Com este exercício o aluno aperfeiçoou diferentes articulações, transição por todos os registos e começou a desenvolver as suas primeiras bases de fraseado.

Numa das aulas, o aluno executou o estudo nº 3 dos *30 Easy Progressive Studies for Flute* de G. Gariboldi, onde trabalhou diferentes articulações, dinâmicas, corretas digitações e resistência ao tocar durante um maior período de tempo, atendendo que os exercícios do método eram mais extensos do que outros já trabalhados com o aluno C.

Tal como foi referenciado anteriormente, o aluno C foi selecionado pela orientadora cooperante para chefe de naipe do estágio interno de Orquestra de Sopros direcionado para o 2º ciclo de ensino, que viria a acontecer na interrupção letiva. Como tal, de forma a ir ao encontro do trabalho esperado, o mestrando guardou sempre as últimas partes das aulas lecionadas para a leitura e trabalho das peças de orquestra.

Ao longo das aulas, este bloco final era um dos momentos favoritos do aluno C, pois o papel que viria a desempenhar trazia-lhe um aumento da motivação, dedicação e consequentemente da responsabilidade.

Durante as cinco aulas lecionadas, trabalhou-se com o aluno quatro peças do estágio de orquestra. As principais lacunas que o aluno C teve de trabalhar com o mestrando foi: melhorar a concentração na leitura à primeira vista (nas primeiras aulas); o aperfeiçoamento das articulações, onde o mestrando alertou para a rigorosidade do cumprimento desta faceta; o estudo por partes, ou seja, realização primária de leitura rítmica, rezada, melódica e só depois o estudo na flauta de forma a dar tempo de assimilar toda a informação; leitura na flauta com implementação de “tempo base”, tempo este que se baseia numa pulsação em que o aluno consegue executar as peças de uma forma confortável; entre outros aspetos que estão presentes nas tabelas do Anexo A de uma forma mais pormenorizada.

No final das aulas, existia sempre uma sistematização de todos os conteúdos abordados com consequente apontamento do trabalho de casa.

As aulas do aluno C decorreram como esperado e foi visível uma evolução do aluno com os ensinamentos propostos em cada exercício trabalhado.

4.4. Aluno D – 3º Grau

O aluno D sempre demonstrou muita empatia, respeito e atenção ao mestrando. Tal como o aluno C, o aluno D foi um dos alunos que teve maior acompanhamento ao longo do tempo pelo mestrando. Apesar de tudo, nas aulas lecionadas ficava um pouco constrangido, pois sempre foi muito preocupado com os resultados e tinha sempre receio de dizer alguma coisa errada. O mestrando deixou sempre o aluno à vontade, demonstrando-se sempre preocupado pelo seu bem-estar e ao fazê-lo ver que acima de tudo, a sala de aula era um espaço de partilha de conhecimentos. Aos poucos, ao longo das aulas, o aluno D começou a expressar-se mais e a dar feedback sobre os exercícios realizados. No total, o aluno em questão usufruiu de cinco aulas lecionadas pelo mestrando.

Ao longo das aulas lecionadas foram utilizados os métodos que passamos a enumerar: método *Practice book for the flute*, volume 1 (*Tone*) de T. Wye e 30 *progressive studies for flute* de G. Gariboldi. Relativamente às peças, foi executada pelo aluno D a obra *Despertador às 7h30* da autoria do mestrando e ainda o 1º movimento do *Three romances, Op. 94* de R. Schumann.

O primeiro método abordado foi utilizado essencialmente nas sessões do estudo de caso elaborado pelo mestrando, em que foi averiguado, tal como no aluno C, a influência das técnicas de relaxamento na agilidade da mudança de registos. Com a utilização do Método de T. Wye o aluno D não só melhorou na obtenção de registos como também aperfeiçoou a sua sonoridade e afinação.

Nos 30 *progressive studies for flute* de G. Gariboldi, foi executado o exercício nº 3 onde foi possível trabalhar com o aluno a estabilidade rítmica, com auxílio do metrónomo; uma atenção redobrada na articulação, que nem sempre era executada de forma correta; e até a elaboração de um exercício na parede em que o aluno ficou com a coluna completamente direta e as pernas fletidas, isto claro, enquanto executava o exercício. O objetivo primordial do mesmo era promover a ativação do suporte diafragmático que nem sempre se encontrava ativo.

Em termos de trabalhos técnicos, o mestrando abordou com o aluno as escalas e respetivos arpejos, nomeadamente com a escala de Si bemol maior, em que o aluno conseguiu aprimorar a ação da sua língua perante as diferentes articulações propostas pelo mestrando, mas também a agilidade na poupança do ar e aperfeiçoamento da sua sonoridade.

Com a implementação da obra *Despertador às 7h30* o aluno D teve o seu primeiro contacto com as técnicas contemporâneas. Na obra temos patente o *frullato*, cantar e tocar ao mesmo

tempo, glissandos e *slaps*. Esta obra nasceu fruto da Disciplina DEEVM II, lecionada pela Orientadora interna, e na verdade, a obra é destinada à iniciação, contudo, o mestrando achou-a pertinente para a primeira abordagem das técnicas contemporâneas com o aluno D. Ao ser uma área nova para o aluno existiu um grande interesse do mesmo na elaboração das várias técnicas com êxito e rigor, assistindo-se a uma grande motivação. No início o aluno apresentou alguma dificuldade em executar o *frullato*, porém com algumas tentativas conseguiu realiza-lo.

No primeiro movimento dos *Three romances, Op. 94* de R. Schumann, o mestrando deu continuidade ao trabalho já avançado pela orientadora cooperante. Na obra conseguimos trabalhar com o aluno D a estabilidade rítmica, uma vez que o aluno tinha alguma dificuldade em manter o tempo, tendo sido utilizado a leitura faseada, com leitura rítmica, rezada e melódica primeiro, antes de tocar; implementação das técnicas contemporâneas para aperfeiçoamento sonoro e ativação do suporte diafragmático; isolamento de passagens mais exigentes e um trabalho mais lento e pormenorizada; e visão ativa dos seus constituintes à frente de um espelho.

No final das aulas existiu sempre uma sistematização realizada pelo próprio aluno sobre conteúdos abordados em aula e um esclarecimento por parte do mestrando sobre algumas dúvidas que ainda permanecessem. Numa fase final era apontado de forma pormenorizada o trabalho a realizar em casa, de forma a dar continuidade à evolução e ação de aprendizagem.

As aulas do aluno D decorreram de forma ativa e progressiva, tendo existindo uma boa gestão do tempo, que resultou na abordagem dos diferentes conteúdos de uma forma clara e concisa.

O aluno conseguiu ultrapassar as suas adversidades, ficando dotado de ferramentas para, aos poucos, ganhar a sua autonomia na resolução de dificuldades que surjissem.

4.5. Aluno E - 5º Grau

O aluno E teve sempre uma postura muito positiva e foi sempre receptivo a abordar temáticas novas que contribuísse para a sua evolução enquanto instrumentista.

O aluno E tinha aparelho ortodôntico, tal como foi evidenciado em tópicos anteriores neste relatório, aspeto que apesar de já estar habituado ao mesmo, ainda lhe provocava alguns entraves, tais como desconforto, descida lenta dos lábios ou até mesmo dor. Os aspetos mencionados foram averiguados nas aulas lecionadas.

Alguns aspetos a trabalhar nas aulas lecionadas com o aluno E foram: uma maior flexibilidade da embocadura, que principalmente no registo agudo tinha tendência a apertar os lábios; respirações mais conscientes; atenção à postura corporal, com o posicionamento correto dos pés, por exemplo, e assegurar uma prática saudável tentando diminuir a influência do aparelho ortodôntico na prática da Flauta Transversal.

O aluno E teve três aulas inteiramente lecionadas pelo mestrando, tendo as duas primeiras coincidindo com as sessões nº 1 e nº 2 do procedimento B do estudo de caso elaborado pelo mestrando.

Ao longo das aulas lecionadas do aluno E foram utilizados os seguintes métodos: método *Practice book for the flute*, volume 1 (*Tone*), volume 2 (*Technique*), volume 5 (*Breathing and Scales*) de T. Wye e o Método *15 Studies, Op. 33* de E. Kohler – 1.º caderno.

Em termos de repertório, nas três aulas lecionadas o foco e trabalho incidiu sobre o 1º andamento do *Concerto in G Major* de G. Pergolesi.

A aula iniciava sempre com uma conversa sobre o dia-a-dia do aluno E, progredindo de seguida para um aquecimento instrumental, onde eram executadas notas longas numa pulsação lenta, percorrendo todos os registos do instrumento.

O volume 1 (*Tone*) do primeiro método foi utilizado para as sessões do estudo de caso elaborado. Assim sendo nas sessões foi verificado a ação de proteção de uma película de silicone entre os lábios e o aparelho, que por sua vez ajudou a perceber a influência da mesma na agilidade entre registos no aluno E. Tal como referenciado anteriormente, todas as informações recolhidas sobre este procedimento encontram-se na Sessão II do presente relatório.

Com o volume 2 (Technique) e volume 5 (*Breathing and Scales*), também do primeiro método, o aluno conseguiu trabalhar e aperfeiçoar a sua técnica; melhorar a destreza dos dedos do aluno, que tinha uma certa tendência a esticar; implementação de técnicas contemporâneas para tornar a articulação mais flexível e ainda trabalhar a gestão do ar e o fraseado.

No segundo método, *15 Studies, Op. 33* de E. Kohler do 1.º caderno, o aluno E executou o exercício nº 4 onde abordou questões como: direccionalidade mais precisa; fortalecimento do suporte diafragmático; articulação ágil, com ação ativa dos constituintes da região orofacial; implementação do *frullato* para limpar o som e trazer uma maior amplitude ao mesmo.

No *Concerto in G Major* de G. Pergolesi, o trabalho principal realizado foi a estabilização do tempo, uma vez que o aluno tinha algumas oscilações na velocidade, principalmente em zonas mais exigentes tecnicamente. Contudo outras questões como articulação, que se tornava um pouco imprecisa devido à descida lenta dos lábios, aspetos como direccionalidade ou respiração foram também abordados nas aulas lecionadas. A prática consciencializada e informada foi também alertada pelo mestrando, que incentivou o aluno a procurar características do período barroco e das flautas utilizadas na época.

As aulas decorreram com normalidade, apesar de terem existido alguns momentos de pausa para descanso do aluno E. Depois de um período maior de prática, o aluno começava a sentir algum desconforto na boca devido ao aparelho ortodôntico, que o levava a parar.

De uma maneira geral, o aluno E conseguiu atingir os objetivos estabelecidos para as aulas lecionadas pelo mestrando, dotando-se de ferramentas para a continuação da sua prática.

4.6. Aluno F – 5º Grau

O aluno F encontrou-se sempre muito motivado para as aulas, com uma postura muito atenta, a querer fazer mais e melhor, sempre tendo em vista a sua evolução enquanto intérprete.

Tal como os seus colegas, as aulas lecionadas seguiram o plano e metodologia adotada pela orientadora cooperante.

Apesar do mestrando ter tido oportunidades de intervenção em quase todas as aulas, o aluno F teve quatro aulas inteiramente lecionada pelo mestrando.

Alguns aspetos a trabalhar nas aulas lecionadas do aluno F foram: o equilíbrio e manutenção do correto posicionamento do corpo, uma vez que o aluno tinha alguma tendência a elevar os ombros; estabilidade no tempo nos exercícios técnicos e repertório e primeiras abordagens no controlo da afinação.

Os métodos utilizados nas aulas do aluno F foram: *La technique d` embouchure* de P. Bernold; *Check-up* de Peter-Lukas Graf e ainda o *15 Studies, Op. 33* de E. Kohler – 1º caderno.

Dentro do repertório trabalhado, o aluno apresentou nas aulas o *Concerto in G Major* de G. Pergolesi e ainda o arranjo da orientadora cooperante do *Inverno Porteño* de A. Piazzolla.

A aula iniciava com a implementação de notas longas, passando pelos diferentes registos da flauta transversal, promovendo assim o aquecimento instrumental.

Em termos técnicos, também existiu oportunidade de executar escalas, levando o aluno a aumentar a sua destreza técnica, através da utilização de diferentes articulações, velocidades ao executar as escalas e com a execução também dos respetivos arpejos.

O método *Check-up* de Peter-Lukas Graf foi utilizado essencialmente na primeira aula, onde coincidiu com a sessão nº 1 do estudo de caso desenvolvido pelo mestrando. O aluno F executou o exercício nº 14, tendo tido o seu primeiro contacto com os glissandos, aspeto que inicialmente, pela inexperiência, teve algumas dificuldades, porém rapidamente conseguiu aperfeiçoar a técnica. Uma vez que o mestrando, num universo de dois alunos de secundário, só teve oportunidade de acompanhar um deles, escolheu o aluno F (por estar próximo do secundário) para estudar a influência das técnicas de relaxamento na região orofacial e consequentemente o equilíbrio da afinação.

Através do Método *La technique d` embouchure* de P. Bernold, no *Vocalise* nº 1, o mestrando promoveu o contacto do aluno F com mais técnicas contemporâneas. O mestrando pediu ao aluno que realizasse o exercício de forma faseada, inicialmente com som clássico e depois alternado com diferentes técnicas como *frullato*, cantar e tocar ao mesmo tempo, som eólico, culminado no final com som clássico. Este exercício permitiu que existisse uma maior abertura da garganta, mais sustentabilidade do suporte diafragmático e uma direccionalidade maior de ar.

Já no método *15 Studies, Op. 33* de E. Kohler- 1º caderno, o aluno executou os exercícios nº 1 e o nº 4.

Com a realização destes exercícios o aluno foi alertado para a rigurosidade nas articulações e incentivado a realizar apontamentos nas suas partituras, marcando por exemplo respirações pertinentes, sem cortar frases a meio. Outro aspeto também destacado foi a ativação constante do suporte diafragmático, pois o aluno tinha tendência, quando se dirigia ao registo grave, de não utilizar o suporte.

No *Concerto in G Major* de G. Pergolesi, o aluno tinha alguma tendência a acelerar nas passagens mais complexas tendo sido incentivado a estudar de forma isolada com o auxílio do metrónomo (a 80 bpm). Aspetos como direccionalidade, fluxo de ar, gestão frásica ou outros aspetos, foram trabalhados e encontram-se detalhados nas tabelas no Anexo A. Ainda na abordagem do concerto, existiu uma pequena contextualização sobre a obra, com informações da época barroca e os instrumentos da época.

Com *Inverno Porteño* de A. Piazzolla, notou-se uma grande motivação do aluno ao trabalhar esta peça, uma vez que seria o chefe de naipe no ensemble de flautas e clarinetes. Um dos principais aspetos trabalhados com o aluno F foi a afinação, uma vez que nalguns compassos específicos houve necessidade com o auxílio do afinador perceber qual a tendência de afinação para as notas que constituíam o compasso. Depois de verificado, as notas foram assinaladas e o aluno procurou reverter a afinação instável com ajuste de embocadura e fortalecimento do suporte diafragmático.

Ao longo de todos os exercícios, o aluno F foi alertado para o relaxamento da região dos ombros e obtenção de uma postura mais correta, aspetos estes que à medida que ocorreram as aulas foram diminuindo.

As aulas terminavam com uma sistematização dos conteúdos, esclarecimento de potenciais dúvidas e preenchimento do trabalho a realizar em casa.

As aulas decorreram com fluidez, tendo existido um espaço de aprendizagem sereno, com tranquilidade, onde o aluno F teve oportunidade de aperfeiçoar a sua prática instrumental.

4.7. Aluno G – 6º Grau

O aluno G, tal como o aluno C e D, teve um acompanhamento maior, tendo a orientadora cooperante dado ao mestrando várias oportunidades de intervenção nas aulas do aluno.

O aluno sempre esteve muito atento ao longo das aulas lecionadas, expondo as suas ideias e dúvidas ocorridas ao longo da semana durante o seu estudo.

Ao ser aluno do Secundário, começava aos poucos a delinear os seus objetivos performativos, criando uma rotina de estudo com a ajuda da orientadora cooperante e o mestrando.

As aulas do aluno G, tal como a dos restantes colegas, seguiram as metas e planificações estabelecidas, nunca tendo existindo em momento algum uma influência negativa relativamente à ação do mestrando.

No total, o Aluno G usufruiu de cinco aulas inteiramente lecionadas pelo mestrando, apesar de, tal como já foi referido, ter tido mais oportunidades de contacto com o mesmo.

Os métodos utilizados ao longo das aulas lecionadas com o aluno G foram: dentro do trabalho da sonoridade, *La technique de la embouchure* de P. Bernold; *El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas* de R. Dick e *Check-up* de Peter-Lukas Graf. Já a nível técnico foram utilizados os métodos *40 studies Op. 101* de L. Hugues e ainda o *35 exercises for Flute* de E. Kohler - 2º caderno. Nesta vertente foi ainda implementado escalas com o aluno onde foi possível trabalhar diferentes articulações e gestão de ar.

Dentro das obras trabalhadas com o aluno G enumeramos a obra *Cabeça na lua* da autoria do mestrando; *Syrinx* de C. Debussy; *Flute Sonata in C major, BWV 1033* de J.S. Bach e *Rondo In D Major* de W.A. Mozart.

A aula iniciava sempre com um aquecimento de notas longas, onde o aluno transitava entre os vários registos, “abrindo” o seu som e ativando os seus constituintes. Para além disto, o aluno também executou series de harmónicos de forma a ativar o suporte diafragmático e estabelecer a sua embocadura sobre o porta-lábios.

Como reforço ao aquecimento instrumental, foi também utilizado o exercício nº 14 do método *La technique de la embochure* de P. Bernold. O aluno elaborou o exercício intercalando o mesmo com várias técnicas contemporâneas, onde inicialmente realizava som clássico, passando pelo *frullato*, tocar e cantar ao mesmo tempo, som eólico e voltando novamente ao som clássico. Com a realização destes procedimentos o aluno relaxava os lábios e estabelecia uma maior abertura da cavidade bucal. O aluno conseguiu enriquecer o seu som, mas foi alertado para não realizar pressão sobre a testa e os ombros.

Algumas aulas lecionadas coincidiram com sessões do estudo de caso, tal como verificado com outros alunos. Nestas sessões foram averiguadas as influências das técnicas de relaxamento no trabalho de aperfeiçoamento da afinação.

Com o método *Check-up* de Peter-Lukas Graf o aluno teve um primeiro contacto com a técnica de glissandos. O exercício era subdividido em várias partes para que o aluno conseguisse trabalhar a flexibilidade dos lábios, maxilar, mandíbula, de forma a conseguir criar estratégias para o trabalho de equilíbrio de afinação. Inicialmente todos os procedimentos pareciam ser “estranhos” ao aluno G, contudo com alguma persistência conseguiu obter bons resultados, principalmente nos dias em que aplicava técnicas de relaxamento orofacial antes do exercício proposto.

Através do método *El desarrollo del sonido mediante nuevas tecnicas* de R. Dick, o aluno teve novamente contacto com a técnica glissando, contudo desta vez conseguiu trabalhar a ação dos seus constituintes sobre a afinação entre diferentes dinâmicas e registos. Neste exercício foi utilizado o afinador para estabelecer uma afinação inicial estável. O registo mais problemático foi o registo agudo, onde o aluno fechava muito a garganta. Como forma de ultrapassar este facto o aluno G foi incentivado a utilizar mais o suporte diafragmático.

Em termos técnicos foi abordado com o aluno G a escala de Si bemol maior e Ré bemol maior, onde foram executadas com diferentes articulações, respetivos arpejos e escalas relativas menores com o auxílio do metrónomo para estabilizar o tempo. O aluno teve uma maior dificuldade na execução nas notas mais agudas do último registo, pois não estava tão familiarizado, tendo sido incentivado pelo mestrando a isolar essas passagens, estudar de forma lenta e com diferentes articulações.

No método *40 studies Op. 101* de L. Hugues o aluno executou o exercício nº 3 e o exercício nº 7, onde despertou uma maior dificuldade no registo sobreagudo. Em termos de postura foi também incentivado com o auxílio do espelho, a arredondar o dedo mindinho da mão direita.

Este método permitiu trabalhar a destreza técnica, contudo também a sonoridade. Existiu uma consciencialização para que o aluno marcasse dinâmicas e respirações, que seriam posteriormente averiguadas nas aulas seguintes. Principalmente no exercício nº 7, o aluno isolou passagens no registo sobreagudo e implementou técnicas contemporâneas de forma a relaxar os seus constituintes orofaciais nestes pontos específicos do exercício.

Através do exercício nº 3 dos *35 studies for flute* de E. Kohler - 2º caderno, o aluno foi incentivado a ter maior rigorosidade rítmica, isolando, por exemplo, passagens mais complexas e trabalhando-as. Na aula realizou ainda todo o exercício com o auxílio do metrónomo através de um tempo base, ou seja, uma pulsação em que conseguisse ler todo o exercício de forma confortável. No final foi incentivado a ir aumentando gradualmente a velocidade de execução, porém regressando sempre, no final, ao tempo base estabelecido.

Relativamente às peças, *A cabeça na lua* foi uma das primeiras obras abordadas pelo mestrando com o aluno G. Apesar de ter tido algum contacto com técnicas contemporâneas, esta peça serviu para introduzi-las em contexto performativo.

Na *Flute Sonata in C major, BWV 1033* de J.S. Bach existiu um grande foco na articulação e na implementação de diferentes articulações de forma a tornar as passagens mais fluídas. O aluno foi também alertado para uma constante perceção corporal, evitando, por exemplo a curvatura das costas. Alguns elementos que ajudaram no estudo da obra foi a utilização de metrónomo, como forma de regularizar todas as passagens.

Na obra *Syrinx* de C. Debussy foi trabalhado essencialmente a divisão das figuras rítmicas, pois existiram algumas dúvidas iniciais. Como tal o metrónomo foi também nesta obra uma ferramenta fundamental para regularizar o tempo. Para além disto, com a execução de *Syrinx* foram aperfeiçoadas as escalas pentatónicas e de tons inteiros, tendo sido o aluno G incentivado a implementa-las de uma forma mais presente no seu estudo diário.

Na obra *Rondo in D Major* de W.A. Mozart o aluno foi alertado para aspetos ligados à interpretação da música clássica, como por exemplo, a predominância do primeiro tempo, da leveza das frases, da simplicidade harmónica, entre outros. Foram isoladas várias seções em que existiam alguns problemas rítmicos e foram todas trabalhadas a uma velocidade mais lenta.

A Obra *Honami* de W. Offermans foi a última obra trabalhada pelo aluno G nas aulas lecionadas pelo mestrando. Esta obra foi escrita no final do Séc. XX e contém um cenário de campo em flor, que ajudou o aluno a procurar a sua interpretação. Ao longo da peça são implementadas

diferentes técnicas contemporâneas, o que despertou no aluno um aumento de motivação para as explorar.

Em todas as obras foi sugerido pelo mestrando para que existisse uma pesquisa sobre a contextualização da época em que foram escritas e sobre as flautas utilizadas no mesmo período. Todas estas oportunidades serviam para dar ao aluno G, uma consciência performativa maior de todas as obras.

No final da aula o aluno era incentivado a fazer uma síntese dos principais tópicos trabalhados ao longo da aula, partindo logo de seguida para o apontamento do trabalho semanal.

O aluno cumpriu com os objetivos estipulados para as aulas lecionadas e foi verificado uma evolução na ação crítica e também performativa do mesmo.

5. Análise crítica da atividade de docente

O estágio decorrido no ano letivo 2022/2023, inserido na unidade curricular PESEVM, foi um período de constante observação, captação de conhecimentos, reflexão, relação de aprendizagem entre orientadora cooperante, alunos e mestrando.

Devido à rapidez dos processos, promovidos pelos protocolos entre a UÉ e o CRBA foi permitida toda a panóplia de atividades desenvolvidas ao longo de nove meses de estágio.

Todo o processo teria sido impossível sem a ajuda do Diretor Executivo Mauro Dilema, pelas oportunidades que deu ao mestrando e a disponibilidade que demonstrou desde logo para resolver qualquer assunto que surgisse. Também não seria possível sem a envolvimento e apoio da Direção Pedagógica, da docente Elsa Marques, dos encarregados de educação, dos discentes, corpo docente e não docente do CRBA, pois teria sido um processo muito mais difícil. Todos estiveram ativamente presentes para contribuir na evolução do estagiário.

A oportunidade dada foi amplamente gratificante uma vez que o mestrando já tinha sido aluno da instituição. Ter sido aluno da docente Elsa Marques e voltar depois como seu estagiário, permitiu ao mestrando visualizar das duas perspetivas os dois lados de processo de aprendizagem, tendo os dois lados apresentado os seus desafios e responsabilidades. A ajuda crucial da docente Elsa Marques foi imprescindível, que mesmo com uma rotina muito preenchida, mostrou-se totalmente disponível para ajudar ao longo do estágio deixando o estagiário utilizar todas as suas ferramentas com os seus alunos.

A classe da docente Elsa Marques foi muito desafiadora e heterogénea, com alunos críticos na sua ação. Para além disto, foram muito motivados e com postura ativa na realização das atividades a que lhes foram propostos. Todas estas particularidades são fruto da exigência, rigor e dedicação da docente que os acompanha.

Todo o estágio decorreu naturalmente ao longo dos vários períodos, tendo sido possível lecionar a todos os alunos de todos os polos do CRBA. Apesar de ter existido um período de licença pela orientadora cooperante no 3º período, todos os processos de aprendizagem foram recuperados posteriormente, tendo sido cumpridos todos os planos de objetivos propostos.

No estágio o mestrando aprendeu diversas metodologias e estratégias, que tentou ao máximo implementar na sua ação de ensinar, nomeadamente nas suas aulas lecionadas, sempre indo ao encontro dos planos de estudo delineados pela orientadora cooperante e CRBA. Foi de louvar também a abertura que a docente Elsa Marques deu ao estagiário para implementar novas estratégias, pois sempre foi uma pessoa desperta para a investigação e novas abordagens, contribuindo assim para a realização do estudo de caso desenvolvido pelo mestrando com os seus alunos.

O mestrando esteve a observar, aprender e a evoluir em cada momento vivenciado no CRBA, contribuindo para isso, não só as aulas lecionadas e assistidas, mas também audições, concertos, estágios internos, entre outros, onde a aprendizagem continuou a sua proliferação sem limites.

Em considerações finais, o mestrando ficou muito realizado e feliz com tudo o que vivenciou e aprendeu no presente ano letivo. Realça a forma excelente como foi recebido por todos os elementos que constituem o Conservatório, agradecendo todas as oportunidades que lhe deram. Tudo o que recolheu desde o primeiro dia de contacto com o CRBA e tudo o que vivenciou neste estabelecimento artístico fez e fará o mestrando crescer enquanto pessoa e profissional, carregando para sempre consigo uma enorme gratidão.

Seção II – Projeto de investigação

1. Introdução

O presente projeto de investigação pretende abordar as componentes orofaciais, tais como a embocadura, a obtenção de registos e a afinação, de forma sequencial e correspondente, aos níveis de ensino representados pelos cursos de iniciação, básico e secundário. Desta forma, com esta abordagem propomo-nos a apurar as adversidades manifestadas, no decurso da prática pedagógica entre docente e aluno, tendo em consideração a sua ação executante, mas também as suas alterações fisionómicas na região orofacial, que embora resultantes do crescimento físico do aluno, também acrescentam implicações à prática instrumental.

Para darmos resposta ao objetivo geral proposto, procedemos, numa primeira fase, à recolha empírica de dados, junto de docentes de flauta transversal e canto, de profissionais de outras áreas, como a medicina dentária, osteopatia, fisioterapia, quiroprática e medicina chinesa, assim como de alunos distribuídos pelos diferentes cursos artísticos especializados na área da música (iniciação, básico e secundário).

Com esta recolha procurámos identificar e compreender as componentes orofaciais em análise, de acordo com a sua distribuição pelos cursos de iniciação, básico e secundário. Assim sendo, analisámos a influência da mudança de dentição no processo de formação de embocadura nos alunos do curso de iniciação, assim como investigámos a influência do tratamento ortodôntico no processo de obtenção de registos para os alunos do curso básico e, por conseguinte, a influência da presença de pressões excessivas na prática flautista dos alunos do curso secundário de música.

Em resultado desta recolha, foi-nos possível reunir um conjunto de testemunhos de docentes de flauta transversal, que nos facilitaram a compreensão e interpretação das componentes orofaciais nos diferentes cursos de ensino; agrupar um leque de técnicas de relaxamento e, também, conhecer dispositivos de recurso, perante as adversidades à prática flautística.

Numa segunda fase, através de observação direta de aulas lecionadas e da docência a alunos dos diferentes cursos de ensino, procurámos perceber a influencia das técnicas de relaxamento orofacial e da ação dos dispositivos de prevenção à presença de dor e lesão na prática da flauta transversal. No decurso deste Estudo de Caso, desenvolvido no Conservatório Regional do Baixo Alentejo, na classe da Professora Elsa Marques, tivemos contacto com alunos dos diferentes cursos de ensino, tendo sido aplicado em contexto de aula, de forma transversal, as técnicas de relaxamento recolhidas. Contudo, no que diz respeito à aplicação de película de silicone de proteção bucal, a mesma foi apenas testada em aluno do curso básico.

De seguida daremos continuidade ao aprofundamento do Estado de Arte, no que concerne aos principais conceitos, que nos permitirão analisar a investigação desenvolvida em torno das componentes orofaciais em estudo, para os diferentes cursos de ensino especializado da música.

2. Estado de Arte

2.1. Região orofacial

A região orofacial é uma zona com verificação de mudanças fisionômicas que podem afetar a atividade performativa de um flautista. Ocorrências como, posicionamento dos dentes, mudança de dentição, movimentação dentária com consequentemente intervenção com aparelho ortodôntico ou até mesmo a presença de pressão excessiva nos constituintes da região orofacial são alguns exemplos de atividades que podem ter uma ação direta na atividade performativa. Modificações ou perturbações nos dentes, músculos, língua, articulação temperomandibular, entre outros podem desencadear barreiras à aprendizagem de um aluno de flauta transversal porque necessita completamente de toda a região orofacial.

O relatório vigente focou-se nas três problemáticas averiguadas anteriormente, sendo apresentadas de seguida os principais resultados da pesquisa bibliográfica-documental elaboradas ao longo da investigação. Toda a pesquisa serviu de suporte às questões analisadas posteriormente no presente relatório.

2.1.1. Posicionamento dos dentes

Edward Strayer (1938) através do seu artigo, *Musical Instruments as an Aid in the treatment of muscle defects and perversions*, categoriza os diferentes instrumentos adequados a cada classe de Angle. A Classe de Angle é uma classificação dividida em três partes, que se distinguem pela forma como os maxilares encaixam. Segundo o autor, a flauta e o flautim são propícios para os casos de Classe I (quando os molares superiores e inferiores encaixam perfeitamente) e Classe III (quando o molar superior ocluem¹ à frente do molar inferior) pois “apresentam lábio superior curto e aumento no tônus da musculatura lisa ou esquelética. Em ambas as divisões da Classe II e casos complicados da Classe I, eles são contraindicados” (Strayer, 1938, p. 27).

Matias (2021) expõe as ideias do trabalho de Swilley (1978) afirmando que o mesmo apresenta a ideia de que:

Um aluno com maxilares e dentes considerados normais, com regular relação entre si, apresenta vantagem no início. No entanto, quando existe uma saliência na mandíbula inferior, ou quando a superior é subdesenvolvida, a cabeça do instrumento, ao apoiar no lábio, precisa de ser virada mais para fora, para que o fluxo de ar entre no orifício sem forçar o lábio superior. (p. 74)

¹ Encaixam

Relativamente à flauta, Poter (1973) “relacionou o espaço mais amplo à esquerda do que à direita entre os incisivos superiores e inferiores presentes entre as arcadas do instrumentista à prática da embocadura da flauta especificamente para a saída da coluna de ar” (Porter, 1973 cit. por Pairol 2015, p. 4).

Rindisbacher et al. (1989) leva a cabo uma investigação sobre o impacto dos instrumentos musicais sobre a zona orofacial, tendo em conta as características morfológicas e a distribuição dos dentes. O autor refere que para produzir som na flauta, “o fluxo de ar que passa entre os lábios é influenciado pela tensão, e as forças que atuam sobre os dentes provêm principalmente dessa tensão” (Rindisbacher, p. 227).

Grammatopolus (2009) estudou os efeitos da prática performativa de um instrumento de sopro sobre a oclusão, chegando à conclusão que a mesma não influenciava, de forma significativa, a posição dos dentes inferiores.

Fernanda Pairol (2015) refere que cada flautista apresenta uma fisionomia particular, o que vai influenciar o ponto de posicionamento dos lábios, em relação ao porta-lábio da flauta. Uns flautistas podem assumir uma posição labial, em relação ao orifício do bocal, mais à esquerda ou mais à direita.

“O conhecimento do tipo facial e da classe de oclusão dentária (formas e proporções da face) pode direcionar o flautista a exercícios mais apropriados, tendo em consideração as suas características individuais” (Pairol, 2015, p. 306).

Bulhosa (2011) afirma que:

A execução dos instrumentos de sopro obriga a uma complexa interação neuromuscular, estabelecida entre os lábios e os músculos da face, e os dentes, palato, língua e a boquilha do instrumento. Tudo isto articulado com a produção, direção e intensidade da coluna de ar (ventilação), produz as sonoridades próprias de cada instrumento. (p. 114).

2.1.2 Aparelho ortodôntico

Segundo os estudos de Porter (1967) no rescaldo dos seus 12 artigos com a temática *Dental problems in Wind Instrument Playing* publicados pela *The British Dental Association* em conjunto com a *The British Medical Association*, verificou que existe impacto do uso de aparelho ortodôntico sobre a prática de flauta transversal, podendo trazer adversidades à prática com o surgimento de dores, desconforto, de tal forma que pode mesmo vir a impedir a prática.

A influência do aparelho ortodôntico sobre a região orofacial tem levado a cabo investigações em vários instrumentos de sopro, como é o caso das investigações evidenciadas desde seguida.

Segundo Silveira (2018) na sua investigação sobre *Estratégias de desenvolvimento da embocadura, técnica e preparação para performance do trompetista* refere que “Diversos fatores podem levar um instrumentista de sopro a buscar um tratamento ortodôntico, no entanto, mensurar as consequências futuras disso é quase impossível. Muitas implicações podem surgir devido à mínima modificação proporcionada por um tratamento.” (p.30)

Para além disto o autor evidencia que o uso do aparelho traz consigo problemas ao nível dos músculos da face, que contactam com as barquetes. Esta realidade vai trazer dificuldades na estabilização da embocadura e nas restantes atividades performativas.

Giard (2020) refere que a colocação de aparelho fixo vai perturbar o posicionamento confortável do indivíduo e que independentemente da tipologia do instrumento de sopro, o aparelho provocará o surgimento de dor e desconforto.

Nas investigações focadas na flauta transversal, Patrício (2021) revela os vários fatores, que se encontram envolvidos entre a prática instrumental e a utilização de aparelho ortodôntico:

O tempo de adaptação varia bastante, consoante a sensação que o aparelho cria em cada qual. Este período depende de variados fatores como o tempo de utilização do aparelho, a sensação de maior volume no lábio inferior (onde é pousado o lip plate da flauta), a mudança deliberada de embocadura e a motivação para estudar e adaptar-se num curto espaço temporal. (p. 84)

2.1.3 Pressões excessivas

A região orofacial é uma zona com um elevado risco associado ao desenvolvimento de pressões em excesso, devido à movimentação e oscilação dos seus constituintes. Desta forma, é importante a execução de técnicas, que promovam o relaxamento e um funcionamento mais seguro. Segundo Gonçalves (2012) “A prática regular de técnicas de relaxamento ajuda a reduzir o stresse corporal, impede o seu efeito cumulativo, melhora a memória e concentração, aumenta o desempenho e diminui a tensão muscular” (p. 16).

Miguel Clemente et al. (2019) desenvolveram uma investigação sobre a pressão provocada pelos instrumentos musicais nas regiões periorais do intérprete. O procedimento decorreu com a colocação de sensores piezoresistivos sobre o porta-lábio, boquilha ou bocal do instrumento, para medir essas forças de pressão. Em resultado, verificou-se que a flauta transversal foi o segundo instrumento a registar uma maior pressão sobre a cavidade oral, estando à sua frente apenas para o trombone.

Costa (2020) refere que, a prática de um instrumento musical, tende a potenciar o aumento das disfunções temporomandibulares:

Tocar um instrumento musical, tanto de sopro como de corda, que é mantido entre o ombro e o ângulo da mandíbula, pode sobrecarregar os músculos mastigatórios e o sistema esquelético orofacial, o que pode causar Disfunção Temporomandibular (doravante designada como DTM) ou agravar a DTM já existente. Infere-se que a relação entre tocar instrumentos de sopro e a DTM é mais forte (p. 3).

Nas investigações de Costa também podemos evidenciar considerações sobre a utilização de exercícios de relaxamento, verificando que, “a não realização de exercícios de relaxamento também se mostrou estatisticamente significativa e, mais especificamente, ao nível da incapacidade física e incapacidade psicológica” (Costa, 2020, p. 15).

Costa (2020) destaca ainda as considerações de Glowacka et al (2014) onde diz que, “a melhor forma de reduzir a dor muscular seria com o aquecimento dos músculos utilizados na prática musical” (p. 12).

Giard (2020) reflete sobre o posicionamento da flauta transversal, o comportamento dos constituintes e as pressões exercidas no ato de obter som. “A mandíbula é ligeiramente impulsionada de modo a colocar as duas arcadas ligeiramente abertos de borda a borda, e o lábio superior é esticado para baixo de modo a impulsionar o ar para baixo e modular este fluxo (...)” (p. 33)

Quando o processo de embocadura é realizado de forma correta, a pressão intraoral é reduzida, mas quando o processo é elaborado com pressões excessivas, pode colmatar o surgimento de dor e desconforto. “A pressão intraoral, até 2,5 kPa², é bastante baixa porque a ligação entre a boca e o bocal não é hermética. O ar passa "para fora", dissipando grandemente as tensões intraorais, uma vez que pode "escapar"”. (Giard, 2020, p. 38).

Ao longo dos anos tem aumentando o estudo sobre o impacto dos instrumentos sobre a cavidade oral. Segundo Sá (2022):

(..) de todos os instrumentos musicais, os de sopro são os que mais impacto poderão desencadear na saúde oral dos músicos. Um dos fatores associados ao impacto na saúde oral prende-se com as forças impostas na arcada dentária pela prática de instrumentos de sopro, que podem atingir 211g a 270g nos instrumentos de madeiras. (p. 16).

2.2. Temáticas que são afetadas pela região orofacial nos diferentes ciclos de ensino

Ao longo dos anos do ensino regular os temas a abordar em contexto de sala de aula são agrupados pelos diferentes níveis de ensino. Assim sendo para cada nível de ensino foi selecionada uma temática que estivesse intrinsecamente relacionada com a região orofacial. Foram foco de investigação o estabelecimento da embocadura, a obtenção de registos e o equilíbrio da afinação abordadas respetivamente na iniciação, básico e secundário, pela ordem apresentada anteriormente.

A temática da embocadura foi escolhida para estudo de investigação na iniciação, uma vez que é a base para todas as outras temáticas presentes na performance. O estabelecimento da embocadura permite ter controlo na respiração, na articulação, na agilidade e controlo dos registos, na qualidade da sonoridade, entre outros aspetos. Assim sendo, torna-se importante ter uma prática correta de embocadura, para que todas as outras vertentes não fiquem comprometidas.

Devemos iniciar este processo desde cedo, de forma a não criar ações e movimentações incorretas, situações estas que, numa idade já mais avançada, podem ser muito mais difíceis de reverter, devido ao facto de puderem já estar intrinsecamente enraizadas na nossa forma de tocar.

² Kilopascal – unidade-padrão de pressão

A temática da obtenção de registos foi selecionada como tema de estudo para o ensino básico, uma vez que este processo encontra-se também intimamente relacionado com a disposição da embocadura, fluxo de ar e ativação, não só da região orofacial, mas também de todo o corpo.

A obtenção de registos é um aspeto que deve, ao longo do tempo, ser um domínio dos flautistas. O mesmo deve ocorrer com agilidade e naturalidade de transição entre os vários registos, sem modificações constantes de embocadura, contudo com uma noção das diferenças que o fluxo, e velocidade do ar, devem tomar.

O ensino básico é um período que marca as transformações fisiológicas dos alunos, devido ao crescimento, portanto é de extrema importância abordar a temática da obtenção de registos neste período. A abordagem leva a que os alunos consigam adaptar-se e dominar este tema, mesmo com as suas mudanças morfológicas ao longo do tempo, à exceção dos períodos em que ocorre a ação externa de dispositivos como aparelhos ortodônticos, que serão também analisados nesta investigação.

A afinação, tema estudado mais pormenorizadamente no secundário, não requer apenas um domínio auditivo, mas também um domínio de execução orofacial, face a várias situações que possam ocorrer ao longo da performance.

Para além da afinação fixa, que deve ser controlada antes da performance, várias oscilações podem ocorrer ao longo do ato performativo, por parte do instrumentista, ou até mesmo dos colegas que o acompanham. Como tal, estas oscilações necessitam de uma resposta praticamente imediata, inerente à afinação móvel, de forma a estabelecer o equilíbrio da afinação. Aspetos como a flexibilidade dos lábios, retração do maxilar, ou oscilação do corpo da flauta, são processos que devem ser transmitidos aos flautistas essencialmente no período secundário, como forma de torná-los instrumentistas mais seguros, capazes, competentes e eficazes na sua prática.

2.2.1 Iniciação - Estabelecimento da Embocadura

Jean Joaquim Quantz foi o primeiro músico e compositor a retratar o processo de formação de embocadura, no seu tratado *Versuch einer anweisung die flöte traversiere zu spielen* (1752), que apesar de não se tratar da Flauta Transversal atual, mas sim do Traverso Barroco é de realçar as informações avançadas pelo mesmo.

Segundo Quantz (1752) ao tocar é preciso ter em atenção o movimento do queixo e dos lábios, uma vez que estes devem estar relaxados e adequados à sonoridade da flauta.

Altés (1880) refere que a borda do lábio inferior deve cobrir um quarto do orifício do porta-lábios. Para além disto a cabeça deve estar firme sobre a cabeça da flauta de forma a permitir uma postura confortável e estável. Os lábios terão de ser posicionados em direção do canto da boca e com o auxílio da língua, puxada para trás deve-se produzir som com a articulação “too” ou tendo em mente a letra “T”.

Por sua vez Taffanel e Gaubert, no seu *Método completo de flauta* (1923), revelam os principais fatores para uma adequada embocadura na flauta. “O método começa por apresentar estudos simples para a obtenção de um som bonito: notas longas, intervalos, notas ligadas e padrões simples” (Powell, 1994, cit. por Salomé Matias, 2021, p.50). Os autores descrevem estes atributos, como os “atributos físicos mais favoráveis para adquirir o controlo da embocadura” (Taffanel et al, 1923, p. 7).

Marcel Moyse, através do seu método *De la sonorité* (1934), realça que o sucesso para um som limpo e bonito não depende apenas da embocadura do flautista, nem da fisionomia no geral. Para o autor, este depende também de um trabalho diário, regular e equilibrado, de forma a proporcionar a ação natural dos lábios sobre o processo de embocadura. De acordo com esta perspetiva, “um trabalho metódico, seguido com inteligência, pode provocar mudanças importantes nos lábios” (Moyse, 1934, p. 2).

Howard Harrison, no seu método *How to play the flute* (1981) esquematiza o processo de formação de embocadura num exercício com quatro etapas. Harrison defende a centralização dos lábios com o porta-lábios, e um relaxamento sem presença de tensões. O autor, com recurso a um pequeno exercício, defende que o processo de formação de embocadura deve ser realizado apenas com a cabeça da flauta, para que o intérprete foque apenas a sua atenção na cavidade bucal. Para além desta informação, o autor refere que este processo pode não resultar logo nas primeiras tentativas, pois requer persistência e foco por parte do executante.

Nesta fase, Harrison (1981) aconselha a que o aluno:

Continue a tentar - com calma e sempre que puder, mas apenas por curtos períodos. (...). Quando tiver conseguido o som, tentar refinar a forma da abertura do lábio e do jato de ar. Se este for mais completo, forte e claro, o executante deve estar a fazer algo certo. (p. 10).

P. Bernold, ao publicar o seu método *Technique de Embouchure* (1990), realça que:

O trabalho de manutenção de uma boa embocadura deve ter um peso equilibrado, em relação a outros exercícios, como os arpejos ou as escalas. Por norma, o trabalho de um flautista é muito desequilibrado. A importância dada ao trabalho de controlo dos dedos e da articulação (geralmente referido como técnica) não pode ser comparada ao tempo dedicado ao som, considerado para si como essencial. (p. 51).

No mesmo ano de publicação do método de P. Bernold, Peter-Lukas Graf publica *Check-up*, um livro que sistematiza considerações e exercícios sobre respiração, embocadura, técnica, e outros aspetos que tornam o flautista num intérprete completo. Para o correto posicionamento da embocadura, o autor utiliza algumas técnicas estendidas, para colmatar algumas imperfeições. Podemos encontrar exercícios para cantar e tocar ao mesmo tempo, *whistle tones* e *glissandos*.

O autor defende que “os exercícios com *glissandos* vão permitir descobrir e praticar a posição básica ideal dos lábios, mandíbula e porta-lábios” (Graff, 1990, p. 14). “Os exercícios de cantar e tocar ao mesmo tempo vão permitir o relaxamento da laringe” (Graff, 1990, p. 15). E os *whistle tones* vão “proporcionar uma embocadura relaxada, porém precisa” (Graff, 1990, p. 16). Ou seja, Peter Graff defende que, todo o processo de estabilização de embocadura requer uma ativação geral de todo o complexo Crânio Cervical-Mandibular.

Goodwin (1998) publica o livro *The fife book* onde espelha alguns objetivos para o relaxamento do lábio superior. O autor aponta as diferentes expressões faciais que o aluno pode adotar e levá-lo à origem de tensões. Goodwin defende que, deve haver uma consciencialização do controle dos músculos faciais e de toda a cavidade oral, para impedir a criação de tensões desnecessárias.

Michel Debost (2002) defende, no seu livro *The Simple Flute: from A to Z*, que os diferentes obstáculos na prática da flauta transversal não se encontram isolados, mas sim conjugados como um todo. O autor afirma: “separar em compartimentos lógicos os vários aspetos da arte que é a música (técnica, som, articulação, interpretação) parece-me injustificável. Eu não consigo ver a divisão entre estas questões” (Debost, 2002, cit por Matias, 2021, p. 52). Sobre a embocadura, o autor consciencializa para a atividade da cavidade bucal, referindo que “Uma posição de

embocadura boa, estável e flexível deve ser a mesma para todos os registros. O movimento do queixo e lábios é contraproducente, especialmente sob estresse” (Debost, 2002, p. 69).

2.2.2 Ensino Básico - Obtenção de registros

Segundo Quantz (1752) ao tocar é preciso ter em atenção o movimento do queixo e dos lábios, uma vez que estes devem estar relaxados e adequados à sonoridade da flauta. A embocadura deve ter uma certa flexibilidade, para se adequar à melhor maneira de emitir som nas diferentes oitavas.

No seu tratado, Quantz defende que, na oitava mais grave da flauta, é necessária uma abertura de lábios mais larga e menos estreita, processo que vai apertar os lábios um pouco contra os dentes. Na segunda oitava, o lábio inferior deve avançar ligeiramente para a frente e, como tal, pressupões que a abertura dos lábios seja menos larga, logo, mais estreita.

Segundo Shepard (1990) a obtenção dos diferentes registros ocorre com a visualização, com a mudança de posição dos nossos lábios e com influência da velocidade de ar. Para a obtenção do registo grave, ou seja, para o alcance das “notas mais graves, o nosso lábio superior deve-se mover levemente para frente e para baixo. A abertura dos lábios deve ficar maior e mais relaxada” (Shepard, 1990, p.6).

Para a segunda oitava, para atingirmos o registo médio/agudo o autor refere que devemos “estretar a abertura dos lábios e soprar com um pouco mais de velocidade do que antes” (Shepard, 1990, p.7). Por sua vez, para o registo sobreagudo indica que à medida que atingimos notas mais agudas o lábio superior deve mover-se para cima e para trás. As notas agudas vão levar a que tenhamos de soprar mais provocando o estreitar e apertar da abertura do lábio.

Peter-Lukas Graf no seu livro *Check-up* (1990) conseguimos averiguar exercícios direcionados para a obtenção de registros, como por exemplo, a prática dos harmónicos, de forma a colmatar as principais adversidades. Com os harmónicos o autor defende que conseguimos “descobrir e praticar as posições de embocadura apropriadas para cada registo”. (Graf, 1990, p.30).

Peter-Lukas Graf (1990) refere ainda que:

Toque um mezzo forte firme e articule cada nota com um ataque limpo. Observe as mudanças de embocadura, principalmente na transição do primeiro para o segundo harmónico (oitava/quinto) e vice-versa. Os harmónicos marcados (seta para baixo) devem ser planos, e não devem ser corrigidos por meio de uma mudança de embocadura. A correção da entonação vem com o dedilhado normal. Compreenda a entoação do harmónico (plano) com a do dedilhado correto. (p. 31).

Para além da utilização dos harmónicos, o autor aborda exercícios baseados nos intervalos e na mudança de dinâmicas, tudo associado ao melhoramento da obtenção e passagem pelos diferentes registos. Nos intervalos pressupõe “uma mudança de registo fluente, um som uniforme e boa entoação” (Graf, 1990, p. 33). Exercícios com mudança de dinâmicas pressupõem “dinâmicas independentes de registos, entoação independente de dinâmicas e articulação independente de registos e de dinâmicas” (Graf, 1990, p. 34).

Debost (2002) expõe que “Uma posição de embocadura boa, estável e flexível deve ser a mesma para todos os registos. O movimento do queixo e lábios é contraproducente, especialmente sob estresse” (p. 69).

Hummel (2016) defende que os professores devem fornecer diferentes ferramentas, para que os alunos apresentem destreza e facilidade, dentro da mobilidade e flexibilidade dos lábios superiores e inferiores.

Cameira (2018) realça na sua investigação considerações sobre Hummel:

Salienta que, a movimentação dos lábios para a frente e para trás, permite ter controlo nas mudanças de registo, afinação e dinâmica. Sem descurar o controlo da velocidade e pressão do ar, a flexibilidade da embocadura é o que possibilita esse controlo, sugerindo que tocar oitavas é um bom ponto de partida para ganhar essa flexibilidade (p. 8).

2.2.3 Ensino Secundário - Equilíbrio da afinação

Werner Ritcher (1987) destaca no seu livro a interpretação da afinação segundo Moser, onde a entende como o ponto de "afinação certa e pura" (p.167).

Apesar de existirem procedimentos corretos para a estabilização da afinação, é necessário por vezes a adaptação dos lábios, do ângulo de incidência, do fluxo de ar atendendo " às necessidades harmónicos e melódicas" (Ritcher, 1987, p. 167) tanto a solo como em grupo.

Ritcher (1987) refere que os músicos trabalham muito a afinação num contexto individual, ou seja, no seu estudo individual. Contudo, o mesmo cita que "a prática musical seria mais importante aprendendo a afinar através de uma composição polifónica" (Volgel, p. 31, cit. por: Ritcher, 1987, p. 167), pois acaba por ser um processo mais complexo do que tocar apenas a solo.

Woltzenlogel (1995) refere que as flautas “são geralmente construídas com o diapasão em Lá=440Hz. Para baixar a sua altura deve-se afastar o bocal do corpo. O movimento inverso fará o diapasão voltar à altura original” (p. 29).

Mascolo et al. (2019) refere no seu *Método de Iniciação de Flauta Transversal* que "A afinação principal da flauta, também chamada de afinação fixa, é a posição da parede superior do bocal a 17,3 mm do centro do furo do porta-lábio" (p. 12).

Streitová (2011) na sua investigação averigua os benefícios das técnicas contemporâneas na sonoridade da Flauta Transversal. Através da sua recolha de dados conseguimos averiguar os benefícios dos glissandos, do *vibrato*, entre tantas outras técnicas contemporâneas de forma a proporcionar o equilíbrio do correto fraseio e afinação. Os glissandos, por exemplo, podem ser utilizados como "um método de aprender a controlar a produção sonora em condições diferentes, ou seja, em posições extremas da cabeça da flauta." (Streitová, 2011, p. 110).

Os glissandos podem contribuir para a flexibilidade "do lábio inferior, pois este juntamente com os movimentos do queixo acompanha todo o processo" (Streitová, 2011, p. 110) do movimento e rotação da flauta. Todo este processo traz benefícios também à afinação, pois o lábio inferior também tem um papel predominante no equilíbrio da afinação.

3. Objetivos

Objetivos gerais

Abordar uma componente da região orofacial manifestada em cada nível de ensino, e averiguar as principais adversidades para as temáticas abordadas entre docente e aluno de flauta transversal.

Objetivos específicos

- Verificar a principal sintomatologia trazida pela adversidade, que surja em cada nível de ensino (iniciação, básico e secundário);
- Verificar a influência da sintomatologia numa das temáticas abordadas na prática do aluno de Flauta Transversal;
- Averiguar metodologias e práticas recomendadas por profissionais da área da medicina;
- Averiguar exercícios e métodos realizados por docentes de flauta transversal, que colmatem as adversidades trazidas na prática instrumental;
- Sugerir formas e estratégias que possibilite aos alunos o equilíbrio entre a saúde da região orofacial, e a prática de Flauta Transversal.

4. Metodologia

A metodologia utilizada foi a pesquisa bibliográfico-documental, observação direta, aplicabilidade de exercícios e testagem de dispositivos ao longo da observação. Foi também utilizada a investigação qualitativa através de utilização de inquérito por entrevista e inquérito por questionário.

Foram averiguados métodos e estratégias de professores de ensino de flauta transversal e de especialistas medicinais. Estes métodos e estratégias foram avaliados de forma a elaborar uma síntese, para averiguar a sua aplicabilidade em termos pedagógicos. Como tal, esta síntese teve como fruto a elaboração de uma proposta de resolução de algumas questões no ensino da flauta transversal.

Dentro da pesquisa documental foi realizado um estudo da bibliografia das temáticas de cada nível de ensino, que estejam diretamente influenciadas pela região orofacial.

Em seguida segue-se um resumo das principais etapas da metodologia:

- Estudo da bibliografia sobre as adversidades da região orofacial, que afetem as temáticas abordadas em cada nível de ensino;
- Pesquisa de visão medicinal sobre as temáticas abordadas;
- Pesquisa de visão do ensino sobre as temáticas abordadas;
- Apresentação de estratégias, metodologias e dispositivos que possibilitem a manutenção da saúde orofacial, e da prática da flauta transversal.

4.1. Estudo de caso – Influência de dispositivos ou técnicas de relaxamento orofacial nas temáticas dos vários níveis de ensino de Flauta Transversal

A metodologia selecionada para a investigação é o estudo de caso, no Conservatório Regional do Baixo Alentejo, mais especificamente, na classe de flauta transversal da docente Elsa Marques, abrangendo os níveis de iniciação, básico e secundário. Para a recolha de dados, optamos pelas técnicas de observação direta, uma vez que o investigador marcou presença em espaço de aula ao longo do estágio, e a aplicação de inquérito por entrevista aos alunos observados, com quem o investigador trabalhou a aplicação de:

- Técnicas de relaxamento, recolhidas previamente junto de profissionais de medicina alternativa, assim como de uma professora de Canto;
- Película de silicone com os alunos que utilizaram aparelho ortodôntico.

Objetivos

Objetivo geral

Perceber a influência das técnicas de relaxamento orofacial e ação de dispositivos que previnem dores e lesões na prática da flauta transversal.

Objetivo específico

As tabelas seguintes esquematizam o objetivo pretendido para cada nível de ensino.

Procedimento A

Tabela 21

Temáticas por nível de ensino em observação de forma a averiguar a influência das técnicas de relaxamento orofacial sobre as mesmas.

Testagem de Técnicas de relaxamento		
Nível	Temática abordada em análise	Finalidade
Iniciação	Embocadura	Perceber a influência que a técnica de relaxamento pode ter na estabilização da embocadura.
Básico	Obtenção de Registos	Perceber a influência que a técnica de relaxamento pode ter na agilidade da obtenção de registos.
Secundário	Afinação	Perceber a influência que a técnica de relaxamento pode ter na estabilização da afinação.

Procedimento B

Tabela 22

Aplicação da película de silicone na região intraoral de forma a verificar a sua influência na obtenção de registos.

Aplicação da película de silicone	
Nível	Finalidade
Básico	Verificar a ação da película de silicone para proteção da cavidade oral, sem riscos de lesões ou dores, com a sucessiva agilidade na obtenção de registos.

Descrição - Procedimento A

A observação decorreu ao longo de seis sessões, com tempo previsto de três meses de duração. Os alunos estiveram divididos em três grupos, consoante o nível em que cada um se encontra. O grupo A é formado pelos alunos de iniciação, o grupo B é formado pelos alunos do básico e o grupo C é formado por alunos do secundário (ou em caso de carência de alunos neste nível, formado também por alunos que se encontrem no final do básico).

A cada grupo foram apresentadas técnicas de relaxamento orofacial, que permitem o relaxamento dos constituintes e que, conseqüentemente, também permitem a continuação do desenvolvimento da temática que se encontram a abordar em sala de aula.

As temáticas escolhidas para investigação são a embocadura, obtenção de registos e afinação. Cada temática é abordada em cada nível de ensino apresentado anteriormente.

Para a iniciação, analisamos a influência das técnicas de relaxamento na estabilização da embocadura. No básico, verificamos a ação das técnicas na agilidade de obtenção de registos e, por último, ao nível do secundário, analisamos a influência das técnicas no equilíbrio da afinação da Flauta Transversal.

A cada duas sessões foi executado, pelo aluno, um exercício (num total de três) utilizado no ensino formal para a prática correta da temática selecionada.

Para um mesmo exercício, numa sessão o aluno executou o mesmo logo a seguir à aplicação de técnicas de relaxamento orofacial. Na segunda sessão, o aluno realizou o mesmo exercício sem ter aplicação de técnicas.

Posteriormente foram realizados mais dois exercícios, com a mesma finalidade, pela ordem de execução apresentada anteriormente.

Ao longo de todo o processo foi aplicada a observação direta, com sucessivo registo em diário de observação. No final, foi analisada a influência das técnicas de relaxamento na prática correta do tema a abordar em cada nível.

Tabela 23

Síntese do procedimento A e a aplicação executada nas sessões com os alunos de cada grupo.

Grupos	Alunos	Técnicas aplicadas	Recursos materiais	Tema em análise	Exercícios práticos na flauta	Sessões	Resultados
Grupo A Iniciação	Aluno A Aluno B	<ul style="list-style-type: none"> • Murmúrios de boca fechada; • Movimentos circulares ao redor da parte exterior dos dentes; • “Choro do recém-nascido”; • Língua sobre o palato. 	Espelho	Embocadura	<p>Exercício A Ex. 4 do Método Completo para Flauta de P. Taffanel e P. Gaubert;</p> <p>Exercício B Ex. 5 do Método Completo para Flauta de P. Taffanel e P. Gaubert;</p> <p>Exercício C Ex. 6 do Método Completo para Flauta de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>	<p>Sessão 1,3,5 Aplicação de técnicas de relaxamento aliados aos exercícios práticos;</p> <p>Sessão 2,4,6 Exercício prático sem técnica.</p>	Análise dos resultados obtidos com e sem aplicação das técnicas de relaxamento orofacial na estabilização de uma correta embocadura sem pressões excessivas associadas.
Grupo B Básico	Aluno C Aluno D	<ul style="list-style-type: none"> • Murmúrios de boca fechada; • Movimentos circulares ao redor da parte exterior dos dentes; • “Choro do recém-nascido”; • Língua sobre o palato; • Compressão e relaxamento do corpo; • Exercício de alongamento da articulação da ATM; • Alongamento do tronco e braços. 	Espelho	Obtenção de registros	<p>Exercício A Ex de obtenção de registros Pág. 13 – T. Wye 1- <i>Tone</i>;</p> <p>Exercício B Exercício 5 da Pág. 21 do <i>Desarollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick;</p> <p>Exercício C Ex. 13 pag 32 do Método de <i>Check-Up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>	<p>Sessão 1,3,5 Aplicação de técnicas de relaxamento aliados aos exercícios práticos;</p> <p>Sessão 2,4,6 Exercício prático sem técnica.</p>	Análise dos resultados obtidos com e sem aplicação das técnicas de relaxamento orofacial na estabilização de uma correta embocadura sem pressões excessivas associadas.
Grupo C Secundário*	Aluno E Aluno G	<ul style="list-style-type: none"> • Murmúrios de boca fechada; • Movimentos circulares ao redor da parte exterior dos dentes; • “Choro do recém-nascido”; • Língua sobre o palato; • Compressão e relaxamento do corpo; • Exercício de alongamento da articulação da ATM; • Alongamento do tronco e braços. 	Espelho e afinador	Afinação	<p>Exercício A Ex. 4 da pag. 14 do Método de <i>Check-Up</i>, de Peter-Lukas Graf;</p> <p>Exercício B Exercício de glissandos da Pág. 27 do <i>Desarollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.;</p> <p>Exercício C Ex.12 da Pág. 30 do Método de <i>Check-Up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>	<p>Sessão 1,3,5 Aplicação de técnicas de relaxamento aliados aos exercícios práticos;</p> <p>Sessão 2,4,6 Exercício prático sem técnica.</p>	Análise dos resultados obtidos com e sem aplicação das técnicas de relaxamento orofacial na estabilização de uma correta embocadura sem pressões excessivas associadas.

Uma vez que os alunos de iniciação, atendendo à sua faixa etária, têm um menor foco e tempo de atenção, foram apenas selecionadas técnicas de relaxamento focadas na região orofacial, de forma a que os alunos centrassem a sua atenção neste ponto.

Para o ensino básico e secundário, foram também implementadas técnicas de relaxamento do corpo, na sua globalidade. O objetivo principal, pretendia contribuir para a diminuição de tensões provocadas por stress ou ansiedade. Em comparação com o nível de iniciação, estes aspetos afetam mais os alunos dos níveis básico e secundário, devido ao facto de existir uma maior responsabilização e, seriedade, a afetar a prática instrumental.

Descrição - Procedimento B

Apesar da película de silicone puder também ser uma ferramenta a explorar com os alunos de iniciação, não foi aplicado nesta fase de ensino, uma vez que todos os alunos já possuíam dentes incisivos superiores e inferiores definitivos, dentes que influenciam mais a coluna de ar. Como tal, averiguámos a influência da película no ensino Básico.

Com o aluno que tinha aparelho ortodôntico foi pretendido testar a aplicabilidade da película de silicone na proteção da cavidade orofacial na abordagem da obtenção de registos.

Esta testagem foi realizada no ensino básico, uma vez que é o período escolar que abrange a faixa etária correspondente à aplicação de aparelhos dentários fixos, de uma forma mais habitual.

Foram realizadas seis sessões intercaladas. Em três das sessões os alunos não utilizaram qualquer dispositivo na cavidade orofacial. Nas outras três sessões os alunos utilizaram a película de silicone da Omniguard.

A cada duas sessões os alunos executaram um exercício diferente para a otimização da obtenção de registos, na primeira sem nenhum dispositivo na região intraoral e, na segunda, já com a aplicação da película de silicone. Em cada sessão foi analisado o comportamento da cavidade oral na obtenção de registos através de um diário de observação.

Tabela 24

Síntese do procedimento B e a aplicação executada nas sessões com os alunos de cada grupo.

Alunos	Dispositivo a aplicar na região orofacial	Recursos didáticos	Exercícios práticos na flauta	Sessões	Resultados
Aluno E	Película de silicone	Espelho	Exercício A Ex. 13 do Método de <i>Check-Up</i> , de Peter-Lukas Graf. Exercício B Exercício 5 da Pág. 22 do <i>Desarrollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick. Exercício C Ex. 13 Pág. 32 do Método de <i>Check-Up</i> , de Peter-Lukas Graf.	Sessão 1,3,5 Elaboração dos exercícios. Sessão 2,4,6 Exercício prático com película de silicone.	Em cada sessão foi analisado o comportamento da cavidade oral na obtenção de registos através de um diário de observação.

5. Região orofacial e a sua ação sobre a prática da flauta transversal

A região orofacial compreende todos os constituintes ao redor da cavidade oral. Dentro desses elementos podemos enumerar os dentes, as gengivas, os músculos, a mandíbula, as articulações, região das tonsilas palatinas, entre outros.

A região oral é formada por duas zonas, sendo elas a região vestibular da boca e a cavidade própria da boca. A região vestibular da boca é o espaço existente entre os dentes/ gengiva e os lábios, enquanto a cavidade própria da boca é formada pelo espaço entre as arcadas superiores e inferiores. Este espaço mencionado, quando a cavidade oral se encontra cerrada, é ocupado pela língua.

A região oral é também conhecida como sistema estomatognático. Dentro deste sistema estão inseridos os ossos da face (principalmente a mandíbula e maxila); glândulas salivares; articulações (articulações temporomandibular); músculos; vasos sanguíneos e linfáticos associados, e sistema nervoso (fibras proprioceptivas, exteroceptiva e motoras)

Tabela 25

Constituintes que formam a região orofacial – dentes e músculos.

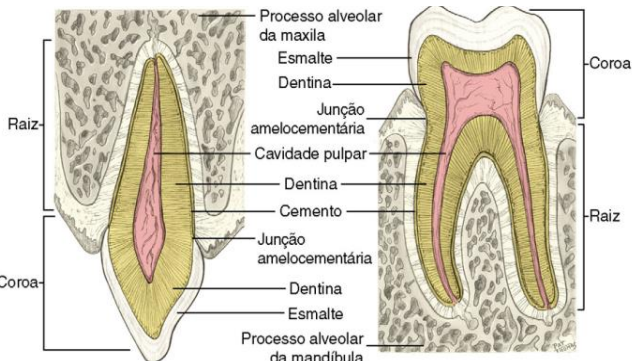
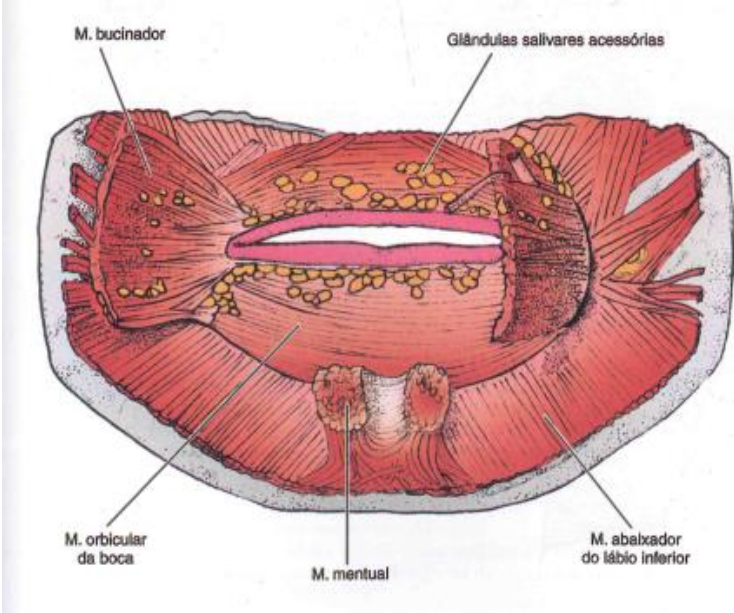
Constituinte	Representação
Dente	<p>Figura 4</p> <p>Dente e os seus constituintes</p>  <p>Nota. Bath-Balogh, Margareth J. Fehrenbach (2012) <i>Anatomia, Histologia e Embriologia dos Dentes e das Estruturas Orofaciais</i>. Elsevier Editora Ltda. p.13</p>
Músculos da região orofacial	<p>Figura 5</p> <p>Músculos da região orofacial.</p>  <p>Nota. Teixeira, L. & Reher, P. & Reher, V. (2008) <i>Anatomia aplicada à Odontologia</i>. Guanabara Koogan p. 73</p>

Tabela 26

Constituintes que formam a região orofacial – lábios e língua.

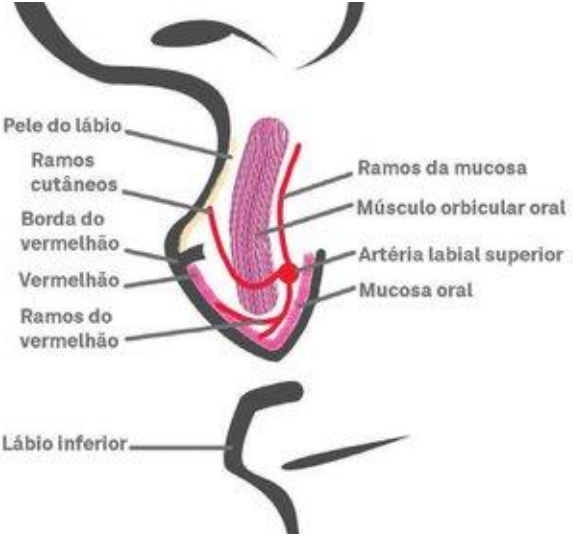
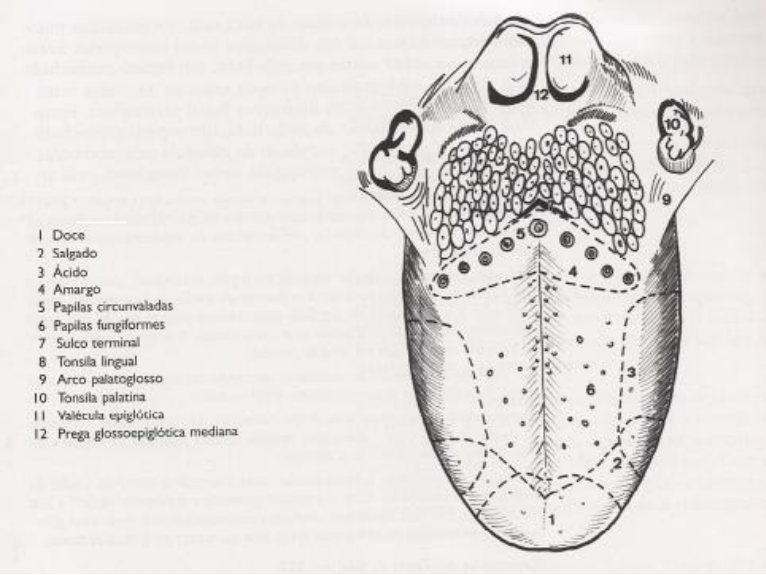
Constituinte	Representação
Lábios	<p>Figura 6</p> <p>Lábios e os seus constituintes.</p>  <p>The diagram illustrates the anatomy of the lips. On the left, labels point to the 'Pele do lábio' (lip skin), 'Ramos cutâneos' (cutaneous branches), 'Borda do vermelhão' (vermillion border), 'Vermelhão' (vermillion), and 'Ramos do vermelhão' (vermillion branches). On the right, labels point to the 'Ramos da mucosa' (mucosal branches), 'Músculo orbicular oral' (orbicular oris muscle), 'Artéria labial superior' (superior labial artery), and 'Mucosa oral' (oral mucosa). Below the main diagram, the 'Lábio inferior' (lower lip) is shown in a separate view.</p> <p>Nota. Paixão, M. (2015). Conheça a anatomia labial? Implicações para o bom preenchimento Surg Cosmet Dermatol; vol. 7(1):10-6.</p>
Língua	<p>Figura 7</p> <p>Língua e as suas várias áreas.</p>  <p>The diagram shows the tongue with various anatomical features numbered 1 through 12. A legend on the left identifies these features: 1 Doce (Sweet), 2 Salgado (Salty), 3 Ácido (Acidic), 4 Amargo (Bitter), 5 Papilas circunvaladas (Circumvallate papillae), 6 Papilas fungiformes (Fungiform papillae), 7 Sulco terminal (Terminal sulcus), 8 Tonsila lingual (Lingual tonsil), 9 Arco palatoglosso (Palatoglossal arch), 10 Tonsila palatina (Palatine tonsil), 11 Valecula epiglótica (Epiglottic vallecula), and 12 Prega glossoepiglótica mediana (Median glossoepiglottic fold).</p> <p>Nota. Madeira (2004) <i>Anatomia da Face Bases Anatomofuncionais para a prática odontológica</i>. Savier p. 133</p>

Tabela 27

Constituintes que formam a região orofacial – mandíbula e maxilar.

Constituinte	Representação
Mandíbula	<p>Figura 8</p> <p>Mandíbula e os seus constituintes.</p> <p>Nota. Teixeira, L. & Reher, P. & Reher, V. (2008) <i>Anatomia aplicada à Odontologia</i>. Guanabara Koogan p. 31</p>
Maxilar	<p>Figura 9</p> <p>Maxilar.</p> <p>Nota. https://www.sanarmed.com/resumo-de-ossos-da-face</p>

Capítulo da Iniciação

A influência da mudança de dentição no estabelecimento da embocadura na iniciação

6. A influência da mudança de dentição no estabelecimento da embocadura na iniciação

6.1. A estabilização da embocadura

A Flauta é um instrumento de sopro que pertence aos aerofones, sendo descrita como um tubo com embocadura de aresta, tal como a flauta de bisel, ou tubos flautados.

“A produção de som ocorre a partir do momento em que, uma coluna de ar entra dentro do tubo, sendo colocada em movimento através da emissão de ar, por parte do executante” (Araújo, 2000, p.1). O tubo da flauta é descrito como aberto, de forma cilíndrica e com chaves que revestem os orifícios.

Contudo, para produzir som, é necessário que o flautista execute o que denominamos por embocadura, isto é, o modo como o executante coloca os lábios, de forma a ser possível direcionar o ar para dentro do instrumento e, produzir som.

A qualidade da emissão sonora também se encontra dependente da embocadura, uma vez que o ângulo de projeção de ar vai ser influenciado pela mesma, estando a qualidade da emissão dependente da quantidade de ar que entra no instrumento. Quando há uma elevada porção de ar que é exteriorizada, o som fica sujo e desfocado, perdendo qualidade.

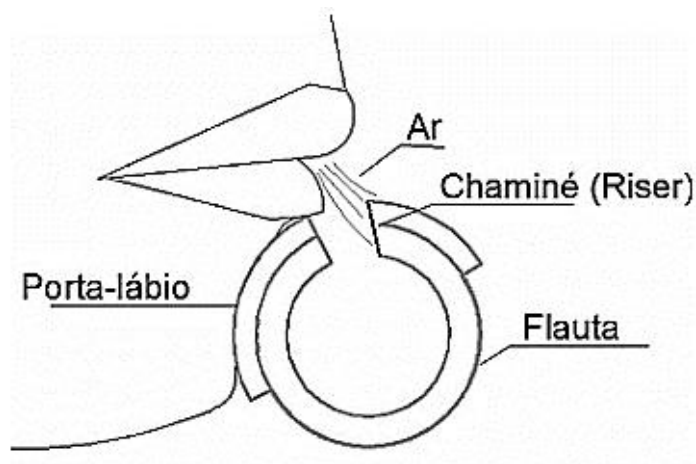
A conceção de embocadura foi modificando ao longo do tempo, porém existem pilares que permanecem nas premissas dos especialistas. Os aspetos fundamentais para a formação da embocadura são: a colocação dos lábios; a direção do ar e a sustentação dos intervenientes da cavidade bucal (dentes, músculos, língua, entre outros).

Segundo Mascolo (2019):

O porta-lábio deve ser encostado sobre o lábio inferior, na parte côncava do queixo, de modo a que o lábio ocupe um quarto do orifício. O lábio superior deve estar um pouco mais à frente, permitindo, ao soprar, que o ar entre em contacto com a parede da chaminé do furo do bucal (Riser), levando a que haja uma repartição do ar, entrando a maior parte na flauta e, o restante perde-se para o ar livre. (p. 16).

Figura 10

Posição da Embocadura do flautista.



Nota. Mascolo, N. (2019). Método de iniciação em Flauta Transversal Teoria e prática passo a passo. Copyright Site Estudantes de Flauta Transversal & Mascolo Flute Center. p.14

Os lábios devem estar os mais centrados possíveis com o orifício, sem criar tensões (esticar os cantos) ou compressões excessivas, que por sua vez afetarão a qualidade do som.

Apesar destas informações, cada ser humano apresenta características fisionômicas específicas, o que torna a explicação apresentada, apenas num guia de procedimento geral de como o flautista deve procurar a sua embocadura estável.

Neste sentido, a embocadura de um flautista pode apresentar as mais diversas formas e ser considerada correta ou funcional, desde que o próprio flautista se sinta bem, de forma a exprimir tudo o que pretende com o seu som. (Matias, 2021, p. 84).

Porém, é importante que o flautista procure aproximar-se o mais possível das características de execução de embocadura, anteriormente mencionadas. Taffanel e Gaubert enumeram algumas características fisionômicas pertinentes, que contribuem para uma melhor execução de embocadura. Para Taffanel et al (1971), “o executante deve ter lábios nem finos nem grossos, dentes regulares, maxilar não proeminente e parte superior do queixo ligeiramente côncava.” (p. 7).

Primordialmente, no ensino da flauta, existia uma grande tendência para a embocadura de sorriso, contudo hoje conclui-se que esta acabava por não ser benéfica para o flautista, uma vez que este tipo de embocadura exerce alguma tensão nos cantos da boca.

Segundo Galway (1982) embocaduras semelhantes podem produzir sonoridades completamente diferentes, enquanto sonoridades parecidas podem ser produzidas por embocaduras aparentemente diferentes. Ou seja, existem diferentes tipos de embocadura, embora partam todas de um procedimento geral de relaxamento e naturalidade.

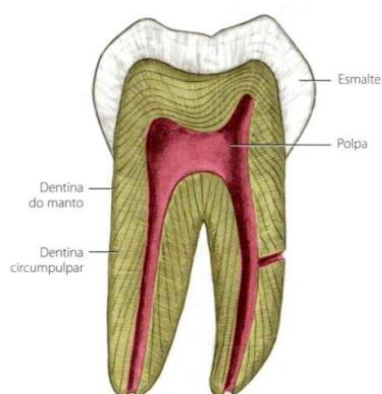
Quantz (1752) afirma que no processo de procura de embocadura, para o Traverso Barroco, o executante deve soprar para a flauta sem colocar os dedos nos orifícios, para que consiga encontrar a melhor embocadura para si, colocando os lábios da mesma maneira, até que haja uma linha formada no lábio devido à aresta do tubo. Por outro lado, Taffanel e Gaubert (1923), já para a flauta que conhecemos hoje, sugerem que este procedimento, de procura de embocadura, seja realizado apenas com a cabeça da flauta. Os autores explicam que, os lábios devem estar próximos sem pressionar, de modo a que seja possível estica-los suavemente e repousem sobre os dentes. Ao executar o procedimento anterior, conseguimos visualizar um pequeno espaço entre os lábios e os dentes. “Estes últimos devem ser mantidos quase na mesma posição que ocupam, quando a boca está entreaberta” (Taffanel et al, 1958, p.5).

6.2. A influência da dentição no processo de estabilização da embocadura

Os dentes fazem parte do sistema estomatognático. Dentro deste sistema estão inseridos os ossos da face (principalmente a mandíbula e maxila); glândulas salivares; articulações (articulações temporomandibular); músculos; vasos sanguíneos e linfáticos associados e sistema nervoso (fibras proprioceptivas, exteroceptiva e motoras).

Figura 11

Elementos presentes na constituição do dente humano.



Nota. Pairol, F. (2015) Implicações pedagógicas da correlação entre a oclusão dentária e a formação da embocadura do flautista. Escola de Comunicações e Artes ECA – Departamento de Música. p. 15

A dentição tem funções ativas e passivas. As funções ativas estão associadas à mastigação, deglutição e fonação. As funções passivas, por sua vez, estão direcionadas para a oclusão, estética, proteção e sustentação de tecidos moles.

No caso da embocadura dos instrumentos de sopro, os dentes desempenham uma função passiva, pois têm a tarefa de sustentar os tecidos moles. A posição dos lábios, bochechas, língua e a sua movimentação na produção de notas, são fatores que estão diretamente relacionados com o posicionamento dos dentes.

A disposição da maxila sobre a mandíbula, a movimentação isolada dos dentes, ou até mesmo a maloclusão podem influenciar o processo de embocadura e conseqüentemente a direção e o fluxo que o ar irá tomar.

Porém, fora a parte estas considerações morfológicas, o período de dentição em que o aluno se encontra vai determinar as dificuldades que o mesmo vai ter ao abordar a questão da embocadura.

Existem três fases da dentição durante a vida do ser humano, nomeadamente a dentição decídua, a dentição mista e a dentição permanente, que irão trazer várias mudanças na morfologia do ser humano.

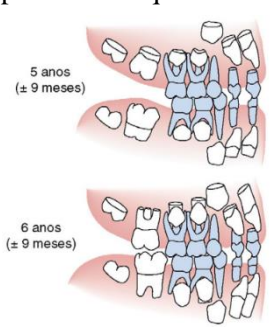
Tabela 28

Fases da dentição e as suas principais observações

Fases da dentição	Observações
Dentição decídua	<ul style="list-style-type: none"> O primeiro conjunto de dentes que um ser humano apresenta; Surge por volta dos seis meses de idade e completa-se na faixa dos dois anos e meio.
Dentição mista	<ul style="list-style-type: none"> Inicia nos 6 anos de idade e vai até aos 11 anos; Há frequente esfoliação³, pois os dentes decíduos estão a ser substituídos pela dentição permanente.
Dentição permanente	<ul style="list-style-type: none"> Dentes que em circunstâncias normais permanecem até ao fim de vida do indivíduo. Substituem os dentes decíduos; Surge por volta dos 6/7 anos e completa-se por volta dos 20/21 anos (com os surgimentos dos dentes do siso).

Tabela 29

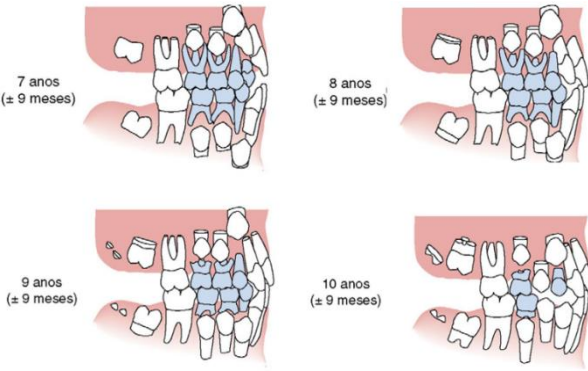
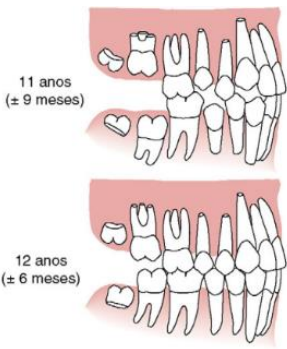
Representação da Dentição Decídua.

Dentição Decídua	<p>Figura 12</p> <p>Dentição Decídua entre os cinco e os seis anos. A azul estão representados os dentes decíduos e a branco os dentes da dentição permanente que irão substituir os anteriormente mencionados.</p>  <p>O diagrama mostra duas representações da dentição humana. A primeira, rotulada '5 anos (± 9 meses)', mostra uma arcada com dentes decíduos (brancos) e dentes permanentes (azuis) que estão a surgir. A segunda, rotulada '6 anos (± 9 meses)', mostra a dentição mista com mais dentes permanentes (azuis) presentes e alguns dentes decíduos (brancos) a serem substituídos.</p> <p>Nota. Bath-Balogh, Margareth J. Fehrenbach (2012) Anatomia, Histologia e Embriologia dos Dentes e das Estruturas Orofaciais. Elsevier Editora Ltda. p.70 -72</p>
------------------	--

³ Queda (neste caso dos dentes).

Tabela 30

Representação da Dentição Mista e Dentição Permanente.

<p>Dentição Mista</p>	<p>Figura 13</p> <p>Dentição Mista entre os sete e os 10 anos. A azul estão representados os dentes decíduos e a branco os dentes da dentição permanente que irão substituir os anteriormente mencionados.</p>  <p>7 anos (± 9 meses)</p> <p>8 anos (± 9 meses)</p> <p>9 anos (± 9 meses)</p> <p>10 anos (± 9 meses)</p> <p>Nota. Bath-Balogh, Margareth J. Fehrenbach (2012) <i>Anatomia, Histologia e Embriologia dos Dentes e das Estruturas Orofaciais</i>. Elsevier Editora Ltda. p.70-72.</p>
<p>Dentição Permanente</p>	<p>Figura 14</p> <p>Dentição Permanente entre os 11 e os 12 anos. A azul estão representados os dentes decíduos e a branco os dentes da dentição permanente que irão substituir os anteriormente mencionados.</p>  <p>11 anos (± 9 meses)</p> <p>12 anos (± 6 meses)</p> <p>Nota. Bath-Balogh, Margareth J. Fehrenbach (2012) <i>Anatomia, Histologia e Embriologia dos Dentes e das Estruturas Orofaciais</i>. Elsevier Editora Ltda. p.70-72.</p>

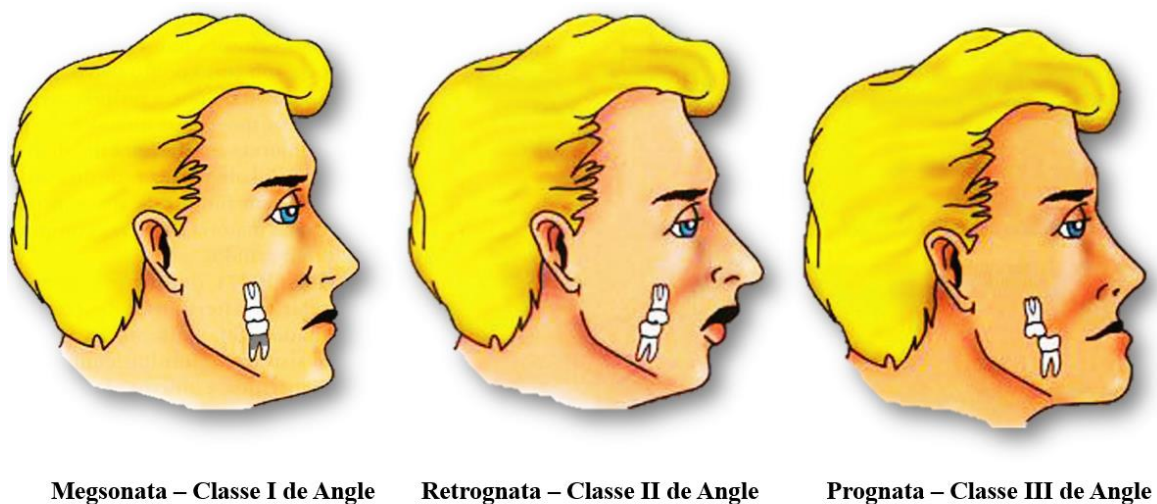
Existem outras mudanças na dentição, que ocorrem ao longo do crescimento do ser humano e no decurso de alterações na sua fisionomia, com implicações na embocadura do flautista. Um destes aspetos é denominado de oclusão dentária. Este termo refere-se ao contacto dos dentes superiores com os inferiores, ao fechar a boca. Ou seja, a disposição e a forma como os dentes se organizam também vai influenciar a dificuldade ou facilidade com que o aluno executa a sua embocadura.

A queda de dentes pode, ou não, ter uma ação significativa dependendo da forma como os alunos dispõem os dentes na cavidade bucal.

Edward Angle (1855-1930) dedicou-se à investigação sobre a oclusão dentária. Através das suas investigações propôs uma classificação em três classes, que é utilizada ainda nos dias de hoje. Na figura 15 conseguimos visualizar cada classe e na tabela 28, conseguimos visualizar ao pormenor, informações referentes também a cada Classe de Angle.

Figura 15

Classificação de Edward Angle.



Nota. Ferreira, F. (2008) Ortodontia- Diagnostico e planeamento clínico. Artes Médicas. Porto Alegre. p. 100-109.

Tabela 31

Classificação de Angle e observações mais detalhadas de cada classe.

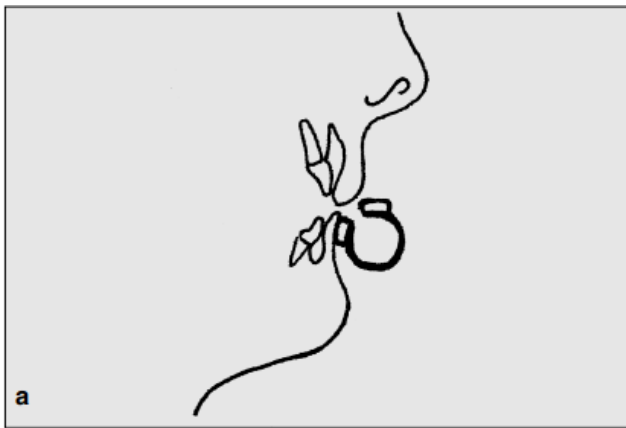
Classes de Angle	Definição	Observações
Classe I	Estamos perante a classe I de Angle quando o molar superior oclui perfeitamente no molar inferior.	<ul style="list-style-type: none"> • Perfil facial reto; • “Equilíbrio entre as funções da musculatura peribuca, mastigadora e da língua” (Ferreira, 2008, p. 100).
Classe II	Classe II – 1º divisão Estamos perante a classe II de Angle quando o molar superior oclui mesialmente (a meio) do molar inferior, porém apresenta também inclinação vestibular dos incisivos superiores.	<ul style="list-style-type: none"> • Perfil facial convexo; • Desequilíbrio da musculatura facial; • Distanciamento vestibulo lingual entre incisivos superiores e inferiores- denominado por sobressaliência ou “overjet”; • Mordida profunda - devido à alteração provocada pela sobressaliência; • Mordida aberta; • Problemas de espaço - falta ou excesso nas arcadas; • Cruzamento de mordidas - lingualização dos pré-molares e molares superiores; • Más posições dentais individuais.
	Classe II - 2º divisão Estamos perante a classe II de Angle quando o molar superior oclui mesialmente (a meio) do molar inferior contudo sem sobressaliência dos incisivos superiores.	<ul style="list-style-type: none"> • Perfil facial reto e levemente convexo; • Musculatura equilibrada ou pouca alteração; • Mordida profunda anterior - quando não há contacto interinsical; • Quando a malo-oclusão ocorre apenas num dos lados usa-se o termo subdivisão.
Classe III	Estamos perante a classe III quando o molar superior oclui atrás do molar inferior.	<ul style="list-style-type: none"> • Perfil facial Côncavo; • Musculatura em geral desequilibrada; • Cruzamento de mordidas anteriores e inferiores frequentes; • Problemas de espaço (falta ou excesso); • Mordidas abertas ou profundas; • Más posições dentais individuais.

A oclusão dentária está patente no processo de formação de embocadura, pois vai influenciar o ângulo da projeção do ar para dentro da flauta. Estas informações tornam-se pertinentes para o professor, pois através das mesmas, consegue avaliar o melhor posicionamento do bocal para cada aluno.

“O estudante pode possuir uma má oclusão, anterior ao início da prática do instrumento musical de sopro e, a prática da embocadura, pode contribuir para a desestabilização do sistema estomatognático” (Pairol, 2015, p. 183).

Figura 16

Posição do lábio sobre o porta-lábio e ação dos dentes anteriores na embocadura da flauta



Nota. Yeo DK, Pham TP, Baker J, Porter SA. (2002) Specific Orofacial problems experienced by musicians. Aust Dent. p. 6

6.3 Recolha de dados

Os resultados apresentados desde seguida foram obtidos a partir da análise da recolha dos inquéritos por questionários aplicados, entrevista, e bibliografia sobre a temática. Sendo assim, a análise das entrevistas, estão subdivididas em duas partes. Para a recolha de dados da investigação sobre a influência da mudança de dentição no processo de formação de embocadura teremos a apresentação dos resultados quantitativos e qualitativas das perguntas integradas no questionário respondido pelos professores de flauta de norte a sul do País.

No final deste capítulo, foram realizadas cinco entrevistas, duas a médicas dentistas e três a professores do ensino formal de flauta transversal. O objetivo principal foi perceber elos de ligação entre as duas temáticas e formas e modelos a seguir para assegurar a segurança das duas

realidades. Todas as perguntas realizadas nas entrevistas encontram-se em anexo, para possível consulta.

6.3.1 Tratamento de dados

Tendo em vista uma compreensão mais abrangente sobre a consciencialização dos docentes de flauta transversal que desenvolvem, ou desenvolveram atividade no ensino formal, aplicámos um inquérito por questionário, constituído por um conjunto de perguntas fechadas e algumas perguntas abertas, que abrangeram as problemáticas da saúde oral e a sua relação com o trabalho de embocadura, nos alunos em transição dentária.

O tratamento deste inquérito por questionário contemplou a análise quantitativa de 12 perguntas fechadas, assim como uma análise qualitativa de cinco perguntas abertas.

Sendo um estudo exploratório, optou-se por uma amostragem que não cumpre com os padrões da representatividade, tendo em conta o universo de professores de flauta em atividade em Portugal. Contudo, houve a preocupação de uma pesquisa de docentes em atividade nas várias regiões do país, sobre as quais houve uma seleção e amostragem intencional, tendo como requisito apenas a facilidade de contacto e comunicação com os inquiridos.

Assim sendo, o questionário foi aplicado a 32 professores que desenvolvem, ou desenvolveram atividade no ensino formal, na disciplina do instrumento flauta transversal. Dos 32 inquiridos, 22 são do género feminino, face aos 10 do género masculino. Os inquiridos têm idades compreendidas entre os 22 e os 47 anos, com uma média de 31 anos, e uma moda partilhada entre os 23, 31 e os 32 anos.

No que concerne às habilitações literárias, 22 docentes têm mestrado, seis possuem licenciatura, um têm doutoramento, e dos restantes três, dois apresentam pós-graduação, e um apenas ensino profissional secundário.

A maioria dos docentes leciona ao nível da iniciação (6-9 anos), estando apenas 31% dos inquiridos em situação de inexperiência, ou em inatividade no ensino a estas faixas etárias

Dos 32 docentes, 24 já tiveram alunos em transição dentária, o que representa 75% desta amostra (Tabela 29). Há ainda a salientar que, cinco docentes, nunca tiveram a experiência de lecionar para alunos em transição dentária, o que representa uma atividade apenas ao nível do 2.º ciclo, 3.º ciclo, ou ensino superior.

Tabela 32

Já teve alunos em transição dentária? Ou seja, no processo de dentição mista?

	Frequência Abs (n)	Frequência Rel (%)
Sim	24	75,00
Não	5	15,63
Não sei, foi um aspeto que não tive em atenção.	3	9,38
Total	32	100

Ao ser abordada a percepção dos docentes, perante a manifestação de dor, ou desconforto dos alunos em transição dentária, maioritariamente foi expressada uma ausência de queixas por parte dos alunos, pois 91% dos docentes declararam não ter recebido em aula manifestações de dor, ou desconforto (Tabela 30). Contudo, em questão anterior, apenas 24 docentes tiveram alunos em transição dentária, o que não corresponde aos 28 docentes que responderam negativamente à questão sobre a manifestação de dor, ou desconforto, o que nos leva a concluir que os quatro docentes sobrantes não poderiam perceber tais manifestações, pois nunca lecionaram com alunos em processo de transição dentária.

Tabela 33

Algum aluno, em processo de queda de dentes, manifestou dor ou desconforto durante a aula?

	Frequência Abs (n)	Frequência Rel (%)
Sim	3	9,38
Não	29	90,63
Total	32	100

Ao interrogarmos se as crianças em transição dentária manifestaram maiores dificuldades em assobiar ou direcionar a coluna de ar, obtivemos dos docentes 14 respostas afirmativas, perante 18 respostas negativas (tabela 31), o que demonstra um equilíbrio pouco conclusivo, apenas ultrapassável com a aplicação deste questionário a uma maior escala. Os três docentes, que responderam positivamente, apresentaram soluções para contornar estes episódios de dor, ou desconforto. Um dos docentes optou pela realização de exercícios sem instrumento, focando-se em exercícios de respiração. Enquanto os restantes, optaram pela inatividade no processo de embocadura, numa perspetiva de prevenção de hábitos menos corretos.

Tabela 34

Na presença de crianças em transição dentária, sentiu que estas tinham dificuldade em assobiar ou direcionar a coluna de ar?

	Frequência Abs (n)	Frequência Rel (%)
Sim	14	43,75
Não	18	56,25
Total	32	100

Quando questionados sobre a influência da queda de dentes na coluna de ar e na forma como a criança sopra, 20 docentes afirmaram haver uma influência, o que vem reforçar o peso das respostas afirmativas obtidas em questão anterior (Tabela 32).

Tabela 35

Durante as aulas conseguiu perceber se a queda de dentes pode influenciar a coluna de ar, afetando a forma como a criança sopra?

	Frequência Abs (n)	Frequência Rel (%)
Sim	20	62,5
Não	12	37,5
Total	32	100

Questionados sobre as diferenças de impacto entre a queda de dentes frontais e laterais, na execução do instrumento, 18 inquiridos consideraram existir um maior impacto quando se verifica a queda de dentes frontais (Tabela 33).

Tabela 36

Na execução ao longo da aula sentiu que a queda de dentes frontais influenciou de igual forma como a queda de dentes laterais?

	Frequência Abs (n)	Frequência Rel (%)
Sim	2	6,25
Não	18	56,25
Não sei	12	37,5
Total	32	100

Ao abordarmos a continuidade do trabalho de formação de embocadura, em cenários de transição dentária, 31 docentes consideram que os alunos devem dar continuidade a esse trabalho, mesmo estando nesse processo. Ao requerermos uma justificativa dos docentes, estes afirmam que o trabalho de formação de embocadura deve ser realizado, mesmo em transição dentária. Apenas um dos inquiridos considera que se deve pausar o trabalho de formação de embocadura.

Os Professores que sugerem a continuidade, apresentam soluções de trabalho com, ou sem instrumento.

As soluções sem instrumento partem da consideração que os alunos, neste processo transitório, devem focar a sua prática em exercícios que trabalhem o ar, nas componentes da velocidade, pressão, fluxo, consistência e energia. Este processo deve ter por referência a emissão de som, assim como a respiração, e o trabalho da musculatura orofacial.

Por outro lado, nesta fase transitória, os docentes adiantam que as soluções com instrumento devem passar pela procura de uma forma natural de soprar, podendo recorrer-se a um trabalho em frente ao espelho, para que o aluno consiga trabalhar o som e o reforço da coluna de ar. Estes aspetos podem ser particularizados, numa divisão categórica entre os alunos sem controlo muscular, e os alunos que desenvolvem tensões musculares.

Perante esta divisão, um dos docentes apresentou exercícios para os dois perfis. Para os alunos sem controlo muscular, estes devem focar-se no trabalho muscular e na independência do lábio superior. Todo este processo passa por um trabalho de desenvolvimento de autonomia entre lábios, dentes e língua. Assim, o docente deve garantir que a língua não interfere na emissão do som, e que esta não serve de apoio ao lábio inferior. Da mesma forma que deve trabalhar a independência entre lábios e dentes, para que a embocadura não se desenvolva excessivamente apoiada na dentição.

Para os alunos que desenvolvem tensões musculares, foi sugerido um trabalho mais focado na coluna de ar, de forma a reduzir o excesso de tensão.

Outra via de trabalho apresentada, foi o trabalho estruturado para a manutenção, de forma a combater a regressão e a desmotivação do aluno. Nesta fase é sugerida uma redução da intensidade de trabalho, devendo manter-se a regularidade e a continuidade do trabalho da musculatura orofacial.

Por último, foram ainda apresentadas duas alternativas de fuga a esta problemática. A primeira sugestão compreende uma postura de distanciamento do docente face à problemática, devendo o mesmo optar por não dar ênfase à transição dentária, de forma a contornar um excessivo enfoque do aluno no problema, que poderá tornar-se num potencial fator de bloqueio ao

desenvolvimento do trabalho regular. A segunda proposta delimita etariamente a prática instrumental, tendo sido sugerido apenas por um docente, que a mesma inicie no 3.º ano do 1.º ciclo do Ensino Básico, para que o processo de construção de embocadura comece após a queda da dentição frontal.

Questionados sobre as ferramentas usadas no período de transição dentária, os docentes inquiridos apresentaram um conjunto de propostas, que se dividem pelas seguintes categorias:

Tabela 37

Ferramentas sugeridas pelos docentes para colmatar as adversidades trazidas pela Transição dentária

Ferramentas	Descrição
1. Exercícios com utilização de instrumento	Realização de notas longas, ou sons longos; realização de intervalos e harmónicos. Os docentes sugerem que os exercícios propostos podem ser realizados ao espelho, trabalhando aspetos como a respiração e regularidade da coluna de ar, assim como o reforço da musculatura e flexibilidade;
2. Exercícios com partes do instrumento	Utilização da cabeça da flauta para realização de emissão sonora, sem articulação de língua;
3. Exercícios de condução do ar com recurso a jogos didáticos ou acessórios	Jogos didáticos como a “Corrida de Sopros” ou “Folha de papel contra a parede”, trabalham aspetos como o sopro, coluna de ar e embocadura. Por outro lado, a utilização de acessórios como o “Pneumo Pro Wind Director”, “palhinhas” de diferentes espessuras, assobios, cabeças de flauta adaptadas, ou flautas de bisel, contribuem para o trabalho de direção do ar e da coluna de ar, ou para uma prática da embocadura. Foi ainda sugerida a utilização de “Goteira” (dispositivo dentário) para proteção dentária, de forma a possibilitar a prática do instrumento;
4. Exercícios de entoação vocal	Cantar ou entoar exercícios: cantar e fazer simultaneamente as posições na flauta; realizar exercícios de leitura rezada e rítmica, como solfejo, ou ditados rítmicos;
5. Exercícios de Audição Musical	Audição de repertório do instrumento;
6. Exercícios respiratórios e de motricidade fina dos músculos faciais	Trabalhar a respiração e relaxamento da musculatura.

Auscultados sobre conteúdos alternativos a aplicar aos alunos em transição dentária, os inquiridos, apresentaram um conjunto de propostas a aplicar aos alunos. Assim sendo, estes consideram que ao longo deste período, podem ser aplicados:

Tabela 38

Exercícios alternativos propostos pelos docentes de flauta transversal.

Conteúdos alternativos	Descrição
1. Exercícios de formação musical	Solfejo; leitura rítmica de estudos ou peças, com ou sem recurso a percussão corporal;
2. Exercícios vocais e de coordenação motora	Interpretação vocal de exercícios e entoação de notas; cantar e realização simultânea da digitação das posições na flauta;
3. Exercícios de postura	Trabalho do posicionamento corporal e digitação;
4. Exercícios de respiração e controlo do fluxo de ar	Realização de sopro sem recurso à flauta, usando para isso a colocação do dedo indicador no lábio; trabalho de impulso e controlo diafragmático; utilização das técnicas de som eólico e flatterzunge;
5. Análise de partituras	Marcação e realce de dinâmicas e mudanças de tom;
6. Utilização de conteúdos media	Fomentar a audição de música; visualização de vídeos com conteúdos programáticos;
7. Exercícios de expressão escrita, ou plástica	Reflexão sobre as obras; criação de histórias a partir da audição de obras; representação, através de desenho, das obras abordadas;
8. Abordagem de conteúdos de história da música	Contextualização histórica dos compositores e obras.

Numa procura por expandir o acesso a nova bibliografia, ou a bibliografia específica desta temática, questionamos os docentes se conheciam bibliografia que pudessem recomendar, ao que os 32 inquiridos responderam negativamente, o que demonstra a pertinência da temática em estudo e, a necessidade de desenvolvimento de investigação direcionada para esta temática.

Interrogados sobre a necessidade de os professores terem acesso a informações clínicas sobre a saúde oral dos alunos, ou outras patologias, 27 dos 32 docentes inquiridos consideram existir esta necessidade, enquanto os restantes cinco inquiridos desvalorizaram o contributo desta informação clínica para a docência.

Por fim abordado a queda de dentição, coube aos docentes inquiridos avaliarem o seu impacto na articulação musical. Maioritariamente, os inquiridos consideraram que a queda dos dentes incisivos centrais superiores afeta a cavidade bucal, com impacto ao nível da ressonância, assim como no fluxo, no controlo da passagem de ar, e na ação da língua. Para a maioria dos inquiridos, estas alterações retiram clareza à articulação, podendo mesmo torná-la impossível, uma vez que o aluno deixa de ter onde assentar a língua, o que dificulta o corte da coluna de ar,

ou a utilização da sílaba “tu”. A queda dos incisivos centrais é também apresentada como a causadora de variadíssimas alterações: no posicionamento do instrumento na boca; no controlo músculo labial e direcionamento do ar; na produção de excesso de ar; na redução da flexibilidade e perda de suporte; no aumento da articulação com a garganta, o que leva à criação de tensões nesta zona; no aumento de tensões na língua e na dificuldade de utilização da mesma no apoio ao lábio inferior.

Outra leitura é apresentada por uma minoria dos inquiridos, que considera que a queda de dentição, não traz grandes alterações ao nível da articulação, mas sim ao nível da emissão sonora. Para estes, é possível articular sem a língua tocar nos dentes, sendo possível ao aluno procurar outro ponto par articular, como por exemplo, o céu-da-boca. Estes inquiridos vêem esta fase como uma oportunidade para trabalhar outros tipos de articulação (como a articulação legatto), ou para aumentar o domínio sobre a utilização do ar. Neste grupo, foi ainda sugerido que o trabalho de articulação deva ser desenvolvido apenas quando os alunos têm os dentes incisivos definitivos. Alterações ao nível da dimensão da gengiva, também são apontadas como causadoras de maiores dificuldades na articulação. Neste sentido, quando menor for a gengiva, maior será a perda de sensibilidade, suporte e controlo do fluxo de ar.

6.4 Resultados obtidos através dos inquéritos por entrevista

6.4.1 Sintomatologia verificada

Na tabela seguinte conseguimos verificar a principal sintomatologia apontada pelas médicas dentistas e docentes de flauta transversal quando é abordada a temática da estabilização da embocadura quando o aluno se encontra em processo de transição dentária.

Tabela 39

Principal sintomatologia verificada através da recolha de dados

Problema	Descrição
Dor e desconforto.	Apesar de ser um acontecimento considerado raro por parte dos professores, os alunos com a esfoliação e queda de dentes podem efetivamente manifestar dor ou desconforto na prática da flauta transversal, devido à ausência de dentes ou então devido a uma pressão excessiva sobre o queixo que deve ser corrigida com o auxílio dos professores.
Perda do ponto de referência da língua.	A perda dos dentes incisivos superiores influencia o ponto de referência da língua para a articulação musical, demonstrado que a articulação fica mais indefinida e a sonoridade pode ficar um pouco mais suja.
Surgimento de feridas e perda da estabilidade no apoio da parte côncava do queixo ao colocar a flauta.	A ausência dos dentes leva a que o lábio e a musculatura ao redor invada esses espaços vazios deixados pelos dentes. Assim sendo, esta realidade vai levar à instabilidade do posicionamento da flauta sobre o lábio, mas também à presença de possíveis feridas provocadas pelos vértices dos dentes.
Irritação das gengivas e dos músculos ao redor.	A ação constante da pressão da flauta sobre a mandíbula inferior pode provocar inflamações e consequentemente irritação das gengivas, isto em casos mais graves, como por exemplo meninos que se insiram na classe III ou situações específicas da classe II.

A doutora B revela que “Existem crianças que têm a mandíbula mais projetada então elas têm outro tipo de dificuldades e têm tendência a outro tipo de instrumentos, provavelmente.” (entrevista nº 2)

Relativamente ao surgimento de feridas e lesões, ambas as doutoras tiveram uma posição muito clara. A doutora A referiu que:

Não só pelo facto de tocar mas também muitas vezes pelo facto de eu já ter presenciado a presença de algumas feridas no lábio dos pacientes devido à transição dentária. Como tal, penso que em processo de mudança de dentição essa pequena pressão pode levar a um desconforto sentido pela criança. (entrevista nº 1)

A médica B evidenciou que o nível de sintomatologia variava de criança para criança, dependentemente da sua flexibilidade. Apesar disto, ambas referenciaram que todos os estímulos podem ter consequência na cavidade oral.

Dentro do ensino, o professor C referenciou que teve alunos que evidenciaram dor e desconforto a tocar em processo de transição dentária. Por outro lado, tanto o professor A como o professor B revelaram que não tiveram uma amostra grande de alunos de iniciação, porém no núcleo de alunos que tiveram não verificaram dor e desconforto.

As médicas entrevistadas consideraram que de uma maneira geral os dentes influenciam a coluna de ar, principalmente quando existe a ausência dos anteriores, mas assumem que a direção do ar é mais afetada pelos incisivos.

Os dentes superiores e inferiores frontais irão influenciar a coluna de ar, pois quem não tem os dentes vai ter maior dificuldade. Segundo a médica A “Uma comprovação deste facto é que, muitas vezes, nota-se a alteração da fala pela questão da fuga de ar por estes pequenos espaços em aberto na dentição” (entrevista nº 1).

Contudo para estas situações, a médica B reforçou a ideia de ser possível revertê-las com aparelhos, dispositivos ou próteses.

Na vertente do ensino, tanto o professor A como o professor C referiram que a queda dos “dentes frontais” (incisivos) influenciam mais fortemente a direção e coluna de ar. O professor C referiu ainda que na ausência de dentes os lábios invadem a região dos dentes. Apesar disto, todos os três professores referiram que qualquer influência na cavidade oral vai afetar a forma como os alunos sopram.

Tanto a visão médica como a visão do ensino abordaram a questão da ação do encaixe dos dentes superiores sobre os inferiores e a sua influência na atividade dos alunos.

A médica B revela que “Existem crianças que têm a mandíbula mais projetada então elas têm outro tipo de dificuldades e têm tendência a outro tipo de instrumentos, provavelmente.” (entrevista nº 2)

No ensino, o professor B e C referiram que sentiram maior dificuldade na abordagem à embocadura com alunos com prognatismo.

O professor C referenciou que:

A maior dificuldade está em relação ao prognatismo mandibular, concretamente a classe III de Angle porque é difícil direcionar a coluna de ar para baixo e os alunos demoram muito tempo a ultrapassar este problema se é que chegam a ultrapassá-lo. (entrevista nº 5)

Enquanto isso, o professor C apresentou a sua experiência pessoal, uma vez que o mesmo se inseria na classe III de Angle, tendo sido submetido a uma cirurgia maxilo-facial para reverter esta situação.

A minha questão não foi tanto a parte dentária, mas a parte óssea. Eu tinha muitas dificuldades em tocar flauta pois eu tinha o prognatismo, como tal tinha o queixo muito avançado e quando eu colocava a flauta para direcionar o ar para dentro (...) influenciava a projeção do som, a afinação e chegou uma certa altura que pensei “Eu não posso fazer vida disto e as pessoas olham para mim e parece que estou aqui a tremer”. Tive de recorrer a uma cirurgia e foi muito complicado no sentido de ultrapassar desafios, como tal, acabo por desdramatizar outras situações mais pequenas (entrevista nº 5).

Mesmo com a esfoliação dentária é possível continuar a prática da flauta transversal, tal como podemos verificar através do inquérito por questionário aplicado, onde 31, dos 32 docentes inquiridos, afirmaram continuar a abordagem da embocadura, mesmo em processo de transição dentária.

Contudo, não podemos descurar o facto de cada aluno apresentar uma distinta sintomatologia, cabendo ao docente avaliar a sua flexibilidade, interpretar as suas manifestações de dor ou desconforto e procurar estratégias, nesta fase transitória, para colmatar as adversidades. Em casos específicos, de acordo com o referido pelos especialistas em medicina dentária, os alunos podem mesmo carecer de aparelhos, dispositivos ou próteses para ultrapassar as adversidades à prática.

Portanto, concluímos que apesar da sintomatologia resultante da esfoliação dentária poder trazer adversidades à estabilização da embocadura dos alunos, estas manifestações ocorrem ao longo dum período transitório, que pode ser encarado com maior ou menor dificuldade pelos executantes. O professor desempenha, neste processo, um papel vigilante e de interpretação da sintomatologia manifestada por cada aluno, devendo promover a sua motivação através da aplicação de ferramentas, exercícios, tais como os apresentados ao longo deste estudo, ou em caso de necessidade, aconselhar o acompanhamento do aluno por profissional de medicina dentária.

6.4.2. Autotestagem de dispositivos que permitem a abordagem do processo de embocadura mesmo em processo de mudança de dentição

De forma a reverter a ausência de dentes, que pode provocar lesões com o contacto da flauta ou até mesmo modificações nos fluxos de ar as médicas dentistas referenciaram três dispositivos.

1. Dispositivo de proteção bucal standart modável;
2. Protetor bucal individualizado fixo;
3. Protetor de lábios e gengivas (Película de silicone).

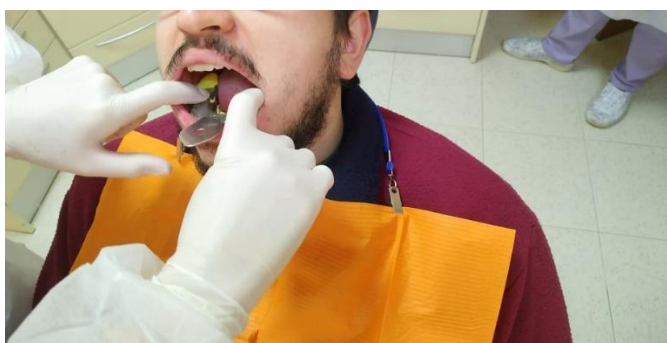
De uma forma mais detalhada a médica A revelou que:

Na questão do estímulo muscular e ósseo não há muito que se possa fazer porque é uma força continua mas a questão dentária há formas de proteger a dentição, por exemplo, através de dispositivos de silicone, que são também utilizados para pessoas que rangem os dentes ou outras observações clínicas. Estes acessórios são dispositivos móveis que se podem colocar a nível dentário para evitar essas lesões (entrevista nº1).

O investigador do relatório submeteu-se à autotestagem de alguns dispositivos existentes no mercado, ou até elaborados em clinica dentária. O objetivo principal desta testagem era perceber se, com estes dispositivos, era possível dar continuidade à prática da flauta transversal e, verificar, se os mesmos contribuía para ocupar o espaço vazio deixado pela esfoliação dos dentes, de forma a manter a zona orofacial com uma estrutura constante. Para além deste aspeto, outro aspeto a verificar era a possibilidade de manutenção da saúde oral sem o surgimento de sintomatologia. Como objetivo final culminou com a procura de dispositivos que permitissem uma investigação nas escolas oficiais de flauta transversal em alunos com transição dentária.

Figura 17

Procedimento clínico realizado para obtenção do protetor bucal individualizado.




6.4.2.1 Proposta de soluções que não resultaram

De forma a ocupar as áreas com ausência de dentes, foi testado um protetor bucal standart, que se pode adquirir nas farmácias ou lojas de ortodôntica. Contudo este dispositivo não é viável para a prática da flauta transversal e, como tal, não pode ser utilizado como suporte ao processo de embocadura. Na tabela seguinte podemos averiguar as principais razões.

Tabela 40

Soluções não funcionais para o processo de procura de embocadura da flauta transversal

Dispositivo em teste	Justificação
<p>Figura 18 Dispositivo de proteção bucal standart moldável</p> <p>1) </p>	<p>O investigador submeteu-se a experiência de autoteste, tendo para tal utilizado o protetor bucal standart maleável.</p> <p>Após testagem verificou-se que o dispositivo ocupa uma grande área dentro da cavidade bucal, obstruindo parte do canal que permite a circulação do ar. Como tal, ao experimentar o dispositivo, constatou que teve bastante dificuldade em direcionar o ar para baixo, não produzindo qualquer tipo de som. Para além desse aspeto, o dispositivo não fixava totalmente aos dentes, apresentando alguma mobilidade, o que acrescentou algum desconforto. Posteriormente foi colocada uma almofada adesiva “Protefix”, mas não trouxe alterações na oscilação do dispositivo. No entanto, os especialistas defendem que, se o dispositivo maleável for elaborado em laboratório, existe alguma probabilidade de resultar, uma vez que este vai ocupar um espaço menor que os modelos standart. De qualquer forma, não podemos adiantar ou validar esta conclusão, uma vez que não nos foi possível experimentar estes dispositivos personalizados. Os modelos standart são elaborados como “modelo base”, para conseguir moldar a todas as cavidades bocais, ocupando por isso uma maior área de espaço. O utilizador pode tentar cortar as extremidades, mas deve ser sempre com o auxílio de um médico dentista, para não correr o risco de deixar “vértices” que possam invadir os lábios ou gengivas.</p>

Nota. 1) <https://ortoprime.pt/products/bruxismo-mouth-guard-contra-o-atrito> Consultado em: 22/2/2023

Link que reencaminha para o vídeo que demonstra a realização do teste com este dispositivo:


<https://drive.google.com/file/d/123jRnA09-tVXqGqc3NgWD4m6G2AvS4u5/view?usp=sharing>

6.4.2.2 Propostas de soluções que permitem a prática da transversal, mas que não são viáveis para crianças

Para além do dispositivo móvel, foi testado o protetor bucal fixo e especializado. Ao contrário do primeiro, este dispositivo só é possível ser elaborado em clínica dentária, uma vez que é feito à medida de cada utilizador. Na tabela seguinte podemos verificar os principais dados sobre a testagem deste dispositivo.

Tabela 41

Protetor bucal individualizado fixo e as principais observações da sua aplicabilidade.

Dispositivo em teste	Descrição	Vantagens	Desvantagens
<p>Figura 19</p> <p>Protetor bucal individualizado fixo</p> 	<p>Ao contrário do protetor bucal standard maleável que pode ser adquirido em qualquer farmácia ou loja ortopédica, este disposto é elaborado em clínica dentária uma vez que é totalmente personalizado à fisionomia do futuro utilizador. Para além disto o protetor individualizado ocupa menos espaço na cavidade bucal e não interfere no espaço necessário para o fluxo de ar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • É possível a prática instrumental; • Protege a cavidade bucal; • É possível produzir som limpo; • Impede a movimentação dentária que poderá ser proporcionada pelo instrumento; • Proporciona relaxamento muscular da zona perioral. 	<ul style="list-style-type: none"> • O protetor bucal individualizado não é recomendado para crianças, uma vez que a fisionomia da cavidade bucal da criança está em contaste modificação e evolução. O aluno poderia realizar o molde numa semana e algumas semanas depois já não estar adaptado devido às alterações da zona perioral.

Link que reencaminha para o vídeo que demonstra a realização do teste com este dispositivo:


<https://drive.google.com/file/d/1E-aUTUxE9-GgDSfoRST-psviYxjFPbJ-/view?usp=sharing>

6.4.2.3 Proposta de soluções viáveis para o processo de formação de embocadura

A película de silicone permite a adaptação à região perioral e protege a mesma de pressões externas. As principais evidências desta testagem podem ser observadas na tabela seguinte.

Tabela 42

Protetor de lábios e gengivas e as principais observações sobre a sua aplicabilidade

Dispositivo em teste	Descrição	Vantagens	Desvantagens
<p>Figura 20 Protetor de lábios e gengivas</p> <p>a)</p> 	<p>Este dispositivo permite a fixação de uma película de silicone sobre uma área abrangente da dentição. Com o mesmo, é possível proteger as gengivas de possíveis irritações que podem advir devido a inflamação. Para além disto promove a proteção do lábio perante possíveis projeções sobre as áreas de ausência de dentes e surgimento de feridas. Como o protetor abrange uma área considerável, mesmo com a ausência de dentes, o dispositivo pode ficar agregado aos dentes vizinhos, proporcionando assim uma ocupação do espaço. O investigador procedeu ao autoteste do dispositivo da marca Omniguard e conseguiu produzir som, o que pode vir a potenciar uma investigação futura em crianças.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Permite continuar a prática da embocadura na flauta; • Protege a cavidade bucal; • É possível produzir som limpo; • Protege as gengivas caso o aluno possua irritação devido a inflamação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inicialmente pode criar estranheza, mas acaba por ser um processo de habituação; • Na inserção nos dentes incisivos superiores, a película pode cair devido à gravidade, mas com uma pasta de fixação, o dispositivo fica mais fixo.

Nota. a) <https://www.silversteinworks.com/product/omniguard> Consultado em: 23/2/2023

Link que reencaminha para o vídeo que demonstra a realização do teste com a película de silicone:

<https://drive.google.com/file/d/1eWNtSTyN3KKZkpMsYDYqXjQc3nUCdRIW/view?usp=sharing>

Em resultado da auto-testagem aos três dispositivos, apenas o protetor de lábios e gengivas (silicone) se mostrou possível de aplicar em alunos de iniciação, devido à sua capacidade de moldar novamente, adaptando-se consecutivamente às alterações fisionómicas dos alunos. Por outro lado, quer o protetor bucal individualizado fixo, quer o protetor bucal standard fixo, apresentam desvantagens à prática flautística. O protetor bucal individualizado fixo, não permite uma nova moldagem por parte do utilizador, o que o torna desvantajoso, por não se adaptar às alterações da zona perioral da criança. O Protetor bucal standard, embora seja moldável, por se tratar de um modelo standard, ocupa uma grande área na cavidade bucal da criança, bloqueando o fluxo de ar.

6.5. Aplicação pedagógica

6.5.1. Soluções teórico-práticas que permitam a continuação da motivação

Na visão médica, ambas as médicas dentistas revelaram que o docente tem de ter paciência ao longo do processo de embocadura quando o aplicam em alunos em processo de transição dentária.

A médica B revelou que “O Professor deve incentivar a procura da embocadura, mas tem de ter sensibilidade em perceber até que ponto o aluno consegue atingir esse objetivo nesta fase, porque ele ainda é muito novo.” (entrevista nº 2)

A médica B termina aconselhando maior sensibilidade por parte do professor, e a presença de mais processos de motivação, ao invés da adoção de outras competências práticas. Acrescenta ainda que, se o aluno não conseguir corresponder, o professor não deve forçar.

Relativamente à continuação do processo de embocadura, os professores revelam que a atividade prática deve ser privilegiada.

Dentro deste tópico de discussão o professor A revelou que:

Com os meninos de iniciação é tudo muito mais natural, eles põem e sopram sem qualquer ideia (...) não há um ideal de embocadura de iniciação nem no geral. Vamos de acordo com aquilo que soa, com o som da flauta que nós criamos e desejamos ouvir (entrevista nº 3)

Tanto o professor B e C revelaram que tem de existir uma certa flexibilidade na abordagem ao processo de embocadura. O Professor B afirmou que tem de existir essencialmente flexibilidade, pois os nossos lábios não estão sempre iguais todos os dias. Como tal, o aluno deve manter o foco para atingir um determinado objetivo.

O professor C assegura, tal como o professor B, a questão da flexibilidade, acrescentando ainda que não existem embocaduras iguais, e que o trabalho base nesta fase é crucial.

O professor B acrescentou ainda que os exercícios propostos devem ser confortáveis aos alunos, de modo a evitar situações de *stress*. Para além disto, no seu entendimento, o docente deve fornecer estratégias ao aluno que promovam a adaptação da embocadura, mesmo com a ausência de dentes.

6.5.2. Abordagem de diferentes articulações musicais

O Professor A no processo de procura de estabilização da embocadura defende a abordagem da articulação “d” em vez da articulação “t”, referindo:

Eu ensino, ou quase sempre ensinei a usar “t” e isso implica tocar um pouco nos dentes. Mas tenho pensado em usar “d”, porque às vezes o “t” cria tensão, a língua acaba por fazer muita força e o “d” acaba por ser mais delicado. (entrevista nº 3)

Já o Professor B destaca a articulação *legatto* como forma de colmatar as adversidades existente, demonstrando que:

Da perceção que tenho é que a articulação na falta dos dentes frontais torna-se mais imprecisa. Existe dificuldade em controlar a emissão de som. Haverá alguma influência sim e como tal seria para os alunos melhor tocar em *legatto* do que haver qualquer tipo de separação. (entrevista nº 4)

O Professor C referenciou que não aborda o processo de articulação na iniciação, guardando essa temática para o ensino Básico.

Com base nas entrevistas aplicadas, podemos verificar que, no processo de estabilização da embocadura, os Professores abordam a articulação de forma distinta, variando entre a preferência pela articulação “d”, “legatto”, ou pela não abordagem, em fase transitória, aquando de alterações na cavidade bucal dos alunos.


Isto representa que, para o mesmo conceito, professores diferentes abordam a articulação de maneira diferente, atendendo à opção mais viável para o mesmo e para o aluno.

6.5.3. Solução que pode proporcionar parcialmente a prática da flauta transversal

Apesar de defenderem diferentes estratégias que passem pela abordagem teórica dos conteúdos, todos os professores referiram que os alunos devem priorizar sempre os exercícios de formação de embocadura. O Professor B referiu ainda, que se for evitado esta situação pode levar a que os alunos formem mais tarde uma embocadura fixa- sem adaptação e flexibilidade, ou seja expressa que é necessário explorar a embocadura mesmo em mudança de dentição. Existem dispositivos no mercado, tal como o *Pneumo pro*, que permite abordar a questão da embocadura, realizando uma menor pressão.

Tabela 43

Exercício que potencia a prática parcial da flauta transversal

Solução	Descrição	Vantagens	Desvantagens
<p>Figura 21</p> <p>Pneumo Pro</p> <p>1)</p> 	<p>Dispositivo com ventoinhas que proporciona aos alunos uma imagem visual das diferentes direções que o ar pode tomar.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Permite continuar o trabalho da respiração;• Potencia a aprendizagem da direção do ar para as diferentes dinâmicas;• Permite a continuação da consciencialização dos pontos cruciais de desenvolvimento da embocadura (relaxamento dos músculos);• A pressão exercida deste instrumento sobre a cavidade oral é menor;• Permite encaixar no corpo da flauta e trabalhar posição das mãos e digitação.	<ul style="list-style-type: none">• Não permite trabalhar sonoridade nem questões de afinação.

Nota. 1) <https://www.blockiflute.com/Pneumo-Pro- p 1.html> 3 Consultado em: 15/3/2023

6.5.4. Soluções práticas sem a flauta transversal

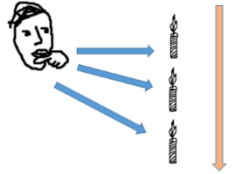
Em casos mais periclitantes o Professor A enumerou uma serie de pontos, tais como: a simplificação; exercícios sem flauta; exercícios apenas com o dedo na parte côncava do queixo; e exercícios para direcionar o ar para cima e para baixo.

Com este exercício os alunos conseguem sentir o ar a bater nos dentes para garantir que o ar não está a ir muito para a frente. Isto deve ser realizado de uma maneira muito informal, muito pouco teorizada. “É assim que eu trabalho, não é certo nem errado, é a maneira que tenho de

obter resultados, sem criar preocupação ou racionalização demasiada em meninos tão pequeninos.” (entrevista nº 3).

Tabela 44

Exercícios sem flauta que potenciam a aprendizagem de conceitos que serão aplicados futuramente na flauta

Solução	Descrição	Vantagens	Desvantagens
<p>Figura 22</p> <p>Exercícios sem flauta</p> 	<p>Exercícios de postura, de direcionar o ar com alguns materiais como palhinhas, a utilização do dedo sobre a parte côncava do queixo e soprar, entre outros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Permite trabalhar alguns conceitos práticos que posteriormente serão aplicados na prática da flauta transversal. 	<ul style="list-style-type: none"> • Não permite trabalhar sonoridade nem questões de afinação.

6.5.5. Soluções teóricas alternativos à prática instrumental

Para além de termos verificado na análise do questionário, também na análise das entrevistas verificamos que os professores aconselham exercícios de História da Música e/ou exercícios de formação musical como reforço do empenho, motivação e redução da parte prática da flauta transversal devido às limitações proporcionadas pela mudança de dentição. Os exercícios de História da Música permitem ao aluno a contextualização histórica sobre a flauta, peças ou exercícios didáticos. Com a conjugação destes aspetos o aluno consegue aumentar os seus campos de conhecimento e os mesmos acabam por proporcionar no futuro uma prática instrumental informada. Os exercícios de formação musical permitem a assimilação de conteúdos teóricos que posteriormente o aluno aplicará em contexto performativo.

Capítulo do Ensino Básico

A influência do aparelho ortodôntico na obtenção dos registros na Flauta Transversal no ensino Básico

7. A influência do aparelho ortodôntico na obtenção dos registos na Flauta Transversal no ensino Básico

7.1. Os registos na flauta transversal

Ao longo do ensino básico, os alunos de flauta transversal devem alcançar as diferentes notas que constituem os registos alcançados pelo instrumento. Como tal, surge a necessidade de controlo e equilíbrio ao longo da mudança de registos na flauta transversal.

A obtenção dos registos na flauta transversal está intimamente relacionada com a forma como o flautista dispõe a sua embocadura, a direção e velocidade de ar que utiliza ao tocar. “A arte da sonoridade constitui-se em modificar a forma e a direção da coluna de ar, correspondendo ao registo, à nuance e às vezes à afinação” (Scheck, 1981, p. 71).

Segundo Henrique (2002) através da embocadura o flautista consegue controlar várias variáveis tais como podemos visualizar na tabela seguinte.

Tabela 45

Variáveis controláveis através da embocadura de um flautista

Variáveis controláveis através da embocadura de um flautista	Área de abertura dos lábios (variando a altura e comprimento) que define a altura e forma do jato de ar;
	Distância entre a abertura bucal e a aresta em que incide o jato de ar (comprimento do jato);
	Distância entre a abertura bucal e a aresta em que o flautista apoia o lábio;
	Alteração da velocidade do jato de ar, que é inversamente proporcional à abertura dos lábios;
	Fração do orifício da embocadura tapada pelo lábio inferior;
	Encobrimento do orifício da embocadura pelo lábio superior, o que provoca um aumento efetivo do comprimento do tubo, permitindo controlar a afinação da dinâmica forte;
	Ângulo entre a abertura dos lábios e a direção do sopro. Para além de ser dirigida para a aresta da embocadura, o ar pode ser também direcionado contra a parede interior do tubo (Henrique, 2002, p. 539).

“O controlo destes parâmetros permite ao músico mudar de registo, corrigir a afinação e de uma maneira geral controlar a qualidade de som que emite” (Fletcher, 1975, cit por: Henrique, 2002, p. 539). O lábio superior controla abertura da embocadura e conseqüentemente a qualidade das dinâmicas e serve de suporte para a obtenção dos vários registos. Dentro disto, o lábio cobre mais para execução de dinâmicas que se aproximem da dinâmica forte e cobre menos para a execução de dinâmicas próximas ao piano.

A flauta transversal é um instrumento que atinge quatro registos. Dentro dos mesmos, temos o registo grave (do D₄ ou SI₄ dependente da flauta a Sol₄), o registo médio (do Sol₄ ao Sol₅), o registo agudo (do Sol₅ ao D₇) e, finalmente o registo sobreaguado, que é atingido mais notoriamente por flautistas mais experientes.

O registo grave “deve ser tocado com o menor aperto da abertura dos lábios possível e à medida que continuamos a “pinçar” os lábios, poderemos atingir o registo médio e depois o agudo” (Scheck, 1981, p.71).

O reajuste de obtenção de oitava ocorre com o reajuste e flexibilidade dos lábios, conciliando a velocidade de ar, que aumenta numa relação de proporcionalidade direta à medida que avançamos do registo grave até ao registo sobreaguado.

Os lábios à medida que avançamos no registo devem avançar sobre o lip-plate para que o fluxo de ar flua de forma mais rápida.

Para a obtenção do registo agudo “a medida da abertura entre os lábios diminui para meio milímetro (0,5 mm) de altura por três milímetros (3,0 mm) de largura no máximo. Denominamos esta diminuição de *la pince* (a pinça)” (Scheck, 1981, p. 71).

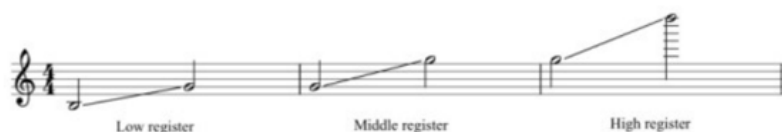
Para a terceira e quarta oitava é necessário ter em atenção o aumento da velocidade de ar e a manutenção constante do suporte diafragmático.

Shepard (1979) refere que:

Se o tempo de passagem do fluxo de ar for reduzido ainda mais, as suas flutuações encaixar-se-ão no terceiro e depois no quarto harmónico, libertando o harmónico anterior e mais lento em cada etapa. Tanto o terceiro, quanto o quarto harmónico, são usados na produção da terceira oitava (Shepard, 1979, cit. por Cameira, 2018, p. 7).

Figura 23

Diferentes registos da flauta transversal.



Nota. Cameira, A. (2018) A introdução do registo agudo (3ª oitava) no ensino básico da flauta transversal. Escola de Artes-Departamento de Música. Universidade de Évora. p. 6

Em síntese, a mudança de registos na flauta transversal está intrinsecamente relacionada com a execução correta da embocadura. “A tarefa da embocadura implica então em estreitar os lábios quando o maxilar inferior avançar a fim de executar a região aguda da flauta, e os relaxar para tocar o registo grave, se retraindo o maxilar” (JR, 2013, p.26). Para isto, a embocadura deve ser flexível, com mudanças subtis para os diferentes registos, porém tendo em conta diferentes aspetos como, por exemplo, os apresentados na tabela seguinte.

Tabela 46

Mudanças dos registos face à flexibilidade da embocadura

Mudanças dos registos face à flexibilidade da embocadura	A intervenção ativa dos músculos da face no direcionamento do ar para a aresta, proporcionando uma maior gama de dinâmicas e melhor afinação;
	Relaxamento do rosto e da garganta (sem tensões desmedidas);
	Presença constante do suporte diafragmático;
	Avanço (no registo agudo) e recuo (no registo grave) do maxilar inferior, de modo a promover controlo mais seguro da afinação.

7.2 Principais problemáticas que levam ao tratamento com aparelho ortodôntico

As principais problemáticas, que levam um médico dentista a optar por um tratamento com aparelho ortodôntico, encontram-se relacionadas, acima de tudo, com os termos de oclusão e de malo-oclusão.

A oclusão dentária, de uma forma geral, refere-se à forma como os dentes superiores e inferiores encaixam sobre si. Contudo “modernamente o conceito de oclusão dental evoluiu de uma conceção puramente estática de contacto entre os dentes a uma conceituação dinâmica, incluindo os dentes e estruturas vizinhas, com especial ênfase à dinâmica do aparelho mastigador” (Ferreira,2008, p. 75).

A malo-oclusão acaba por ser a disposição incorreta dos dentes na cavidade oral, aspeto que pode comprometer a saúde oral do indivíduo.

Dentro da malo-oclusão temos os termos *overjet*, *overbite*, *underbite*, mordida cruzada, mordida aberta e a mordida topo a topo que estão relacionados com a distância entre as arcadas, ou seja, com a forma dos arcos dentais.

Na tabela seguinte segue-se o resumo dos termos de forma a compreender a importância da correção destes parâmetros para a manutenção da saúde oral.

Tabela 47

Termos relacionados com a malo-oclusão

Termo	Observação
1. Overjet	Quando os dentes superiores se encontram muito à frente, em relação à arcada dos dentes inferiores;
2. Overbite ou sobremordida	Quando “há sobreposição vertical excessiva dos incisivos. É também conhecida como trespasse vertical” (Pairol, 2015,p. 184);
3. Underbite	Os dentes inferiores estendem-se mais além que os dentes superiores. Encontramos associado ao prognatismo (termo que averiguaremos a seguir no trabalho);
4. Mordida cruzada	Ocorre quando “a relação normal vestibulo-lingual, ou transversal, entre os arcos superiores e inferiores, sofre alteração”. (Pairol, 2015,p. 184);
5. Mordida aberta	Ausência de contacto entre os dentes superiores e os dentes inferiores;
6. Mordida topo a topo	Os dentes superiores ocluem sem ficarem sobrepostos aos inferiores.

Figura 24

Esquematisação dos termos anteriormente definidos na mesma ordem de apresentação na tabela.



Nota. 1,2, 4 e 5: Pairol, F. (2015) Implicações pedagógicas da correlação entre a oclusão dentária e a formação da embocadura do flautista. (Dissertação de Doutorado em Música, Escola de Comunicações e Artes ECA – Departamento de Música). p. 184 – 186.

3. <https://dreamlosingteeth.net/qual-e-a-diferenca-entre-um-overbite-e-um-underbite/> Consultado em: 25/3/2023

6. <https://www.ident.com.br/dr.leandro-dourado/caso-clinico/30176-tratamento-ortodontico-mordida-topo-a-topo-classe-ii-canina> Consultado em: 25/3/2023

Outro aspeto que pode influenciar a utilização de aparelho orotodôntico é a forma de encaixe da arcada superior sobre a inferior, tal como vimos anteriormente através da classificação de Angle. Apesar de esta classificação ser utilizada até aos dias de hoje, as suas classes englobam o comportamento do posicionamento dos dentes enquanto conjunto. De forma a categorizar as problemáticas da posição dos dentes individualizados, surgiu a classificação de Lisher.

Tabela 48

Classificação de Lisher e definição dos termos que podem levar ao tratamento com aparelho ortodôntico

Classificação de Lisher	
Termos	Definição
1. Mesioversão	“O dente está mesializado ⁴ em relação à sua posição normal” (Ferreira, 2008,p. 110);
2. Distoversão	O dente encontra-se distalizado em relação à sua posição devida;
3. Vestibuloversão ou labioversão	O dente encontra-se deslocado da linha de oclusão, encontrando-se mais próximo do lábio;
4. Linguoversão	O Dente encontra-se mais perto da região da língua;
5. Infraversão	O dente não alcança a linha de oclusão;
6. Supraversão	“Quando o dente em questão ultrapassa a linha de oclusão” (Christovam, 2011, p. 4);
7. Giroversão	O dente gira no seu próprio eixo.
8. Axiversão	O dente encontra-se inclinado mesialmente, ou distalmente, em relação à linha de oclusão;
9. Transposição	Quando há troca de posição entre dois dentes;
10. Perversão	A falta de espaço do arco provoca a impactação do dente contra os dentes vizinhos, no arco da linha de oclusão.

Nota. Tabela elaborada pelo mestrando atendendo aos resultados de Christovam (2011) p. 4-5.

⁴ Diz-se de um dente que está mais próximo da linha média do que é normal. Retirado de: <https://www.infopedia.pt/dicionarios/termos-medicos/mesiovers%C3%A3o>

Figura 25

Os termos da classificação de Lisher



Nota.1-5,7-10: Ferreira, F. (2008) Ortodontia- Diagnostico e planeamento clínico. Artes Médicas. Porto Alegre p. 110-112. 6: Retirado de: <https://mint.pt/blog/pigmentacao-da-gengiva> Consultado em: 26/3/2023

7.3. Diferentes tipos de aparelhos ortodônticos

Cada paciente da odontologia apresenta as suas próprias particularidades devido ao facto de cada ser humano apresentar fisionomia e morfologia única. Como tal, para cada problemática surge a necessidade de uma solução diferente. Dentro dos aparelhos ortodônticos podemos considerar sete dispositivos diferentes: Aparelho dentário fixo estático; aparelho dentário invisível; aparelho dentário auto ligado; aparelho dentário lingual; aparelho dentário removível e o expansor palativo. Na tabela seguinte podemos observar as funções e principais observações.

Tabela 49

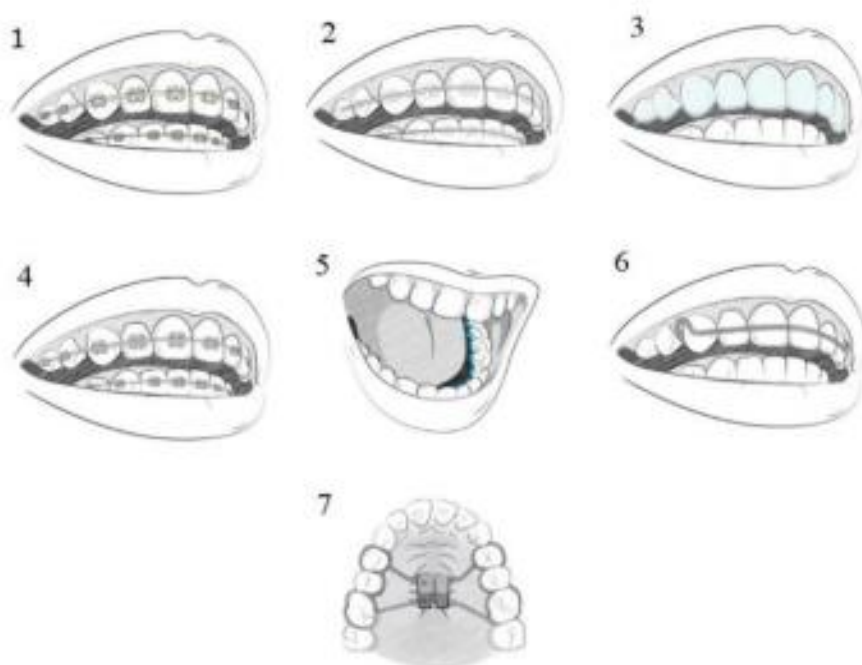
Diferentes tipos de aparelhos ortodônticos.

	Função	Observação
1. Aparelho dentário fixo metálico	Exerce força sobre os dentes de forma a posicionar os dentes de uma posição incorreta para outra correta.	É o aparelho “tradicional” mais utilizado no tratamento ortodôntico e um dos mais conhecidos.
2. Aparelho dentário fixo estático	Tem a mesma função que o anterior.	Constituído por materiais transparentes – porcelana, safiras ou policarbonato. É através dos materiais que é diferenciado do aparelho apresentado anteriormente.
3. Aparelho dentário invisível	Corrige o posicionamento dos dentes, porém potencia a movimentação dos mesmos, através de alinhadores transparentes e removíveis que se encaixam nos dentes, através da sua troca periódica.	É adaptado a cada paciente.
4. Aparelho dentário auto ligado	Permite que as arcadas dentárias se vão movimentando ao longo do tempo.	Não utiliza elásticos e os arcos metálicos prendem nas barquetes.
5. Aparelho dentário lingual	Mesma função que o aparelho ortodôntico tradicional.	As barquetes são colocadas na parte “não visível” dos dentes, ou seja no interior dos dentes. Assim sendo, como o aparelho fica no interior, não se vê.
6. Aparelho dentário removível	Alinhamento dos dentes e correção da mordida.	Apresenta base de resina acrílica e, outros elementos, que se encaixam nos dentes.
7. Expansor palatino	Alargar o arco maxilar superior.	Colocado no palato (conhecido como céu da boca).

Nota. Tabela elaborada pelo mestrando tendo como base as conclusões de Patrício (2021), p. 48

Figura 26

Diferentes tipos de aparelhos ortodônticos enumerados com a mesma ordem que na tabela anteriormente apresentada.



Nota. Patricio, M. (2021) A influência da utilização do aparelho ortodôntico na flauta Transversal. (Dissertação de Mestrado em Ensino de Música. ESML.Politécnico de Lisboa.) p. 49

7.4. Análise de entrevistas – A relação do aparelho ortodôntico com a obtenção dos registos na flauta transversal

Para entender melhor a relação entre a prática performativa da flauta transversal e a utilização de aparelho ortodôntico, foram elaboradas cinco entrevistas semiestruturadas. Três delas a professores do ensino formal de Flauta Transversal, uma a um médico dentista e outra a um aluno que frequentou o ensino básico com aparelho ortodôntico.

O objetivo principal das entrevistas é perceber, entre a área do ensino e a área da saúde, os pontos de ligação que corroborem com cuidados preventivos, sintomas que surjam, manutenção da prática performativa e, em simultâneo, o equilíbrio da saúde oral.

O professor C, que foi novamente entrevistado, e o professor D usaram aparelho e espelharam a sua experiência enquanto alunos com as adversidades do aparelho e, enquanto professores, que lecionam a alunos na mesma situação.

O professor E, o aluno Y e o médico dentista C têm todos ligação entre eles, uma vez que o professor E, apesar de nunca ter tido aparelho, deu aulas ao aluno Y que o teve e, por sua vez, este último foi paciente do médico dentista C. O objetivo destas três últimas entrevistas foi perceber as informações que eram trocadas entre professor, aluno e médico dentista, e a forma como todos articularam a sua atividade de forma a não se comprometerem uns aos outros.

7.4.1. Quadros resumo dos principais resultados das entrevistas

O médico dentista C afirmou que já teve vários instrumentistas como pacientes, incluindo flautistas de regiões próximas do seu consultório, demonstrando alguma experiência na intervenção médica em músicos.

De forma a entender melhor as fases da utilização do aparelho ortodôntico, o médico dentista C esquematizou os principais aspetos que se encontram organizados na tabela apresentada posteriormente.

Tabela 50

Fases do tratamento ortodôntico e observações sobre as mesmas

Fases	Duração	Processo	Observações
1º	6 Meses	Alinhamento	Fase mais incomodativa para o paciente, uma vez que há o alinhamento e nivelamento dos dentes.
2º	1 Ano	Movimentação dentária	Esta fase ocorre com a intervenção auxiliada por arcos mais pesados, ou seja, mais grossos, levando mais um ano em que se verifica a movimentação dentária.
3º	6 Meses	Acabamentos	É finalizado os pontos finos e os pormenores, de milímetros nas oclusões.

7.4.1.1. Sintomatologia sentida com aparelho ortodôntico

Na tabela seguinte é possível verificar a principal sintomatologia que os intérpretes sentem ao tocar flauta transversal.

Tabela 51

Principais problemas sentidos com a colocação de aparelho ortodôntico

Principais sintomas provocados pelos aparelhos ortodônticos ao tocar flauta transversal	Dor e desconforto;
	Abrasão na região bucal - úlceras;
	Pequenas feridas;
	Excesso de saliva.

O aluno Y quando questionado sobre os principais sintomas referiu que sentia estranheza, tinha necessidade de realizar mais paragens ao longo do estudo, devido a dores e feridas na boca ou desconforto resultante do contacto do aparelho com os intervenientes da parte côncava do queixo. O aluno ainda referiu que “Tive de voltar ao consultório algumas vezes pois o arame ficava, por vezes, um pouco maior e tinha de ser reajustado senão provocava-me tensão nos músculos e conseqüentemente feridas na boca.” (entrevista nº 6)

O médico C para além de apresentar todas as sintomatologias verificadas na tabela realçou o facto de cada intérprete ter a sua especificidade e fisionomia definida. Para sustentar esta afirmação referiu que:

As pessoas com lábio fino têm mais desconforto, enquanto uma pessoa que tenha lábios mais grossos acaba por ter maior resistência, pois o lábio amortece mais as forças e pressões exercidas pelo aparelho. Não depende tanto do aparelho, mas sim das características dos indivíduos. (entrevista nº 7)

Já na área da docência, o professor C evidenciou que deve ocorrer um reajuste no estudo, entre muitos fatores, devido ao desconforto provocado pelo contacto das barquetes com os lábios.

“Temos sempre de voltar ao consultório do dentista para haver alguns ajustes no aparelho e, nos dias seguintes à consulta, sentimos sempre novamente desconforto.” (entrevista nº 8)

A professora D revelou que “o único desconforto que senti e sinto são as pequenas feridas que vão aparecendo na boca devido ao aparelho”. (entrevista nº 9).

Já a professora E evidenciou que sente nos alunos o surgimento de dor mais intensificada na abertura da boca, entre o lábio superior e os dentes superiores.

7.4.1.2. Observações verificadas antes, durante e após a utilização de aparelho ortodôntico

Na tabela seguinte visualizamos de forma resumida os aspectos mais marcantes apontados pelos entrevistados.

Tabela 52

Principais diferenças verificadas pelos professores antes, durante e após a utilização de aparelho ortodôntico dos alunos na prática da flauta transversal

Observações verificadas pelos professores entrevistados	Antes	Durante	Após
	Os alunos têm, ou deviam ter, focagem e direção definida. Os alunos apresentam dificuldades normais entre os restantes colegas.	Período de adaptação, ao qual os alunos devem manter essas adaptações até ao fim do procedimento. Aperfeiçoamento na colocação dos lábios uma vez que a qualidade do som é afetada.	Os alunos, de uma maneira geral, voltam a perder tudo o que aprenderam com a adaptação ao aparelho e têm de ter nova readaptação.

O aluno Y evidenciou que antes tinha dificuldades “normais” que um aluno sente ao aprender um instrumento musical, dentro das questões de embocadura, sonoridade, entre outras. Durante a utilização referenciou que teve um período de adaptação com a apresentação de alguma sintomatologia e posteriormente à utilização de aparelho um novo período de adaptação. Destaca que “sinto que tive mais dificuldade quando coloquei o aparelho na arcada superior pois quando coloquei na arcada inferior já tinha os dentes de cima mais alinhados e as mudanças na cavidade oral já não foram tão marcantes.” (entrevista nº 6)

Os professores seguiram todos a mesma linha de observação que o aluno Y apresentou anteriormente. O professor C realçou que:

Lembro-me que adaptei a minha focagem, gestão do ar e sonoridade à presença de aparelho e quando estava próximo de retirar o dispositivo pensava “Agora vou estar livre! Isto vai ser uma maravilha!” e lembro-me perfeitamente, já estava no 1º ano a lecionar quando retirei o aparelho e o som alterou outra vez. (entrevista nº 8)

Já a professora D evidenciou que durante a utilização verificou um melhoramento na colocação dos lábios e maior projeção sonora, destacando como uma vantagem. Depois da utilização também referiu que é necessária uma nova readaptação.

A utilização de aparelho ortodôntico, atendendo aos resultados obtidos, demonstra que o tratamento não decorre de forma linear a todos os utilizadores. A adaptação, quer na fase de colocação, quer ou longo do tratamento é variável, de acordo com as alterações fisionómicas a que os utilizadores são submetidos. Portanto, não surpreende que os processos de adaptação

sejam distintos, como podemos verificar com os Professores C e D, que durante a utilização, o primeiro manifestou necessidade de adaptação na gestão do ar, focagem e sonoridade, enquanto que o segundo apresentou melhorias na colocação dos lábios e projeção sonora. Contudo, ambos passaram por nova necessidade de readaptação, após a conclusão do tratamento ortodôntico.

7.4.1.3. Queixas evidenciadas na produção sonora

Conjugadas com as sintomatologias sentidas pela utilização do aparelho, surgem obstáculos na sonoridade da flauta Transversal.

Na tabela apresentada de seguida verificamos as principais queixas averiguadas pelos Docentes e pelo aluno que utilizou aparelho ortodôntico.

Tabela 53

Principais queixas averiguadas ao tocar flauta transversal com aparelho ortodôntico

Principais queixas evidenciadas	Dificuldade de focagem;
	Som indefinido/sujo;
	Dificuldade em juntar os lábios;
	Dificuldade em direcionar o ar.

O aluno Y realça o facto de que “com a colocação do aparelho ficou muito “sujo”, ou por outras palavras, indefinido.” (entrevista nº 6).

Para além das dificuldades físicas evidenciadas na tabela o professor C refere que existe um período de frustração tanto para os docentes como para os alunos, porém à necessidade de processos de motivação.

Segundo o professor C:

Lembro-me numa época mais complicada da minha ex-aluna, que estava numa época de muitos *masterclasses* e tinha de fazer muitos harmónicos e outros exercícios com ela, porém eram processos muito difíceis pois ela tinha muita dificuldade. O importante também era eu não transmitir a minha frustração também, e tinha de passar uma imagem de que tudo se ia resolver. E ia mesmo! O importante era dar o maior suporte possível para rapidamente ultrapassar as adversidades. Lembro-me de ter falado com ela e a mesma ter referido que estava relacionado com as consultas, que a dor que sentia tinha origem nas mesmas. (entrevista nº 8)

7.5. Prática pedagógica

7.5.1. Produtos e dispositivos existentes no mercado que permite a prática instrumental e proteção da cavidade oral com aparelho ortodôntico.

Relativamente à proteção da cavidade oral com consecutiva continuação da prática da flauta transversal foi possível obter através das entrevistas dados sobre dispositivos que possibilitam a proteção da cavidade oral.




O médico dentista C referiu a utilização de ceras e outros produtos específicos que garantem que ajudam os músicos a continuar a sua prática. Dentro das recomendações referiu que “Eu disponibilizo aos meus pacientes umas ceras que conseguem colocar sobre as barquetes, principalmente em períodos de maior abrasão. Estas ceras são parecidas a plasticinas que acabam por ter a função de proteger e evitar a formação de úlceras.” (entrevista nº 7)

O aluno Y referenciou que os principais conselhos que recebeu para colmatar a sintomatologia sentida foram a elaboração de uma higiene oral regular com aplicação de pasta dentífrica, a não ingestão de alimentos duros principalmente depois das consultas e a utilização de ceras nas barquetes para impedir a formação de feridas nos músculos e lábios.

Outros dispositivos são também possíveis de visualizar na tabela seguinte.

Tabela 54

Produtos que aliviam os sintomas provocados pela utilização do aparelho ortodôntico e que permitem a continuação da prática da Flauta Transversal.

Produtos que aliviam os sintomas	Observações
<p>Figura 27 Protetor de lábios</p>  <p>1)</p>	<p>Este dispositivo permite a fixação de uma película de silicone sobre uma área abrangente do aparelho ortodôntico. Com o mesmo, é possível proteger as gengivas e os lábios das barquetes do aparelho, protegendo o flautista de possíveis irritações ou inflamações.</p>
<p>Figura 28 Protetor bucal fixo</p> 	<p>Este dispositivo foi apresentado anteriormente. É elaborado em clínica dentária uma vez que é totalmente personalizado à fisionomia do futuro utilizador. É colocado depois da utilização do aparelho.</p> <p>Este dispositivo permite a estabilização da respetiva localização dos dentes. Contudo podem aumentar a produção de saliva.</p>
<p>Figura 29 Ceras dentárias</p> 	<p>As ceras são como pequenas “plasticinas” que se colocam nas barquetes e aliviam a pressão entre as barquetes e os intervenientes ativos na cavidade oral.</p>
<p>Elixires bucais</p>	<p>Encontram-se sem qualquer superfície comercial e têm como ação evitar a criação de infeções e abrasões na região bucal.</p>

Nota. 1) https://www.thomann.de/pt/silverstein_omniguard_lip_protector.htm Consultado em: 30/3/2023

7.5.2. A obtenção dos registos com a utilização de aparelho ortodôntico

Todos os professores e o aluno Y responderam prontamente que o registo mais afetado na obtenção com a utilização de aparelho é o registo grave. Esta verificação é defendida uma vez que todos referem que é muito mais difícil a descida do lábio superior com a utilização do aparelho.

O professor C acrescentou que:

É mais uma manifestação de impaciência, do que outra situação qualquer. Também notei queixas de um esforço dobrado na tentativa de tentar juntar os lábios para ir ao encontro do som e da focagem que tinham anteriormente. Também haviam outros problemas relacionados com os finais de frase, ou até mesmo de nuances. (entrevista nº 9)

Para além disto, a professora E referiu que também verifica nos seus alunos uma dificuldade acrescida na obtenção do registo agudo e sobreagudo referindo que “Os alunos sentem dificuldade em criar mais espaço na boca, estabilizar o lábio superior e direcionar o ar (criar um fluxo de ar contínuo) no instrumento.” (entrevista nº 10)

O aluno Y por sua vez revelou que a maior dificuldade foi na obtenção das notas mais graves, como o Mi₃, Ré₃ e Dó₃.

Tabela 55

Registo mais afetado pela utilização de aparelho ortodôntico ao mesmo tempo que a prática de flauta transversal

Registo mais afetado		
Registo Grave	Registo Médio	Registo Agudo
X		

7.5.3. Exercícios utilizados na ultrapassagem das adversidades trazidas pelo aparelho ortodôntico na obtenção de registos

Na tabela seguinte encontramos esquematizados os principais exercícios realizados e propostos pelos professores em sala de aula de forma a tornar o processo de obtenção de registos o mais natural e correto possível, mesmo com a utilização de aparelho ortodôntico.

Tabela 56

Principais exercícios elaborados de forma a colmatar as dificuldades na obtenção de registos

Principais exercícios elaborados	Harmónicos - para flexibilidade;
	Exercícios de sonoridade;
	Direção de ar;
	Relaxamento da embocadura;
	Exercícios de diminuendo;
	Exercícios didáticos.

O professor C referencia que a utilização de exercícios que estimulem a procura das dinâmicas é eficiente pois permitem trabalhar a flexibilidade dos lábios, falando da sua experiência própria, evidenciado que o ajudou a tornar o seu som mais limpo, direcionado e focado. Para além disto disse ainda que os exercícios de diminuendos também contribuem para trabalhar o registo sobreagudo.

A professora D evidenciou alguns exercícios didáticos para colmatar as dificuldades sentidas:

Outro exercício que comecei a realizar foi algo mais prático que foi um exercício em que o objetivo era pegar numa tampa de uma caneta, fechar com o polegar a parte onde a caneta insere e soprar para o buraquinho, focando a coluna de ar, até se ouvir um assobio. Este exercício tem como objetivo perceber como colocar os lábios e soprar de forma mais focada. (entrevista nº 9)

Já a professora E enumera vários tipos de exercícios, como vocalizes, técnicas contemporâneas como o *frullato*, entre outros que têm como base principal os tópicos abordados na tabela.

Por fim o aluno Y também referiu a importância que teve no seu estudo uma prática entre 30 a 60 minutos com algumas pausas de forma a não esforçar em demasia a sua cavidade oral. “Só com equilíbrio é que eu penso que consegui ultrapassar as adversidades. Fiz muitas notas longas, escalas, arpejos para ir ao encontro do som e dos registos que precisava tanto para os estudos como as peças.” (entrevista nº 7).

7.5.4. Métodos utilizados para a obtenção dos registos e colmatação das adversidades do aparelho ortodôntico

Na tabela seguinte é possível verificar os principais métodos utilizados pelos docentes com os alunos de flauta transversal de forma a trabalhar a flexibilidade de registos, mesmo com a utilização de aparelho ortodôntico.

Posteriormente teremos em análise os principais exercícios recomendados e obtidos através das entrevistas.

Tabela 57

Métodos utilizados para elaborar os exercícios de forma a colmatar as dificuldades na obtenção de registos

Métodos utilizados para obtenção dos registos	<i>Practice book for the flute</i> , vol. 1. de T. Wye;
	<i>Practice book for the flute</i> , vol. 2. de T. Wye;
	<i>Practice book for the flute</i> , vol. 5. de T. Wye;
	<i>Vocalises</i> de Sr. James Galway e Davids;
	<i>Check-up</i> de Peter-Lukas Graf;
	<i>24 petites études melodiques</i> de M. Moyse;
	<i>De la sonorité</i> de M. Moyse;
	<i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick;
	<i>La technique d'embouchure</i> de P. Bernold;
<i>The Singing Flute "How to Develop an Expressive Tone</i> de Peter-Lukas Graf.	

7.5.5. Exemplo de exercícios propostos para colmatar as dificuldades trazidas pelo aparelho ortodôntico na obtenção de registros

Manual nº5, *Practice book for the flute*, vol. 5. de T. Wye;

Figura 30

Exercício com escala de Fá maior com auxílio de crescendos e diminuendos do 5º livro de T. Wye.

F major EXPRESSIVE SCALES

The image displays three staves of musical notation for an exercise in F major. The first staff begins with a dynamic marking of *f* (forte). The notation consists of eighth-note patterns across three staves, with slurs and dynamic markings indicating crescendos and diminuendos. The exercise is titled 'EXPRESSIVE SCALES' and is for 'F major'.

Nota. Wye, T. (2013). *Practice Book for the Flute: Volume 5 - Tone Book*. Novello. p.13.

No método nº 5 de T. Wye, para além de ser possível trabalhar questões técnicas referentes às escalas maiores e menores, os exercícios permitem atravessar todos os registros da flauta transversal. Para além disso, permite trabalhar questões de sonoridade aliadas ao uso de dinâmicas, possibilitando abordar e aperfeiçoar a direção e velocidade de ar.

7.5.5.1. 24 Estudos melódicos de M. Moyse

Figura 31

Exercício 11 com variações de ritmos, dinâmicas e articulações dos “24 estudos melódicos” de Marcel Moyse

8

Lento

41

41 bis

Andantino

Variazione

f

p

f

p

f

f

p

f

Nota. Moyse, M. (1932) 24 pequenos estudos melódicos. Paris: Alphonse Leduc. p.8

O exercício, apresentado anteriormente, permite ao flautista atingir os diferentes registros e trabalhar questões de focagem e limpeza de som, colmatando a adaptação às adversidades do aparelho ortodôntico. Para além destas questões, os exercícios apresentam variações, onde é possível abordar diferentes articulações e mudanças de dinâmica.

7.5.5.2. Check-up, Peter-Lukas Graf

Figura 32

Exercício 13 do Livro Check-up de Peter Lukas Graf

13 Registers I · Registerwechsel I

Exercise 13: Large Intervals **Übung 13: Große Intervalle**

Purpose: ☞ A fluent change of register
 ☞ An even sound
 ☞ Good intonation

Ziel: ☞ Nahtloser Registerwechsel
 ☞ Ausgeglichener Klang
 ☞ Gute Intonation

♩ = 72 - 92

© B. Schott's Söhne, Mainz, 1991

Nota. Graf, P. (1990) Check-up 20 Basic studies for flutists. Schott. Mainz. p. 32

Através deste exercício, o flautista atinge todos os registros da flauta transversal, realizando intervalos de 12^a e de 6^a maior. Dentro dos vários benefícios, encontramos com este exercício o aperfeiçoamento do relaxamento de embocadura e a ativação do suporte diafragmático. Peter-Lukas Graf, com este exercício, pressupõe “uma mudança fluente de registros, som uniforme e boa entoação” (Graf, 1990, p. 32).

7.5.5.3. La technique de la embouchure de P. Bernold

Figura 33

Vocalise nº1 de “La tecnica de la embouchure” de P. Bernold

Vocalise nº 1 - Veillez à avoir un son bien large et ouvert.
Pay attention to have an expansive and open sound.

The image shows a musical score for a vocalise exercise. It consists of five staves of music. The first staff is in 3/4 time and features a melodic line with dynamic markings of *mf*, *f*, and *mf*. A slur covers the first two staves. The second staff is in 3/4 time with a key signature of three sharps (F#, C#, G#) and a *simile* marking. The third staff is in 3/4 time with a key signature of two sharps (D#, G#). The fourth staff is in 3/4 time with a key signature of one flat (F). The fifth staff is in 3/4 time with a key signature of three sharps (F#, C#, G#) and ends with a *Fine* marking.

Nota. Bernold. P. (1990). *La Technique D'Embouchure: 218 exercises for mastery of all difficulties* concerning transverse flute embouchure and the acquisition of a good tone. La Stravaganza. p. 9

Nesta panóplia de exercícios, P. Bernold afirma que, devemos “ter cuidado com a expansão e abertura do som” (Bernold, 1990, p. 8) e indica a “passagem de um registo para outro movendo o maxilar inferior para frente” (Bernold, 1990, p. 4).

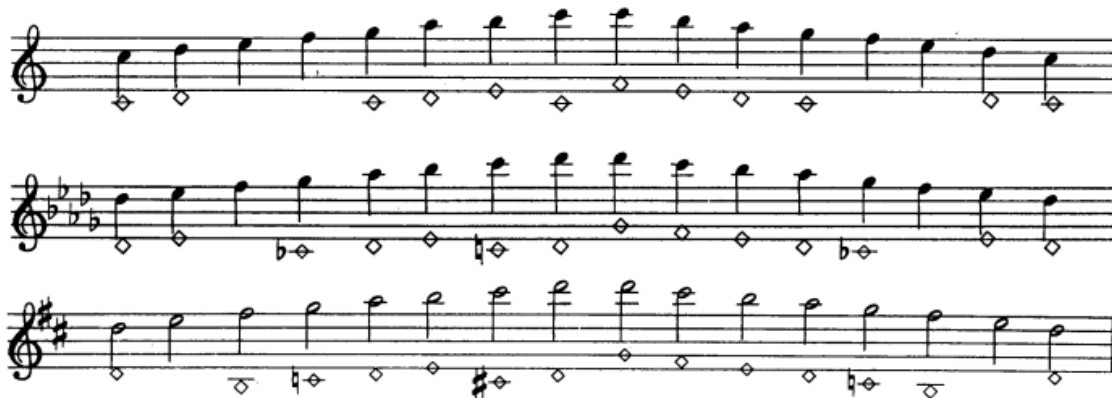
7.5.5.4. *El Desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas de R. Dick*

Figura 34

Exercício nº 4 do livro “El Desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas” de R. Dick.

Ejercicio 4:

Este ejercicio entremezcla los armónicos naturales con las digitaciones normales en el contexto de escalas mayores, proporcionando una base firme para la afinación. Estúdiese de forma similar al ejercicio 3.



Nota. Dick, R. (1995) *El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas*. Mundimusic, Ediciones musicales. Garijo. p. 19

Neste exercício conseguimos evidenciar a presença de harmônicos naturais, conjugados com notas normais. Conseguimos atravessar os vários registos da flauta e, com a presença dos harmônicos, é possível trabalhar a afinação, o relaxamento da garganta, da embocadura e novamente a ativação do suporte.

Os estudos apresentados não são exclusivamente para alunos com aparelho ortodôntico, ou seja, são estudos vocacionados para trabalhar a obtenção de registos em circunstâncias normais. Contudo, atendendo aos resultados obtidos, são também propícios para regular e estabilizar a ação do aparelho ortodôntico na prática instrumental. Apesar do aluno trabalhar a obtenção de registos, através da escuta ativa e visão ativa (com uso de um espelho, por exemplo) consegue adaptar a funcionalidade do aparelho, de forma a diminuir o seu impacto na atividade instrumental.

Capítulo do Ensino Secundário

A influência das pressões excessivas na cavidade orofacial na afinação

8. Ensino Secundário: A influência das pressões excessivas na cavidade orofacial na afinação

8.1. Afinação

A afinação corresponde à capacidade de produzir uma sonoridade com uma determinada frequência e comprimento de onda de tal forma que essa mesma sonoridade soe ao mesmo som, mesmo quando obtida por timbres diferentes.

A afinação pura baseia-se nos acordes de tríades - “na relação de intervalos simples e harmoniosos” (Ritcher, 1987, p. 168)

A afinação é um processo complexo, que se encontra interligado e dependente da disposição da embocadura, da direção do ar, do ângulo de incidência do jato de ar, da funcionalidade do fluxo de ar, da atividade do suporte diafragmático ou até mesmo da postura do instrumentista.

As várias famílias de instrumentos encontram-se em afinações diferentes. De uma maneira geral, a família das cordas encontram-se afinadas segundo quartas e quintas perfeitas, enquanto nos instrumentos de sopro evidenciamos a série overblowing⁵, encontrando-se assim baseados na afinação temperada⁶.

8.1.1. Procedimentos para a estabilização da afinação

Afinação pré-performance

A sintonização da afinação encontra-se a nível mundial através do Lá a 440 Hz. Algumas orquestras pelo mundo já expandiram este valor para 441Hz, ou pode mesmo chegar a valores de 445 Hz, tal como é verificado nas orquestras alemãs. Independentemente disto, este ponto de referência serve para a estabilização da afinação, mas também para equilíbrio entre a afinação dos instrumentos à sua volta.

No caso da flauta podemos considerar dois tipos de afinação: afinação fixa e afinação móvel.

⁵ Overblowing- É uma técnica usada ao tocar um instrumento de sopro que faz com que o tom do som salte para um mais alto principalmente através da manipulação do ar fornecido, em vez de uma mudança de dedilhado (...) Dependendo do instrumento e, em menor grau, do instrumentista, o overblowing pode envolver uma mudança na pressão do ar, no ponto para o qual o ar é direcionado ou nas características de ressonância da câmara formada pela boca e garganta do instrumentista.

Retirado de : <https://artigos.wiki/blog/en/Overblowing>

⁶ Afinação temperada- É o sistema de afinação responsável pela divisão do intervalo de uma oitava em doze semitons similares. Retirado de: <https://blog.alfibras.com/sistema-temperado/>

A afinação fixa encontra-se relacionada com o local onde se encontra alojado o *stopper*⁷ dentro da cabeça da flauta, que vai influenciar a variação da afinação da flauta. Este dispositivo não deve sofrer alteração de posicionamento e deve ser só reajustado em circunstâncias pontuais.

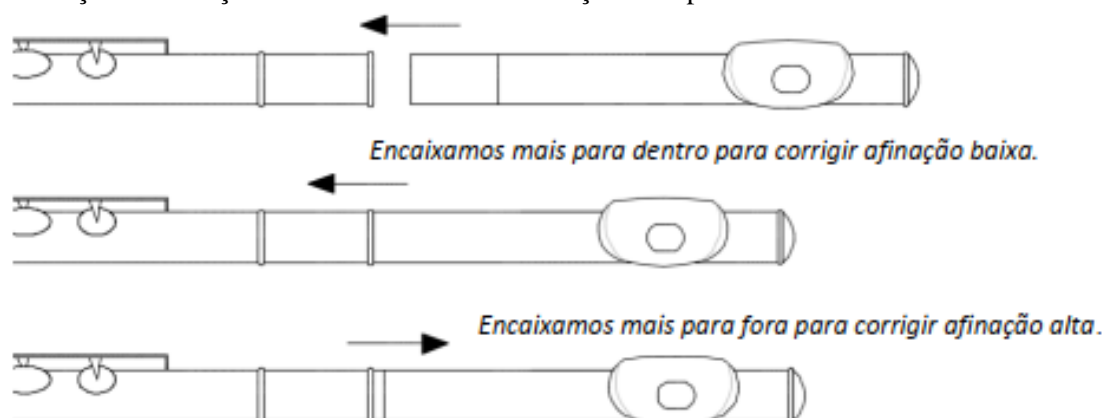
A afinação móvel é influenciada pelo encaixe da cabeça da flauta em seu corpo.

“Chamamos a isso afinação móvel porque é variável na quantidade do encaixe e conforme cada embocadura e flauta particularmente.” (Mascolo, 2019, p. 12)

Quando a afinação é baixa, teremos de encaixar mais a cabeça sobre o corpo da flauta. Se a afinação for alta teremos de encaixar mais para fora a cabeça em relação ao corpo.

Figura 35

Resolução da afinação através do encaixe da cabeça no corpo da flauta transversal



Nota. Mascolo, N. & Mascolo, C. (2019) Método de Iniciação de Flauta Transversal. Mascolo Flute Center. p. 12

O flautista geralmente afina o seu instrumento, entre os 440 a 442 Hz, contudo não deve partir do princípio que assim que o fizer adquira uma afinação perfeita. Dentro dos vários registos da flauta temos várias oscilações a ter em conta.

Contudo, fora a parte isto, ao longo do processo performativo é importante verificar várias vezes a afinação (na passagem de uma obra para outra) de várias notas de diferentes registos devido também a vários fatores musicais, como por exemplo, a armação de clave, a cor, a estética da obra, a articulação, o andamento, as dinâmicas, entre outros.

No momento da afinação a nota deve ser tocada de uma forma “confortável, natural, sem forçar a sonoridade.” (Mascolo, 2019, p. 12).

⁷ Rolha inserida no interior da cabeça da flauta transversal que regulariza a afinação.

8.2. Afinação espontânea durante a performance

Uma opção tomada pelos flautistas na regulação da afinação durante a execução é através da rotação axial do tubo da flauta transversal. Através desta opção, o flautista observa a retração e extensão do lábio inferior. Quando a afinação do flautista está baixa deve ocorrer a rotação da flauta para fora, e quando apresenta uma afinação alta deve ocorrer a rotação para dentro.

A afinação é influenciada pelo facto de se tocar a solo ou em grupo; se o intervalo é melódico ou harmónico, ou até mesmo ser influenciada pela reverberação da sala.

“Na execução da música de câmara com piano o músico procura ajustar os intervalos harmónicos ao temperamento igual do piano.” (Henriques, 2002, p. 964)

8.3. Fatores que influenciam a afinação

A embocadura na flauta apesar de existir uma conceção padrão para a sua obtenção é diferente de flautista para flautista, uma vez que cada ser humano apresenta uma fisionomia única. Como tal, esta consideração vai levar a que a afinação possa variar dependente da disposição da mesma.

Outros parâmetros como a mudança de registo, de dinâmica, ou articulação pode igualmente influenciar a variação da afinação. A afinação da flauta é influenciada pela composição, condição do ar na tubulação, deslizamento da cabeça para fora e para dentro, dedilhações, entre outros.

A afinação é um parâmetro muito complexo de ser trabalhado e o meio externo pode também influenciar a perceção de perfeição de afinação. “A afinação correta não pode ser determinada por cálculo, mas deve sim ser avaliada e realizada subjetivamente (...) A afinação “errada” de um colega pode ser a sua” (Ritcher, 1985 p. 169) Ou seja, a afinação correta é sinónimo de equilíbrio de afinação de grupo.

A flauta transversal, dentro da orquestra, é um instrumento que é tido como instável na sua afinação, mas porquê é que será isto? Dentro de um acorde, “o tom mais baixo é tido como ponto de mediação, (...) contudo como a flauta mantém sempre a voz superior, as discrepâncias na afinação são sentidas mais vulneravelmente.” (Ritcher, 1985, p. 169).

8.4. O comportamento da afinação da Flauta Transversal nos diferentes registros

Há medida que o flautista avança ao longo das notas mais graves, a afinação tende a baixar, despertando ainda uma maior importância na manutenção dos intervenientes ativos da performance, tal como por exemplo, o suporte diafragmático.

Relativamente ao registo médio e agudo na globalidade, à medida que o flautista ascende no registo da flauta verificamos que existe uma tendência para que as notas atinjam afinações altas.

Não é tão abrangente a todo o registo tal como averiguamos no registo grave (onde verificamos uma tendência ao baixar da afinação neste registo), pois no registo médio e agudo existem notas mais estáveis do que outras.

Uma das notas mais instáveis do registo da flauta transversal é o Dó sustenido, que maioritariamente atinge uma afinação muito alta.

As notas sobreagudas, Mi₅ natural e Fá₅ sustenido tendem a ser particularmente muito altas também. A nota Mi₅ é uma nota de difícil obtenção, muito também devido à sua dedilhação, que surge a partir da dedilhação da nota Lá. Para colmatar este problema surgiu no mercado de flautas um sistema com o mecanismo de Mi, que acaba por fornecer suporte e sustentabilidade a esta nota, tanto a nível sonoro como de afinação.

Figura 36

Notas com problemas de afinação



Nota. Moratz, K. (2010) *Flute for Dummies*. Wiley Publishing, Inc. Indianapolis, Indian. p. 227

8.5. Problemáticas e resoluções na afinação de notas instáveis dos registros

Relativamente às notas instáveis dos registros apresentadas anteriormente, os flautistas menos experientes tendem a apertar a embocadura ou a acelerar o fluxo de ar.

Este processo por um lado permite a sustentabilidade da nota, mas por outro lado leva a que as notas saiam com um som muito fino, fechado e com pouca ressonância.

Para que o processo seja obtido com a estabilização da afinação e do som, o flautista deve apontar o ar com precisão com o auxílio da mandíbula e lábios, potenciando uma cavidade oral aberta, relaxada e sem excessiva pressão, sem afetar a corrente de ar.

8.6. Pressões exercidas na região orofacial na prática da flauta transversal

Quando o instrumentista se encontra em atividade, os intervenientes da cavidade oral também se encontram ativos e manifestam pressões associadas.

Segundo Sá (2022):

Ao ser tocada uma nota, esta inicia-se com um período de ataque, em que existe um aumento significativo da pressão intrabucal e da pressão da peça bucal para que o elemento excitatório do instrumento musical seja ativado e inicie a produção de som. (...) A fase final da nota ou o período de extinção ocorre pela diminuição do fluxo de ar e conseqüentemente da pressão intrabucal. (p. 11)

Na flauta transversal, enquanto o lábio inferior se encontra sobre o lip-plate, o lábio superior é tencionado. Esta articulação, leva a que os dois se aproximem e formem uma abertura em formato de “O”.

Este processo permite direcionar e focar o ar sobre o orifício de sopro e obter o som através da vibração do ar.

“Para tocar tons mais agudos a mandíbula avança e permite direcionar o ar mais para cima enquanto nas notas graves a mandíbula baixa e vai atrás. Nesta classe de instrumentos os músculos orofaciais mais recrutados são o bucinador e o risorius” (Sá, 2022, p. 5).

Contudo, principalmente em aprendizes de flauta, as pressões exercidas na região orofacial podem ser excessivas, tendo o professor o papel de colmatar e ajudar o aluno a exercer as pressões estritamente necessárias.

“Geralmente, também os professores iniciam a sua atividade musical com idades muito precoces, correndo um maior risco de contrair lesões físicas, e a longo prazo transmitir esses

mesmo riscos aos seus alunos” (Rosset – Llobet & Odam, 2007, cit por: Gonçalves, 2012, p. 10).

Segundo Costa (2020) as “alterações provenientes desta prática podem causar alterações na qualidade de vida dos indivíduos seja por cansaço excessivo, dores musculares, estalidos na articulação temporomandibular, ou até mesmo em bloqueios de boca aberta.” (p. 11).

O mesmo autor refere, no que toca às pressões exercidas sobre a região orofacial, os flautistas são os instrumentistas com menor qualidade de vida, uma vez que os executantes são maioritariamente do género feminino e, comparativamente ao género masculino, apresentam mais problemas neste sentido.

O uso constante da região orofacial desencadeia uma ação de pressão constante sobre esta zona, e quando é sobrecarregada por pressões excessivas, leva ao surgimento de dor e desconforto e naturalmente de disfunções temperomandibulares, que para além de prejudicar a saúde, também interfere na sonoridade, afinação e destreza na flauta transversal.

Segundo Sá (2022):

As alterações deste sistema anatómico prendem-se ao uso excessivo e stress desta região, que podem levar a desequilíbrios musculares quer por hipertonia associada ao esforço ou por hipotonia associada, ao mau condicionamento da musculatura envolvida, microtraumas, ruturas de pequenas fibras musculares ou fadiga associada a espasmos musculares ou paralisias (p. 29).

Por exemplo, o músculo masséter e temporal anterior apresentam hiperatividade, pois já acarretam a responsabilidade da mastigação, deglutição e fala, ao tocar vão também estar ativos nesse processo e, como tal vão acumular este cargo, o que torna exigente a correta prática do instrumento.

8.7. Análises da entrevista - A influência das pressões excessivas na prática da flauta transversal

Para entender melhor a relação entre a prática performativa da flauta transversal e a influência das pressões excessivas sobre a região orofacial na afinação, foram elaboradas seis entrevistas. Duas delas a professores do ensino formal de flauta transversal (Professora F e G), outra a uma professora de Canto uma vez que a voz é o instrumento que melhor prepara corpo para a performance, atendendo que faz parte do mesmo e encontra-se aliado a toda componente muscular, articular, nervosa, entre outras. Por fim, também foram entrevistados três

profissionais e especialistas em medicina alternativa: especialista quiroprático, especialista em medicina chinesa e osteopata que também acumula a profissão de fisioterapeuta.

A escolha de entrevistar especialistas da medicina alternativa foi opção do investigador de forma a procurar formas e estratégias que colmatem as pressões excessivas da região orofacial sobre a afinação, mas de uma forma natural sem ingestão de medicamentos químicos.

8.7.1. Quadros resumos das principais constatações obtidas através das entrevistas **Principais sintomatologias que podem surgir devido às pressões excessivas**

Tabela 58

Sintomas associados às pressões excessivas provocadas na região orofacial

Sintomatologia apontada pelos especialistas	Dor e desconforto;
	Distonia facial;
	Contraturas ao nível do Masséter;
	Lesões no menisco do ATM;
	Falta de congruência;
	Neuralgia no trigémeo;
	Hérnias inguinais;
Alterações na mastigação.	

Na tabela apresentada anteriormente estão dispostas as principais sintomatologias apontadas pelos especialistas em medicina alternativa. Todos os especialistas procuram enumerar procurando explicar a formação das mesmas problemáticas.

De uma forma mais detalhada o especialista em medicina chinesa referiu que, na região orofacial, todos os constituintes têm uma ação ativa, mas destacou a língua (que só por si tem 16 músculos) evidenciando a sua ação associada à força. Segundo o próprio, toda a região orofacial está relacionada com o tronco nervoso e as adversidades desta região podem estar relacionadas com perturbações nesta localização.

8.7.2. Prática Pedagógica

8.7.2.1. Principais desafios para uma afinação correta sem pressões excessivas

Este tópico de informação foi destinado aos professores de ensino formal, buscando os principais desafios de trabalhar a correção da afinação tanto para os professores como para os alunos.

A professora F referiu que muitas questões de correção se prendem a questões não físicas tais como a correção auditiva, mas que indiretamente estão influenciadas com a questão orofacial.

Dentro desta questão abordou os principais conceitos averiguados na tabela seguinte e ainda acrescentou que:

Não me parece que exista uma receita mágica para a correção da afinação, considerando até erradamente conceitos como ‘apertar para subir a nota’, ‘relaxar para baixar a nota’. Julgo que são necessários requisitos mais abrangentes para que se aplique mediante as necessidades musicais. (entrevista nº 11)

A professora G realçou como pontos cruciais a importância da consciencialização da afinação nos diferentes registos com ajuste orofacial e o estabelecimento de uma embocadura flexível.

Tabela 59

Principais desafios existentes na correção da afinação

Desafios para a correção da afinação	Consciencialização física da musculatura facial;
	Abertura da cavidade bucal;
	Afastamento da mandíbula;
	Ajuste dos lábios.

8.7.2.2. Metodologia aplicada pelos professores de flauta

Na tabela apresentada desde seguida conseguimos verificar a principal metodologia aplicada pelos professores de flauta transversal para a abordagem da afinação caso haja a existência de pressões excessivas.

Tabela 60

Metodologia aplicada pelos professores na correção das imperfeições da afinação.

Metodologia aplicada pelos professores	Execução/Finalidade
Trabalho paciente de desconstrução total - anulamento de estímulos de embocadura incorreta.	Através de melodias simples ou trabalho de memória para que o aluno se foque apenas na temática da embocadura;
Vigilância em frente ao espelho	Verificar o comportamento da musculatura orofacial;
Escuta ativa	O exercício deve ser realizado em frente ao espelho ou com recurso a gravações. Este exercício permite ao aluno escutar e visualizar os malefícios que as pressões excessivas provocam na sua prática;
Exercício com cabeça da flauta	Para averiguar a pressão necessária para a emissão de som;
Exercícios de flexibilidade de registos	Apenas quando as pressões não são muito excessivas;
Exercícios com técnicas contemporâneas (harmónicos, <i>flutterzunge</i> , cantar e tocar ao mesmo tempo, entre outros)	Permite o relaxamento, flexibilidade da embocadura e suporte da coluna de ar;
Gravações	Audição e discussão em aula.

8.7.2.3 Procedimentos utilizados pelos especialistas

De forma a esquematizar os principais procedimentos contra lesões provocadas pelas pressões excessivas na cavidade orofacial foram elaboradas tabelas atendendo à área de execução do especialista, procedimento a efetuar e ainda a descrição dos mesmos. A elaboração destas tabelas foram fruto das entrevistas aplicadas.

8.7.3. Técnicas de relaxamento recomendadas pelos especialistas

8.7.3.1. Técnicas recomendadas pelo especialista quiroprático

Tabela 61

Técnicas recomendadas pelo especialista quiroprático para atenuação das pressões excessivas

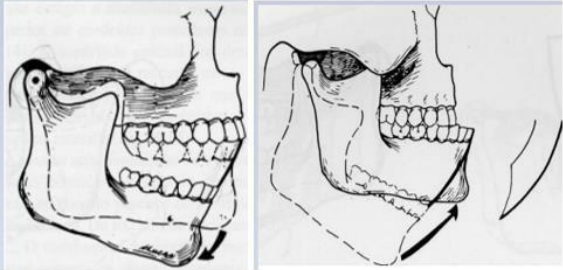

Técnica	Descrição	Observações
<p>Antepulsão, retropulsão e movimentação lateral da mandíbula</p> <p>Figura 37</p> <p>Antepulsão e retropulsão da mandíbula</p>  <p>Nota. Camacho, G. et al (2014) <i>Relações dinâmicas dos Maxilares</i>. Aditeme. p. 16-17</p>	<ul style="list-style-type: none">• O intérprete deve mover para a frente e para trás a mandíbula durante algumas sequências;• Posteriormente deve promover o mesmo exercício, mas movendo a mandíbula para a direita e para a esquerda.	<ul style="list-style-type: none">• Permite o alongamento da articulação temporo mandibular e conseqüentemente o seu relaxamento.

Tabela 62

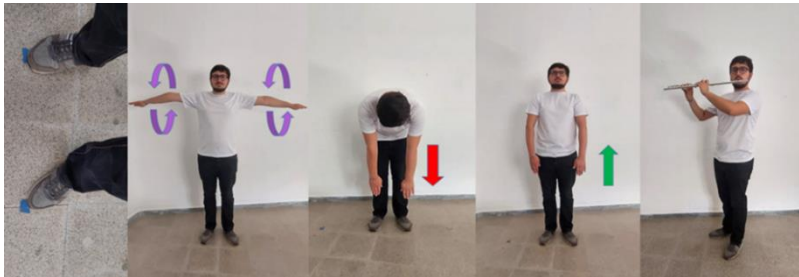
Técnicas recomendadas pelo especialista quiroprático para atenuação das pressões excessivas. (Continuação)

Técnica	Descrição	Observações
<p>Libertação miofascial dos músculos submentais e cervicais profundos anteriores da coluna cervical</p> <p>Figura 38</p> <p>Libertação mio fascial dos músculos submentais</p>  <p>Nota.. https://pt.wikihow.com/se-Livrar-de-N%C3%B3dulosde-Estresse-no-Pesco%C3%A7o Consultado em: 12/4/2023</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Consiste na aplicação de pressão sobre os músculos submentais e cervicais profundos anteriores da coluna cervical, onde a aplicação é realizada por um quiroprático, fisioterapeuta ou até mesmo pela própria pessoa com o auxílio de uma bola ou rolo de espuma. 	<ul style="list-style-type: none"> • Permite a libertação de tensões e pressões entre os músculos e a fáscia⁸.
<p>Stretching controlada da boca</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Abertura e fecho gradual da boca com repetição em vários ciclos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Relaxamento e alongamento dos músculos ao redor da boca.
<p>Correta mobilidade/ajustamentos quiropráticos da coluna cervical e junção cranio-cervical.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Procedimentos específicos aplicados por especialistas quiropráticos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Relaxamento da coluna cervical e consequente região orofacial.

⁸ Fáscia - É uma película que separa os diferentes constituintes do nosso corpo (órgãos, musculatura, articulações, vasos, nervos, entre outros.)

Tabela 63

Técnicas recomendadas pelo especialista quiroprático para atenuação das pressões excessivas. (Continuação)

Técnica	Descrição	Observações
Exercícios correta postura	<p>Pressupõe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estabilização da cintura escapular; • Exercícios de estabilização do tronco (Pranchas ventrais e laterais); • “Trabalho de força dos membros inferiores, para que estes promovam excelente controlo da pressão abdominal e solo pélvico, importantes para atividades de sopro.” (entrevista nº 14). 	<ul style="list-style-type: none"> • Melhor posicionamento e fortalecimento da musculatura
Alongamento do corpo	<p>Pressupõe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Relaxamento da coluna e membros; • Rotação dos membros inferiores com alongamento; • Pode ser feito autonomamente pelos interpretes. <p>Figura 39</p> <p>Exemplificação do exercício para promover uma boa postura em pé. A cor roxa temos a rotação dos braços, a vermelho a descida com expiração e a verde a subida com inspiração.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Relaxamento dos principais pontos de apoio do corpo humano.

8.7.3.2. Técnicas da Medicina Oriental

Tabela 64

Técnicas orientais recomendadas pelo especialista em Medicina Chinesa para colmatar as pressões excessivas.

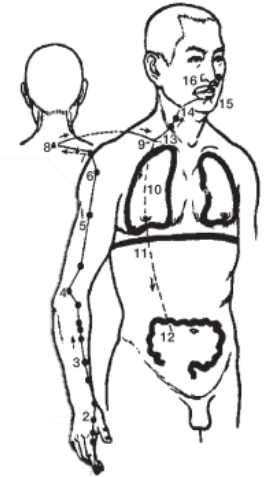
Técnica	Descrição	Observações
<p>Acupuntura Figura 40</p> <p>Os meridianos atravessam vários órgãos do corpo. Na Acupuntura, entende-se que a função de cada órgão pode estar interligada com outros órgãos.</p>  <p>Nota. Wang, Y.G (2011) <i>Tradicional Chinese medicine</i>. Informa Heathcare. P. 127</p>	<p>Área ligada à medicina tradicional chinesa.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Esta técnica é realizada com agulhas; • No caso da região orofacial, a agulha vai estimular a parte tendino-muscular da boca, mas também consegue fortalecer os pulmões; • A ação desta técnica pode ser explicada através “de mecanismos de modulação da dor a nível local (pela estimulação de fibras A delta e fibras I e II musculares) e segmentar (modulação na lâmina I e V de Rexed nos cornos posteriores da medula espinhal)” (Fernandes, 2013, p.9); • A agulha vai desencadear a libertação de diferentes hormonas, que vão reduzir os estímulos dolorosos e “a estimulação de interneurónios aferentes que bloqueiam a transmissão de impulsos nocivos” (Fernandes, 2013, p. 9); • As agulhas são colocadas em pontos dos meridianos, que atravessam vários órgãos do corpo humano. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realizada com um diagnóstico diferencial, com interrogatório nunca deixando de parte a queixa principal; • O especialista em Medicina Chinesa considera que esta técnica é considerada mais objetiva. A agulha chega até as quatro camadas de pele e atinge o ponto específico da queixa; • Obtém resultados mais rápidos que outras técnicas, dentro da medicina alternativa.

Tabela 65

Técnicas orientais recomendadas pelo especialista em Medicina Chinesa para colmatar as pressões excessivas.



Técnica	Descrição	Observações
<p>Tui Na</p> <p>Figura 41</p> <p>Tui Na. Massagem realizada com pressão das mãos.</p>  <p><i>Nota.</i> Mercanti, M. (2018) <i>The Tui Na Manual</i>. Healing Art press p. 292</p>	<ul style="list-style-type: none"> • É uma massagem incluída na medicina tradicional chinesa, que significa “empurrar com a mão”, também conhecida como Massaterapia e/ou osteopatia chinesa; • Esta massagem pode ser global ou específica, por exemplo, num ponto de maior tensão; • Trabalho específico nos músculos e tecidos moles; • Permite o realinhamento das relações músculo-esqueléticas e ligamentares. 	<ul style="list-style-type: none"> • Só é realizado depois de um diagnóstico.

Tabela 66

Técnicas orientais recomendadas pelo especialista em Medicina Chinesa para colmatar as pressões excessivas. (Continuação)

Técnica	Descrição	Observações
<p>Shiatsu</p> <p>Figura 42</p> <p>Shiatsu, ou digitopuntura</p>  <p>Nota. https://reactivespa.com.br/blog/beneficios-shiatsu/ Consultado em: 26/4/2023</p>	<ul style="list-style-type: none">• Também é conhecida como Digitopuntura;• É uma massagem de origem japonesa;• É realizada exercendo pressão com as pontas dos dedos em pontos específicos do corpo;• Usa técnicas semelhantes à Acupuntura, mas sem agulhas.	<p>A massagem é realizada pelo especialista atendendo à alimentação, rotina e estilo de vida.</p> <p>Segundo o especialista em medicina chinesa, não é tão objetiva como a acupuntura, uma vez que não atinge, por exemplo todas as camadas da pele, tal como é possível com a acupuntura.</p>

8.7.3.3. Técnicas recomendadas pelo Osteopata/ Fisioterapeuta

Tabela 67

Exercícios Propostos pelo Osteopata/Fisioterapeuta de forma a alongar a região orofacial

Exercícios	Procedimentos	
Alongamento da região	Parte externa	Pequena massagem com as mãos;
	Parte interna	Massagem com escova de dentes ao longo das bochechas;
Mobilidade do queixo	Abrir e fechar a boca, deslocar para um lado e para o outro.	

8.7.4. Técnicas recomendadas que podem ser aplicadas autonomamente pelos flautistas

8.7.4.1. Exercício e procedimentos propostos pelo Osteopata/Fisioterapeuta para alívio das pressões excessivas que podem ser feitos autonomamente pelos flautistas

Tabela 68

Exercícios a executar de forma autónoma para relaxamento da região orofacial.

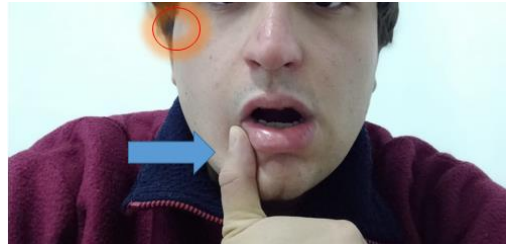
	Procedimentos	Representação
Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial	a. Pressionar com um dedo, entre o lábio e o queixo no sentido transversal, sempre com uma abertura ligeira das arcadas dentárias. Sentimos longo o alongamento do ponto de junção da maxila com a mandíbula, abaixo da região das orelhas.	<p>Figura 43</p> <p>A seta azul aponta para a pressão que o dedo deve fazer sobre o queixo. O círculo vermelho refere-se ao alongamento da junção da maxila com a mandíbula.</p> 

Tabela 69

Exercícios a executar de forma autónoma para relaxamento da região orofacial. (Continuação)




	Procedimentos	Representação
Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial	b. Depois retirar o dedo e relaxar, abrindo e fechando a boca.	<p data-bbox="1137 400 1267 432">Figura 44</p> <p data-bbox="1137 464 1890 496">A azul temos a abertura da boca, a vermelho o fecho da mesma.</p> 
	c. Depois deve-se repetir o ponto a, algumas vezes.	<p data-bbox="1137 735 1267 767">Figura 45</p> <p data-bbox="1137 791 1496 823">Novamente o procedimento a.</p> 
	d. Realizar um ciclo do ponto a e b, novamente.	<p data-bbox="1137 1126 1267 1158">Figura 46</p> <p data-bbox="1137 1190 1451 1222">Realização do ponto a e b.</p> 

Tabela 70

Exercícios a executar de forma autónoma para relaxamento da região orofacial. (Continuação).





	Procedimentos	Representação
Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial	e. Depois devemos realizar novamente o ponto a, mas promovendo uma força do queixo na direção contrária. O dedo empurra para um lado e o queixo para o outro.	<p>Figura 47</p> <p>A azul temos a pressão do dedo sobre o queixo e a vermelho temos a própria pressão que o queixo faz na direção contrária.</p> 
	f. Depois relaxamos novamente, abrindo e fechando a boca.	<p>Figura 48</p> <p>Novamente o procedimento b.</p> 

Tabela 71

Exercícios a executar de forma autónoma para relaxamento da região orofacial. (Continuação)

	Procedimentos	Representação
Exercício e os seus procedimentos para relaxamento da região orofacial	g. Repetimos o ponto “e” mais alguns segundos.	<p>Figura 49</p> <p>Novamente procedimento e.</p> 
	h. Promovemos o relaxamento novamente, abrindo e fechado bem a boca.	<p>Figura 50</p> <p>Novamente procedimento b.</p> 

8.7.5. Técnicas de relaxamento utilizadas pelos cantores

Tabela 72

Técnicas utilizadas pelos cantores de forma a evitar pressões excessivas na região orofacial


Técnica	Descrição	Observações
<p>Murmúrios de boca fechada Figura 51</p> <p>QR code para exemplificação do exercício</p> 	<p>O intérprete deve implementar a movimentação em círculos dos músculos, dentes, língua e outros constituintes da região orofacial, sempre com os lábios cerrados e com voz de forma a permitir a vibração dos constituintes. A maxila e o maxilar devem mover-se para a frente e para trás.</p>	<p>Permite o relaxamento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Músculos circulares;• Laringe, que fica com menor pressão e mais estável no seu posicionamento;• Toda a musculatura da cabeça (olhos, testa, entre outras). <p>O intérprete ao cantar vai também potenciar a vibração e ressonância dos lábios, que posteriormente vai permitir o seu relaxamento.</p>

Tabela 73

Técnicas utilizadas pelos cantores de forma a evitar pressões excessivas na região orofacial. (Continuação)





Técnica	Descrição	Observações
<p>Movimentos circulares ao redor da parte exterior dos dentes</p> <p>Figura 52</p> <p>QR Code para exemplificação do exercício</p> 	<p>A língua deve mover-se em círculos lentamente sobre a área externa dos dentes. Este exercício deve ser realizado ao longo de vários ciclos, invertendo ao longo do tempo a direção que a língua toma, movendo-se para esquerda e posteriormente para a direita, ou vice-versa. Este processo é realizado até que se atinja um estado de relaxamento desta região.</p> <p>O corpo também deve estar relaxando, sempre com os ombros para baixo. Depois dos ciclos circulares da língua o intérprete deve promover a deglutição, para que seja possível atingir o relaxamento da laringe.</p>	<p>A língua vai provocar a tensão e distensão dos músculos ao redor da bochecha permitindo o aquecimento e preparação destes constituintes para a prática performativa.</p> <p>Este exercício também é benéfico para os intérpretes com aparelho ortodôntico, pois vai potencializar a diminuição da pressão sentida pelos músculos circulares sobre a ação das barquetes.</p>
<p>“Choro do recém-nascido”</p> <p>Figura 53</p> <p>QR Code para exemplificação do exercício</p> 	<p>O intérprete coloca os lábios para a frente e deve abrir e fechar totalmente a boca em círculos, durante vários ciclos. A língua deve também movimentar-se em círculos dentro da cavidade oral.</p> <p>O executante deve também pronunciar o ditongo “muau”, quase como imitação do choro de um recém-nascido.</p>	<p>Para além do relaxamento dos constituintes, a ação da voz vai também permitir a vibração e ressonância sobre os lábios.</p>

Tabela 74

Técnicas utilizadas pelos cantores de forma a evitar pressões excessivas na região orofacial. (Continuação)

Técnica	Descrição	Observações
<p>Língua sobre o palato</p> <p>Figura 54</p> <p>QR Code para exemplificação do exercício</p> 	<p>A língua sobe e toca no palato, permitindo a abertura da garganta. Este exercício deve ser executado nos períodos de pausa, por exemplo, horas antes de um concerto, de uma aula, entre outros, permitindo desde logo um relaxamento num longo espaço de tempo.</p>	<p>Este exercício vai permitir o relaxamento de toda a região da garganta, pois potencia a sua abertura/expansão.</p> <p>A raiz da língua é um dos principais pontos de tensão. Se conseguirmos relaxá-la, vai ser mais fácil conseguir relaxar os restantes constituintes da região orofacial.</p>
<p>Compressão e relaxamento do corpo</p> <p>Figura 55</p> <p>QR Code para exemplificação do exercício</p> 	<p>O intérprete deve contrair todo o seu corpo durante alguns segundos. Posteriormente deve promover ao relaxamento. Deve-se repetir os procedimentos várias vezes.</p>	<p>O intérprete ao realizar este exercício vai vivenciar e saber distinguir o estado do seu corpo num momento de tensão e num momento de relaxamento. Ou seja, a procura pelo estado de relaxamento vai ser mais visível.</p>

Nas tabelas apresentadas anteriormente foi possível averiguar exercícios que o flautista consegue executar de forma autónoma sem comprometer a sua saúde, que permite o relaxamento da região orofacial e de regiões vizinhas.

A técnica de alongamento apresentada pelo osteopata deve ser realizada entre um a dois minutos, de forma breve, porém, tal como defende o profissional com resultados também imediatos.

Já as técnicas de relaxamento utilizadas pelos cantores surgem da aplicabilidade da professora de canto em si e nos seus alunos, verificando ao longo do tempo resultados positivos que potenciam uma atividade correta, mas com propensão à utilização natural dos seus constituintes.

Apesar do processo de afinação ter, essencialmente, uma enorme influência da escuta ativa, tal como já foi possível averiguar neste trabalho, nenhum aspeto se encontra isolado. Assim sendo, se existirem irregularidades na disposição dos constituintes orofaciais, estas exercerão influência sobre a afinação. Assim sendo, os exercícios apresentados, ao trazerem uma ação mais natural dos constituintes, levam a que a sua aplicabilidade seja benéfica para a estabilização da afinação.

9. Análise dos resultados – Estudo de Caso – A influência das técnicas de relaxamento e dispositivo de silicone na prática da Flauta Transversal na Classe de Flautas no CRBA

Depois de recolhidas as técnicas de relaxamento, através da investigação sobre a influência das pressões excessivas na afinação da flauta transversal, o mestrando decidiu expandir a sua aplicabilidade aos restantes níveis de ensino. Com esta expansão, o mestrando elaborou o estudo de caso a apresentar posteriormente, onde através de observação direta, verificou a influência das técnicas de relaxamento em cada tema a abordar nos diferentes níveis de ensino.

De forma a existir uma fluidez na leitura, o estudo de caso encontra-se completo na fase final do relatório de estágio, tendo cada nível de ensino uma pequena contextualização do tema a abordar.

9.1 Iniciação - Procedimento A

O estabelecimento da embocadura, tal como podemos verificar neste trabalho, é crucial para todo o desenvolvimento do flautista. O enfoque principal na Iniciação, ao longo do estágio, foi a verificação do comportamento da embocadura e o seu estabelecimento.

Os alunos participantes, nesta ramificação do estudo de caso, foram o aluno A e o aluno B, referenciados anteriormente na Seção I do respetivo relatório.

As sessões foram incluídas na planificação das aulas, não existindo qualquer influência negativa na continuação da abordagem de outros conteúdos.

De uma maneira geral, ambos os alunos mostraram empenho, dedicação e atenção em todos os procedimentos.

9.1.1 Exercícios práticos realizados ao longo das sessões de Iniciação

O *Método Completo de Flauta* de P. Taffanel e P. Gaubert apresenta uma panóplia de exercícios de sonoridade, técnica, articulação e leitura. Todos os exercícios são enumerados de forma estratégica. Inicialmente, os exercícios enfocam principalmente na temática da sonoridade, para que o flautista possa dar os seus primeiros passos na prática da flauta transversal. Só à medida que avançamos no método, é que verificamos um

aumento na dificuldade dos exercícios, permitindo depois trabalhar outras temáticas abordadas anteriormente neste tópico.

A escolha do *Método Completo de Flauta* de P. Taffanel e P. Gaubert para este estudo de caso, teve como objetivo dar aos alunos a oportunidade de isolarem e trabalharem a temática do estabelecimento da embocadura, sem exigências técnicas, tanto rítmicas como de registros, uma vez que foram utilizados exercícios iniciais do método.

Para que existisse um processo de comparação e, atendendo que o aluno A ainda só tinha aprendido notas do registo grave, apenas foram implementados, com os dois alunos, exercícios neste registo, trabalhando apenas as notas da mão esquerda.

No exercício 4 temos uma leitura, onde a base rítmica se baseia na leitura de mínimas ao longo da pauta. Esta base rítmica permitia que, a passagem entre as várias notas fosse mais lenta, e a que o aluno se focasse mais na embocadura.

No exercício 5 e 6, a base rítmica já se baseia na leitura de semínimas e mínimas, o que permite trabalhar a sonoridade, e também a agilidade na digitação. Os exercícios são muito semelhantes, contudo o exercício 5 é mais longo do que o exercício 6, permitindo assim, também, trabalhar a resistência ao tocar dos flautistas.

Figura 56

Exercícios utilizados nas sessões dos alunos de Iniciação

The image displays three musical exercises from the 'Méthode Complète de Flûte' by Taffanel and Gaubert. Each exercise is marked 'Lento' and is written in treble clef with a common time signature. Exercise 4 consists of three staves of music. Exercise 5 consists of two staves. Exercise 6 consists of one staff. The exercises feature simple melodic lines with various note values and rests, designed for flute technique practice.

Nota. Taffanel, P. & Gaubert, P. (1958). *Méthode Complète de Flûte*. Alphonse Leduc. p.8.

9.1.2 Principais observações verificadas na região orofacial, face à abordagem do estabelecimento da embocadura

As sessões foram intercaladas, para que numa sessão existisse, primeiramente, exercícios de relaxamento corporal e orofacial antes do exercício prático, e noutra sessão, o aluno simplesmente tocasse o exercício, sem exercícios prévios de relaxamento. De seguida vamos verificar e comparar a principal sintomatologia sentida entre as várias sessões realizadas.

Na tabela 75 e 76, podemos visualizar as principais observações, averiguadas e sentidas pelos alunos ao longo das sessões. Com a cor verde encontram-se as sessões em que foram aplicadas técnicas de relaxamento antes do exercício prático, enquanto representado a cor vermelha, temos as sessões sem qualquer tipo de aplicação de exercício de relaxamento.

Tabela 75

Observações benéficas do estado corporal verificadas ao longo das sessões com os alunos de iniciação.

Observações do estado corporal	Observações	Dados-Aluno A						Dados-Aluno B					
		Sessões						Sessões					
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
Observações Benéficas	Relaxamento geral do corpo	X				X	X					X	
	Relaxamento localizado dos lábios e garganta	X		X				X		X		X	
	Ombros relaxados					X		X					
	Relaxamento muscular ao redor da boca			X				X		X		X	

Tabela 76

Observações desvantajosas do estado corporal verificadas ao longo das sessões com os alunos de iniciação.

Observações do estado corporal	Observações	Dados-Aluno A						Dados-Aluno B					
		Sessões						Sessões					
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
Observações desvantajosas	Pressão geral nos lábios		X		X				X		X		X
	Desconforto localizado no lábio superior		X				X						
	Tensão nos músculos ao redor da boca				X				X				
	Tensão localizada nas bochechas						X						
	Tensão na garganta						X				X		X
	Tensão ao redor dos olhos										X		
	Tensão nos ombros												X
	Tensão no nariz				X								X
	Dor nas mãos e pulsos		X						X		X		

9.1.3 Análise das observações do estado corporal verificada nas sessões com os alunos de iniciação

De uma forma geral, foi visível que, as observações benéficas, fizeram-se sentir nas sessões em que existiram técnicas de relaxamentos, *a prio*, dos exercícios práticos na flauta transversal. Por outro lado, nas sessões em que não houve qualquer aplicação de técnica de relaxamento, foram intensificadas observações desvantajosas para a saúde e, conseqüentemente, para a prática instrumental. Apenas o relaxamento geral do corpo se fez sentir na sessão nº 6, onde não aconteceu nenhuma técnica de relaxamento, tendo sido obtida esta observação diretamente do aluno A.

Dentro das observações benéficas, entre o aluno A e B, o relaxamento localizado dos lábios e garganta foi a observação que se realçou mais entre as sessões, ficando logo atrás, o relaxamento dos músculos ao redor da boca.

Relativamente às observações desvantajosas, a observação que mais se realçou ao longo das sessões foi a pressão geral nos lábios, sendo seguida pela tensão na garganta e dor nas mãos, ou pulsos. Contudo, esta última, no que toca ao aluno A, a observação deveu-se a uma avaria na chave correspondente ao dedo mindinho, que tornava a descida da chave muito mais difícil.

Todas as observações, detalhadas na tabela, foram averiguadas nas sessões de ambos os alunos, à exceção do “desconforto localizado no lábio superior” e “desconforto localizado nas bochechas”, que se fez sentir apenas nas sessões do aluno A. Para além destas, “a tensão localizada nos músculos ao redor dos olhos”, que foi verificada numa única sessão do aluno B (Sessão nº 4).

9.1.4 Observações verificadas em ambos os alunos

Dentro das observações comuns aos dois alunos, a observação benéfica “relaxamento localizado dos lábios”, e ainda as observações desvantajosas “tensão ao redor dos olhos” ou “tensão nos ombros”, foram referenciadas pelo mestrando e orientadora cooperante face à sua observação, não tendo sido nunca referenciado pelos alunos ao longo das sessões. Esta situação revelou que, atendendo a estas manifestações, os alunos não se deram conta das mesmas.

Apenas a observação de “sensação de relaxamento geral do corpo” foi referenciada somente por ambos os alunos, por ser uma sensação pessoal, para a qual os professores não detinham capacidade de averiguar.

Existiram outras observações referenciadas que foram averiguadas em ambos os alunos, contudo não foram detetadas pelos dois alunos ao mesmo tempo. Um exemplo disto é a observação benéfica “relaxamento muscular ao redor da boca”, que foi referenciada na sessão pelos docentes e aluno A, mas não pelo aluno B. E ainda, dentro das observações desvantajosas, a observação “Tensão nos músculos ao redor da boca”, que foi referenciada pelos docentes e aluno B, porém não pelo aluno A.

9.1.5 Observações verificadas apenas no aluno A

Fora as observações em comum, a observação benéfica “Relaxamento muscular ao redor da boca”, e ainda as observações desvantajosas “Desconforto localizado no lábio superior e “Tensão no nariz”, foram obtidas nas sessões do aluno A.

A última observação referenciada anteriormente foi justificada pelo aluno como consequência de quando está constipado, ou mais pormenorizadamente, com obstrução nasal.

A observação “Ombros relaxados” verificado nas sessões com aplicação de técnicas de relaxamento, ou a observação “Tensão localizada nas bochechas”, averiguada nas sessões sem técnicas, foram apenas referenciadas pelo mestrando e orientadora cooperante. O aluno, quando questionado sobre estas observações revelou que não tinha consciência das mesmas. Para além da observação na região orofacial, outro aspeto, que foi realçado, foi a dor no pulso, principalmente nas sessões em que não tinha aplicação de técnicas de relaxamento. Como o apoio da flauta não se encontrava distribuído de forma uniforme, o aluno tinha tendência a focar o peso do instrumento sob a mão esquerda.

9.1.6 Observações verificadas apenas no aluno B

Dentro das observações benéficas, a observação “ombros relaxados” foi referenciada pelo aluno. De forma a justificar esta observação, o aluno acrescentou que depois do alongamento da coluna e membros, esta observação era um fator que mais se sobressaía no seu estado físico.

Já dentro das observações desvantajosas, o mestrando e orientadora cooperante verificaram que o aluno tinha uma tendência a criar tensão nos constituintes ao redor dos olhos, e ainda a levantar e criar tensão nos ombros, quase exclusivamente nas sessões sem aplicação de técnicas de relaxamento.

Tal como o aluno A, o aluno B, quando foi questionado sobre estas observações, referiu que não tinha consciência das mesmas.

9.1.7 Influências das técnicas de relaxamento na estabilização da embocadura

Uma embocadura correta é um aspeto muito ambíguo, em que fatores como a funcionalidade, destreza e relaxamento influenciam este conceito. Uma embocadura correta deve promover os últimos aspetos referenciados. É possível partir de um padrão pré-estabelecido, mas mesmo assim, esse aspeto pode levar à criação de várias embocaduras, apesar de corretas.

Tanto o aluno A como o aluno B tinham embocaduras diferentes. A embocadura do aluno A era um pouco indefinida, uma vez que ainda se encontrava no início da prática, e todo o processo era muito exploratório. A embocadura do aluno B era mais focada, já tendo um ponto de referência onde depositava os lábios e soprava. Apesar disto, a embocadura do aluno B tinha tendência a modificar ao longo da prática, promovendo aspetos como, pressões, direccionalidade ou focagem incorreta, que eram necessários trabalhar, para modificar.

Na tabela 77 e 78 é possível verificar as principais observações verificadas no estabelecimento da embocadura do aluno A e do aluno B. A cor verde, encontram-se as sessões em que foram aplicadas técnicas de relaxamento antes do exercício prático,

enquanto que, a cor vermelha, estão referenciadas todas as sessões onde só existiu prática do exercício na flauta transversal.

Uma vez que nenhum processo na prática instrumental ocorre de forma isolada, existe também na tabela 77 e 78 observações detalhadas, que compreendem aspetos relacionados com respiração, postura, que conseqüentemente vão afetar o estabelecimento da embocadura.

Tabela 77

Observações benéficas relacionadas com o estabelecimento da embocadura.

Observações na estabilização da embocadura	Observações	Dados-Aluno A						Dados-Aluno B					
		Sessões						Sessões					
		1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (S/técnicas+ Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (s/Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (s/Técnicas r. + Ex.C)	1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (s/Técnicas r. + Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (Técnicas r. + Ex.C)
Observações Benéficas	Embocadura estável (Lábios relaxados e flexíveis)	X		X		X						X	
	Maior flexibilidade da língua (articulação)											X	
	Grande espaço na cavidade oral			X				X					
	Som definido	X		X				X		X		X	X
	Fluxo de ar fluido			X		X							
	Direção de ar precisa			X								X	
	Respirações estáveis			X						X		X	
	Ponto de apoio no porta-lábios estável							X		X			
	Postura corporal correta			X		X							

Tabela 78

Observações desvantajosas relacionadas com o estabelecimento da embocadura.

Observações na estabilização da embocadura	Observações	Dados-Aluno A						Dados-Aluno B					
		Sessões						Sessões					
		1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (S/técnicas+ Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (s/Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (s/Técnicas r. + Ex.C)	1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (s/Técnicas r. + Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (Técnicas r. + Ex.C)
Observações desvantajosas	Embocadura instável (lábios tensos)		X		X		X		X		X		X
	Som indefinido		X				X				X		
	Respirações instáveis		X										X
	Ponto de apoio no porta-lábios instável		X						X		X		
	Postura Corporal incorreta				X			X	X		X		X
	Interrupção do fluxo de ar				X		X		X				
	Direção de ar desfocada				X								

9.1.8 Análise das observações da prática da flauta transversal na influência da estabilização da embocadura

Todas as observações levantadas e assinaladas na tabela foram aquelas que se destacaram ao longo das sessões, o que não quer dizer que não existissem eventualmente outras, porém de uma forma menos representativa, intensa e duradoura ao longo das sessões.

Neste tópico de observação, a maior parte das observações levantadas foram referenciadas pelo mestrande e orientadora cooperante. Apesar dos alunos terem dado *feedback* sobre a sua prestação, não tinham ainda muito domínio e consciência total sobre a sua prática. Os alunos apenas destacaram que o seu som ficava mais “bonito”, após a aplicação das técnicas de relaxamento.

Tal como foi visível nas observações do estado corporal, as observações benéficas na prática da flauta transversal foram essencialmente visíveis nas sessões com exercícios de relaxamento orofacial e corporal antes da prática do exercício. Apenas a observação “som definido” foi visível na sessão nº 6 (sem técnicas de relaxamento) do aluno B, apesar de se terem evidenciado outras questões menos boas, relativamente à postura corporal, onde o aluno se encontrava com as costas curvas e as pernas fletidas.

Já as observações desvantajosas tiveram tendência a sobressair-se nas sessões onde não existiu aplicação de técnicas de relaxamento. A observação benéfica que se fez mais sentir foi o “som definido”, presente tanto nas sessões do aluno A como aluno B. Nas observações desvantajosas, “embocadura instável (lábios tensos)” foi a mais constatada, sendo seguida logo pela “postura corporal incorreta”.

A sessão nº 3 do aluno A, e a sessão nº 5 do aluno B, foram as sessões em que se fizeram sentir mais observações benéficas, respetivamente.

A observação “maior flexibilidade na língua (articulação) foi apenas verificada no aluno B, tal como “Ponto de apoio no porta-lábios estável” (sessão nº 1 e nº 3). Contudo, foi destacada a observação “postura corporal incorreta” nas sessões sem aplicação de técnicas de relaxamento, devido a uma intensificação deste fator, principalmente por causa da curvatura da cabeça.

Relativamente ao aluno A, foram apenas visíveis as observações benéficas “Fluxo de ar fluido” e “postura corporal correta” nas suas sessões. (Sessão nº 3 e nº 5). Já dentro das observações desvantajosas, as observações “Ponto de apoio no porta-lábios instável” e ainda “direção de ar desfocada” foram essencialmente verificadas nas sessões com o

aluno A. Este facto deveu-se principalmente à instabilidade nos apoios da Flauta Transversal.

Apesar de se verificarem ainda algumas observações desvantajosas, com a aplicação de técnicas de relaxamento, como é o caso da sessão nº 3, a existência das mesmas provocou, ao longo do estudo caso, a intensificação de um maior número de observações vantajosas.

De uma maneira geral, os alunos evidenciaram resultados mais positivos no estabelecimento da embocadura quando aplicaram exercícios de relaxamento antes do exercício prático.

9.1.1. Análise pormenorizada da prática do aluno A

O aluno ao ser questionado sobre a sua participação ao longo das sessões, referiu que sentia o seu som “mais bonito” nas sessões onde existia aplicação de técnicas de relaxamento, que o levavam a perceber o seu corpo “mais livre”.

Para além das observações detalhadas anteriormente na tabela, um fator que se destacou e afetou diretamente a embocadura do aluno foi a falta de apoio ao segurar o instrumento. Este fator evidenciava-se mais nas notas Si₃ e Dó₄, onde o apoio do instrumento é crucial, pois sem o mesmo, o aluno perde o ponto de estabilização da embocadura sobre o portá-lábios e, conseqüentemente, afeta o som, tornando-o mais fino, indefinido, com direção imprecisa, entre outros aspetos.

Figura 57

No exercício 6 apresentado, temos assinalado as notas Si₃ e Dó₄ a azul, para as quais o Aluno A teve maior dificuldade de estabilização da embocadura, atendendo que ainda não tinha os pontos de apoio da flauta totalmente definidos.



Nota. Taffanel, P. & Gaubert, P. (1958). *Méthode Complète de Flûte*. Alphonse Leduc. p. 8

Contudo, foi visível nas sessões com aplicação de técnicas de relaxamento uma posição corporal mais estável e com uma distribuição do corpo e do instrumento mais uniforme.

Nas sessões sem técnicas de relaxamento o aluno tinha tendência a ter o lábio inferior mais para trás, não sendo mesmo possível visualiza-lo em alguns momentos, de tão recuado que se encontrava. Já nas outras sessões, o aluno apresentava uma maior flexibilidade de lábios, com melhor precisão do fluxo de ar, sem acumulação de ar nas bochechas, como também foi visível, porém essencialmente com melhor postura.

9.1.2. Análise pormenorizada da prática do Aluno B

O aluno B, tal como foi mencionado na Seção I do presente relatório, sempre teve uma postura muito discreta, tímida e não se expressava muito ao longo das aulas. Contudo, ao longo das sessões do estudo de caso, contribui com a perceção sobre a sua prestação ao longo do tempo. Dentro das suas observações, o aluno B evidenciou que as técnicas de relaxamento o deixavam com uma “postura corporal mais natural ao tocar”, ou então, com um “som mais bonito”, tal como expresso anteriormente.

Ao longo das sessões foi notoriamente visível o benefício das técnicas de relaxamento na estabilização da embocadura e até mesmo a nível de postura corporal. Os lábios estavam mais flexíveis e a articulação do aluno B ficou mais ágil e precisa.

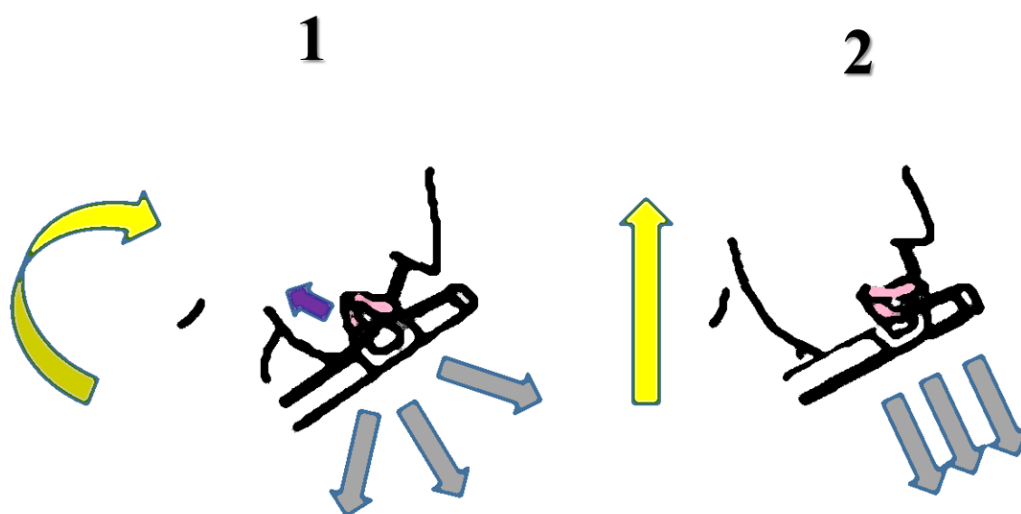
Um aspeto não ligado à questão da embocadura, mas que afetou a concentração do aluno B, foi a presença de demasiada resistência da chave correspondente ao dedo mindinho da mão direita. O facto de o aluno ter que realizar uma força redobrada, levava a que ficasse com dor nos dedos e pulso, desviando a sua atenção para este facto, desfocando da principal tarefa de estabilização de embocadura. Embora esta situação estivesse mais relacionada com problemas técnicos do instrumento, o aluno revelou ainda que mesmo com o instrumento instável, sentia diferenças no estado corporal, depois dos alongamentos, promovidos também pelos exercícios de relaxamento.

As notas em que a estabilização da embocadura foi mais exigente foi no Si₃ e Dó₄, tal como no aluno A. Para além, também, da falta de apoio ao segurar o instrumento, o aluno tinha tendência a curvar a cabeça, promovendo a oscilação da embocadura, e até o próprio desaparecimento do lábio inferior. Consequentemente, o som do aluno ficava incorretamente direcionado, desfocado e menos preciso. Todos estes aspetos foram possíveis de reverter (não totalmente, mas pelo menos melhorar um pouco) com as técnicas de relaxamento, que promoveram uma postura da cabeça mais direita e,

consequentemente, um maior espaço adequado entre a abertura do porta-lábios e o espaço ocupado pelo lábio inferior.

Figura 58

Na representação nº 1 temos um esboço da posição curva (amarelo), lábio inferior retraído (roxo) e direção de ar (cinzento) desfocada do aluno B, essencialmente nas sessões sem técnicas de relaxamento. Na representação nº 2 temos um esboço da posição mais direita (amarelo), lábios mais centrados a ocupar metade do porta-lábios e direção mais focada do ar (cinzento) em resultado da correta estabilização da embocadura do aluno B, obtidos essencialmente nas sessões com técnicas de relaxamento corporal e relaxamento localizado orofacial.



9.1.3. Limitações no estudo de caso - Iniciação

Tabela 79

Fatores externos que podem ter influenciado os resultados obtidos

Fatores que podem ter afetado resultados- Iniciação
- Estado de espírito dos Alunos;
- Preocupações com elementos da rotina;
- Desconcentração;
- Estado crítico dos instrumentos;
- Doenças.

Ao longo dos capítulos apresentaremos alguns fatores que podem ter afetado os resultados. Estes parâmetros levavam a que os alunos demorassem mais tempo a elaborar os exercícios, ou que demorassem mais tempo a dar o seu feedback, perante os resultados obtidos. Para além do exposto, não afetaram mais nenhuma outra dimensão.

9.2 Curso Básico

A obtenção de registos é uma temática que, tal como pudemos verificar neste relatório, se encontra intimamente relacionada com os constituintes orofaciais, fluxo de ar, suporte diafragmático, equilíbrio da postura corporal, entre outros.

O enfoque principal no curso Básico, ao longo do estágio, foi a verificação da obtenção de registos, e o comportamento da sua embocadura e corpo na globalidade dentro deste processo.

Os alunos, participantes nesta ramificação do estudo de caso, foram respetivamente o aluno C e o aluno D no procedimento A, onde houve aplicação de técnicas de relaxamento orofacial, e ainda o aluno E, que tendo aparelho ortodôntico, participou no Procedimento B, tendo como foco de estudo a influência do dispositivo de silicone na proteção bucal, em simultâneo com a utilização de aparelho ortodôntico e a obtenção de registos.

Todos os alunos referenciados, anteriormente, encontram-se referenciados na Seção I do respetivo relatório.

As sessões foram incluídas na planificação das aulas, não existindo qualquer influência negativa na continuação da abordagem de outros conteúdos.

Todos os alunos demonstraram dedicação e rigor ao executar os vários procedimentos propostos ao longo das sessões no estudo de caso.

Nos alunos do Curso Básico, tanto os alunos que participaram no Procedimento A como o aluno que participou no Procedimento B, executaram exatamente os mesmos exercícios, uma vez que tinham como enfoque comum a obtenção de registos.

9.2.1 Exercícios práticos realizados ao longo das sessões do Curso Básico

Ao longo das seis sessões dos alunos do Curso Básico, foram utilizados três Métodos de Flauta Transversal. Nas sessões nº 1 e nº 2 foi utilizado o método *Practice Book for flute – Tone* de T. Wye; nas sessões nº 3 e nº 4, o método implementado foi o *Desarollo mediante nuevas técnicas* de R. Dick, e por fim, nas sessões nº 5 e nº 6 foi utilizado o método *Check-up* de Peter-Lukas Graf.

A escolha destes métodos será justificada nos tópicos apresentados em seguida.

9.2.1.1. *Practice Book for Flute - Tone* de T. Wye

O método *Practice Book for flute – Tone* do flautista e pedagogo, T. Wye pertence a uma panóplia de livros que complementam os principais desafios da prática de flauta transversal. Acompanhados por estes desafios, o autor propõe vários exercícios com estratégias para uma prática correta.

O primeiro livro apresentado, foca-se no trabalho da sonoridade, na qualidade do mesmo, em todas as circunstâncias em que os flautistas se podem encontrar, como mudanças de dinâmica, crescendos, diminuendos, transição de registos sem perda de qualidade, entre outros.

O exercício executado deste método foi o exercício da página nº 13 onde temos patente a mudança do registo grave para o registo médio, com presença de crescendos.

O mestrando selecionou este exercício, uma vez que o mesmo pressupõe que haja uma máxima naturalidade nos constituintes da região orofacial, na transição de registos, com ajustes de velocidade e direção de ar. A consciencialização da utilização do suporte diafragmático também faz parte das competências a obter através do exercício.

Com mínimas alterações da embocadura (sem pressões excessivas), boa gestão de ar, e utilização ativa do suporte diafragmático, pretende-se que a sonoridade nunca perca qualidade.

Figura 59

Exercício da Página 13 do *Practice Book for Flute - Tone* de T. Wye utilizado nas sessões nº 1 e nº 2 dos Alunos do Básico.



Nota. Wye, T. (2015). *Practice Book for the Flute: Books 1-6*. Novello & Co. p. 13

9.2.1.2 *Desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas de Robert Dick*

O método *Desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas*, do flautista R. Dick, tal como o próprio nome indica, apresenta uma panóplia de exercícios intercalados com técnicas contemporâneas. Dentro deste aspeto, conseguimos encontrar exercícios como glissandos, whistle tones, harmónicos, cantar e tocar ao mesmo tempo, multifónicos, sons difusos, aplicação das escalas de bambu, entre outros.

Antes de um exercício, o autor apresenta uma breve explicação sobre a técnica contemporânea, a aplicação dessa técnica e ainda o efeito da mesma para uma melhor sonoridade.

A aplicação e envolvimento das técnicas contemporâneas ao longo do estudo de caso resultam do trabalho realizado pelo mestrando e toda a recolha que obteve ao longo dos anos através da Docente Orientadora.

Ao longo das sessões nº 3 e nº 4, o exercício utilizado foi o nº 5 da página 21, com a utilização da técnica dos harmónicos. A escolha desta técnica surgiu uma vez que os alunos envolvidos ainda nunca tinham tido contacto com técnicas contemporâneas. Assim sendo, em consenso com a orientadora cooperante, foi escolhida a técnica dos harmónicos, por ser de mais fácil obtenção, numa primeira abordagem.

O exercício nº 5 consistia em partir da nota natural e percorrer o registo grave e médio, segundo a posição de harmónico, sem que houvesse grandes modificações de embocadura, mas sim de ajuste da velocidade do ar e direção.

Figura 60

Excerto do Exercício 5 da página 21 do Método *El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas* de R. Dick. Em cima conseguimos visualizar a explicação do exercício ao pormenor, enquanto em baixo temos o desenvolvimento do exercício.

Ejercicio 5:

Este es un ejercicio tipo «bajo de Alberti» en el que las fundamentales alternan con sus parciales tercero, cuarto y quinto. Después de estudiarlo a niveles dinámicos uniformes, *mf*, *ff*, *mp* y *pp*, contrastar las dinámicas nota a nota según sigue:



Este ejercicio debe practicarse de $\text{♩} = 60$ a $\text{♩} = 120$ articulado, luego legato. Hágase uso de la velocidad del aire como medio principal para cambiar de parcial.

Nota. Dick, R. (1995). *El Desarrollo del Sonido Mediante Nuevas Tecnicas*. Mundimúsica Ediciones Musicales. p. 21-22

O exercício, depois de uma primeira fase pretendia que o aluno executasse as diferentes notas, com a dinâmica por baixo associada. Contudo nesta observação, atendendo que era o primeiro contacto dos alunos com a técnica, os mesmos apenas realizaram a primeira fase do exercício.

9.2.1.3 *Check-up* de Peter-Lukas Graf

Tal como o método de R. Dick, *Check-up* do flautista e pedagogo Peter-Lukas Graf é um método, em que apresenta alguns exercícios com técnicas contemporâneas. As técnicas que encontramos neste método são os harmônicos, glissandos, *whistle tones*, cantar e tocar ao mesmo tempo, aplicação do *frullato*, entre outros.

Para além da sonoridade, este método também permite trabalhar a correta prática de respiração, articulação e técnica. Para o estudo de caso, foi selecionado a seção destinada para a obtenção de registros.

O autor sistematiza, em vários tópicos antes dos exercícios, todos os pontos que devem ser obtidos com o exercício, promovendo naturalmente uma prática correta.

Figura 61

Excerto do exercício 13 do Método *Check-up*, de Peter-Lukas Graf.

Ejercicio 13: Intervalos grandes

Finalidade: Un cambio de registro imperceptible.
 Un sonido equilibrado.
 Buena afinación.

Exercício 13: Intervalos grandes

Finalidade: Uma mudança de registro imperceptível.
 Um som equilibrado.
 Boa afinação.

$\text{♩} = 72 - 92$

The image shows a musical score for Exercise 13, titled 'Intervalos grandes'. It consists of four staves of music. The tempo is marked as quarter note = 72-92. The music features a complex rhythmic pattern with many sixteenth notes, often beamed together. There are various articulations, including slurs, accents, and breath marks (v). The dynamics range from piano (p) to fortissimo (ff). The score is written in treble clef and includes a key signature change to one flat (B-flat) in the fourth staff.

Nota. Graf, P.-L. (1992). *Check-up - 20 Estudios Básicos para Flautistas*. Schott. p. 32

O exercício selecionado para as sessões nº 5 e nº 6 foi nomeadamente o exercício nº 13 da página 32, onde o objetivo principal era a obtenção da extensão dos diferentes registos, que promovessem uma fluída passagem entre registos, com correto som e afinação, sem mudanças drásticas nos constituintes da região orofacial.

9.2.2 Procedimento A

9.2.2.1 Influências das técnicas de relaxamento no estado corporal dos alunos do Curso Básico

A obtenção de registos é uma prática que naturalmente se encontra relacionada com outras temáticas, como a sonoridade, respiração, afinação e até pode ser influenciada pela articulação. Qualquer perturbação da embocadura, fluxo de ar, afinação, má postura, ou até a combinação entre os vários fatores mencionados, pode influenciar a obtenção de registos.

Tanto o aluno C, como o aluno D, tiveram alguns aspetos em comum na obtenção de registos. Entre os vários fatores, a insuficiente utilização do suporte diafragmático, interrupções de fluxo de ar, entre outros, foram fatores que condicionaram a obtenção de registos nos dois alunos, apesar de terem embocaduras diferentes.

O aluno C tinha uma embocadura com uma tendência a levantar o lábio superior no lado direito, contudo com um desempenho funcional. Já o aluno D, tinha uma embocadura já mais centrada, mas com alguma tendência para apertar nos registos mais agudos.

Na tabela 80 e 81 é possível verificar as principais observações verificadas no estado corporal do aluno C e do aluno D nos diferentes exercícios, uns mais semelhantes do que outros. A cor verde, encontram-se as sessões onde foram aplicadas técnicas de relaxamento antes do exercício prático, enquanto, a cor vermelha, referencia todas as sessões onde só existiu prática do exercício na flauta transversal.

Uma vez que nenhum processo na prática instrumental ocorre de forma isolada, existe também na tabela 80 e 81, observações detalhadas que compreendem aspetos sobre o corpo na sua generalidade.

Tabela 80

Observações benéficas do estado corporal verificadas ao longo das sessões com os alunos C e D

Observações do estado corporal	Observações	Dados - Aluno C						Dados - Aluno D					
		Sessões						Sessões					
		1 (Técnicas r. + Ex.1)	2 (S/técnicas+ Ex.1)	3 (Técnicas r. + Ex.1)	4 (s/Técnicas r. + Ex.1)	5 (Técnicas r. + Ex.1)	6 (s/Técnicas r. + Ex.1)	1 (Técnicas r. + Ex.1)	2 (s/Técnicas r. + Ex.1)	3 (Técnicas r. + Ex.1)	4 (Técnicas r. + Ex.1)	5 (Técnicas r. + Ex.1)	6 (Técnicas r. + Ex.1)
Observações Benéficas	Lábios relaxados (todos os registos)			X		X				X		X	
	Garganta Relaxada	X		X		X		X		X			
	Músculos da região orofacial relaxados (Geral)			X								X	
	Músculo ao redor dos olhos relaxados							X					
	Corpo relaxado (geral)	X				X		X		X		X	
	Relaxamento na ATM			X									
	Ombros relaxados					X							
	Membros superiores relaxados				X	X							
	Língua relaxada					X							

Tabela 81

Observações desvantajosas do estado corporal verificadas ao longo das sessões com os alunos C e D

Observações do estado corporal	Observações	Dados - Aluno C						Dados - Aluno D					
		Sessões						Sessões					
		1 (Técnicas r. + Ex.1)	2 (S/técnicas+ Ex.1)	3 (Técnicas r. + Ex.1)	4 (s/Técnicas r. + Ex.1)	5 (Técnicas r. + Ex.1)	6 (s/Técnicas r. + Ex.1)	1 (Técnicas r. + Ex.1)	2 (s/Técnicas r. + Ex.1)	3 (Técnicas r. + Ex.1)	4 (Técnicas r. + Ex.1)	5 (Técnicas r. + Ex.1)	6 (Técnicas r. + Ex.1)
Observações desvantajosas	Lábio superior tenso (todos os registros)		X		X		X		X				X
	Lábio superior tenso (registro sobreagudo)	X						X	X		X		X
	Músculos da testa tensos								X		X		
	Músculos oculares tensos (agudo e sobreagudo)								X				
	Garganta tensa		X		X		X		X		X		X
	Língua tensa		X				X						
	Ombros tensos						X						X
	Corpo tenso				X		X						X
	Dor na ATM		X										
	Dor de barriga						X						

9.2.1.2. Análise das observações do estado corporal verificada nas sessões com os alunos do Ensino Básico – Procedimento A

As observações levantadas anteriormente foram aquelas que mais se destacaram ao longo das sessões. Podem ter surgido outras, contudo de uma maneira menos intensa, duradoura e que não influenciou as sessões.

Relativamente a este tópico, as observações levantadas foram averiguadas pelo mestrando e orientadora cooperante, porém também pelos próprios alunos, que se mostraram ser muito rigorosos nas suas observações pessoais. O aluno C foi, desde a primeira sessão, muito crítico em tudo o que ocorria ao longo das sessões, detalhando todos os pormenores. Já o aluno D, nas primeiras sessões teve alguma dificuldade em expressar-se, mas enquanto o estudo de caso avançava, as suas observações começaram a ficar mais detalhadas de informação.

Analisando a tabela 80 e 81, de uma maneira geral foi possível verificar que as observações benéficas fizeram-se sentir mais nas sessões antecedidas por técnicas de relaxamento, à exceção das observações “Lábio superior esticado (geral)”, que se fez sentir ainda na 1ª sessão do aluno C, e “Lábio superior tenso (no registo agudo e sobreagudo)” que foi verificado também na 1ª sessão do aluno D. Apesar disto, nas restantes sessões com técnicas de relaxamento não se verificaram estas observações de uma forma tão acentuada, existindo assim um relaxamento maior do lábio superior.

Já as observações desvantajosas, fizeram-se sentir principalmente nas sessões em que não existiram técnicas de relaxamento *a priori*. Apenas a observação “Membros superiores relaxados” (sessão nº 4) foi obtida numa sessão sem técnicas de relaxamento, fruto da observação direta do aluno C.

Dentro das observações benéficas, entre o aluno C e D, o “corpo relaxado”, “garganta relaxada” e “relaxamento dos lábios (todos os registos)” foram as observações que mais se destacaram ao longo das sessões, principalmente nas sessões com aplicação de técnicas de relaxamento.

Nas observações desvantajosas, “Lábios tensos (todos os registos)”, “garganta tensa”, “lábios tensos (registo agudo e sobreagudo)” foram aquelas que mais se destacaram pela negativa, principalmente nas sessões sem aplicações de técnicas de relaxamento.

O estado corporal dos indivíduos não pôde ser avaliado de forma objetiva, pois os alunos não se encontraram sempre totalmente relaxados ou totalmente tensos, tendo-se registado diferentes estágios destes dois estados.

Apesar de conseguirmos encontrar diferentes observações (vantajosas e desvantajosas) nas duas tipologias de sessões, foi possível verificar uma maior representatividade de observações vantajosas nas sessões com técnicas de relaxamento.

9.2.1.3. Observações pormenorizadas do aluno C

O aluno C foi um dos alunos que mais se dedicou ao estudo de caso, dando vários pontos de vista sobre a sua conduta e reação ao longo das sessões.

O aluno C, ao longo das sessões, tinha tendência a apertar um pouco os lábios ao longo dos registos. Para além disto também era visível uma tendência de curvatura das costas, debruçando o corpo sobre a estante musical. Ao longo das sessões com técnicas de relaxamento, foi-se desenvolvendo no aluno uma maior abertura da cavidade oral, garganta mais aberta, relaxamento dos músculos ao redor dos lábios e ainda uma posição mais relaxada do corpo.

O aluno C expressou que no início das aulas de flauta transversal, sentia uma dor na ATM e ainda chegou a expressar dor de barriga. Para justificação deste facto, o aluno referia que antes tinha aula de Coro, que devido ao esforço e dedicação levavam às observações detalhadas anteriormente. Contudo, o mestrando conseguiu averiguar que situações como nervosismo ou *stress* (uma vez que o aluno solava em algumas obras do coro) poderiam levar a esta situação, já que na disciplina de Classe de Conjunto todos os alunos realizavam técnicas de relaxamento, promovidas pelo Docente responsável, antes da aula iniciar.

De uma maneira geral, foi visível que a sua região orofacial e o equilíbrio do seu corpo foi estabelecido à medida que, as sessões com técnicas de relaxamento aconteciam, verificando-se no fim uma maior naturalidade ao tocar.

9.2.1.4. Observações Pormenorizadas – aluno D

O aluno D, inicialmente ia para as sessões do estudo de caso muito nervoso e irrequieto, não estando totalmente focado nas atividades. Esta situação acontecia porque o aluno tinha receio de referir alguma coisa mal, ou até mesmo realizar alguma coisa incorretamente. Depois de alguns esclarecimentos do mestrando, que deixou o aluno totalmente à vontade, o aluno percebeu que nenhuma observação é correta ou errada, simplesmente a veracidade dos factos, era o que realçava. Depois disto, o aluno começou cada vez mais a ficar à vontade e a ter um pensamento crítico sobre a sua ação.

O aluno tinha uma tendência a criar tensão nos lábios no registo agudo e sobreagudo, aspeto este que foi mais resistente a modificar ao longo das sessões. Para além disto, o aluno tinha tendência a franzir os músculos da testa e ainda a pressionar os músculos ao redor dos olhos (abria totalmente os olhos). Esta ação “roubava” energia ao suporte diafragmático, uma vez que essa energia era dissipada para lugares incorretos, resultando posteriormente no desequilíbrio do corpo na sua globalidade.

Relativamente à disposição do corpo, existia uma tendência a curvar e a deixar cair os membros superiores, o que também provocava desequilíbrio.

Através das sessões com técnicas de relaxamento, as observações detalhadas anteriormente foram sendo trabalhadas, contribuindo para um faseado desaparecimento.

Com o estudo de caso, foi possível verificar um relaxamento e equilíbrio do corpo, sem tensões em excesso nos constituintes orofaciais, garganta mais relaxada e outros elementos que são possíveis visualizar na tabela 80, contribuindo assim para uma prática mais saudável.

9.2.2.2 Influências das técnicas de relaxamento na obtenção de registos

Na tabela 82 e 83 estão esquematizadas as observações focadas na obtenção de registos que tiveram maior predominância ao longo das sessões. Podem ter surgido outras, contudo não de uma forma tão intensa e duradoura.

Nas tabelas as observações estão divididas em observações benéficas e desvantajosas, dentro daquilo que o mestrando considerou dentro do processo de obtenção de registos.

Tal como na iniciação, as sessões em que foram realizadas técnicas de relaxamento estão assinaladas a cor verde, enquanto as sessões sem aplicação de técnicas de relaxamento estão assinaladas a cor vermelha.

Tabela 82

Observações benéficas relacionadas com a transição entre registos.

Observações na obtenção de registos	Observações	Dados - Aluno C						Dados - Aluno D					
		Sessões						Sessões					
		1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (S/técnicas+ Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (s/Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (s/Técnicas r. + Ex.C)	1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (s/Técnicas r. + Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (Técnicas r. + Ex.C)
Observações Benéficas	Todos os registos-embocadura estável			X								X	
	Registo grave- fluxo de ar focado	X						X					
	Registo grave e médio- embocadura estável									X			
	Fluidez na mudança de registos	X						X				X	
	Som focado no geral	X		X		X				X		X	
	Respirações conscientes					X		X					
	Posição dos lábios estável sobre o porta-lábios					X							
	Suporte diafragmático ativo					X				X		X	
	Postura corporal equilibrada			X		X							

Tabela 83

Observações desvantajosas relacionadas com a transição entre registos.

Observações na obtenção de registos	Observações	Dados - Aluno C						Dados - Aluno D					
		Sessões						Sessões					
		1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (S/técnicas+ Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (s/Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (s/Técnicas r. + Ex.C)	1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (s/Técnicas r. + Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (Técnicas r. + Ex.C)
Observações desvantajosas	Todos os registos - pressão labial		X						X				
	Registo grave- fluxo de ar pouco focado				X		X						
	Registo agudo - pressão no lábio superior	X							X				
	Registo sobreagudo - tensão na embocadura						X	X		X	X		X
	Mudança instável entre os registos												
	Som indefinido		X		X		X				X		
	Suporte diafragmático inativo				X								X
	Afinação instável		X								X		
	Respiração insuficiente		X		X		X		X				X
	Articulação indefinida									X			
	Postura corporal instável						X						X

9.2.2.2.1 Análise das observações da prática da flauta transversal na obtenção de registros

Atendendo ao detalhado nas tabelas, as distribuições das observações benéficas foram distribuídas mais acentuadamente nas sessões com técnicas de relaxamento. Contudo, por outro lado, as observações desvantajosas foram distribuídas tanto em sessões com e sem técnicas de relaxamento, mas existiu uma maior predominância das mesmas nas sessões sem técnicas.

A observação benéfica mais verificada foi “som mais definido” na obtenção de registros, sempre nas sessões com técnicas de relaxamento. Contudo de uma maneira geral, as observações “mudança de registros fluídas”, “respirações conscientes”, entre outras foram também sentidas.

Dentro das observações desvantajosas, a observação mais revelante sentida foi “tensão na embocadura” no registo sobreagudo, que se fez sentir nas duas tipologias de sessões, tendo sido a observação mais resistente a mudar ao longo das sessões. Outra observação também bastante averiguada foi “respirações insuficientes” que notoriamente iria afetar a velocidade de ar e fluxo, contribuindo para o apertar da embocadura.

A observação “tensão nos sobreagudos” e “articulação indefinida” foi sentido em sessões com técnicas de relaxamento, o que leva ao entendimento de que mesmo com as técnicas podem surgir eventualmente algumas tensões, porém, tal como podemos verificar na tabela, de uma forma muito menos acentuada.

Ambos os alunos conseguiram atingir uma estabilização geral dos registros, com relaxamento da embocadura numa sessão.

Nenhuma observação detalhada na tabela foi verificada de forma isolada em cada aluno, ou seja, as observações verificadas surgiram nas sessões dos dois alunos.

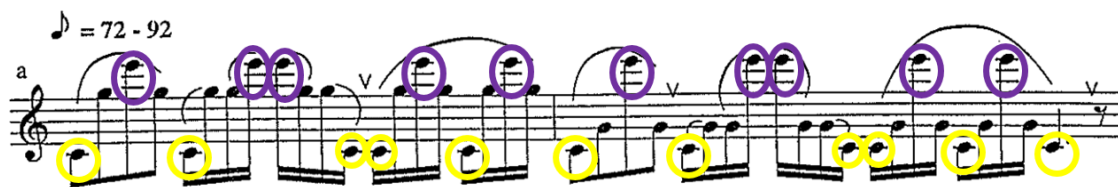
9.2.2.2.2 Observações pormenorizadas aluno C

O aluno ao longo das sessões, apesar de ser muito recetivo às técnicas de relaxamento, teve alguma resistência a deixar ceder algumas pressões sobre os lábios na obtenção dos diferentes registos.

Os registos mais críticos para o aluno foram o registo grave e sobreagudo. No registo grave, o ar nem sempre era direcionado no melhor ângulo, como tal, o aluno tinha tendência a soprar mais, a apertar a embocadura nos cantos do lábio e isso, para além de afetar a afinação, desfocava totalmente o som. No registo sobreagudo, o aluno tinha também tendência a fechar muito a embocadura promovendo um mínimo espaço. Como tal, isto levava a que existisse uma acumulação de tensões, tanto na região orofacial como noutros locais, como garganta, barriga e ombros. Mesmo o aluno estando a utilizar o suporte diafragmático, provocava-lhe dores, uma vez que o fluxo era interrompido por essas tensões e a qualidade do som perdia-se mais facilmente, ou seja, existia um esforço acrescido, mas ao mesmo tempo a qualidade do ar e do som também se perdia. Este facto levava, por exemplo, a manifestar dores de barriga ou até dores na ATM, observações referenciadas no tópico anterior de trabalho. No Exercício c, por exemplo, o aluno tinha tendência a apertar os cantos do lábio para cima, e para tentar reverter esta situação apertava a embocadura, o que culminava no facto da nota nem sempre ser executada. Já no registo sobreagudo, existia uma tensão generalizada, com a produção de um som mais indefinido.

Figura 62

Excerto do exercício 13, do Método de Peter-Lukas Graf. A amarelo temos referenciado o registo grave, onde o aluno C tinha tendência a projetar os cantos dos lábios para cima. Enquanto a cor roxa representa o registo sobreagudo onde foi visível uma maior tensão labial.



Nota. Graf, P.-L. (1992). *Check-up - 20 Estudos Básicos para Flautistas*. Schott. p.32

Com a aplicação das técnicas de relaxamento, apesar de ter sido visível ainda algumas tensões, o aluno melhorou a sua ação de transição entre os vários registos. Este facto deveu-se a uma maior abertura da cavidade oral (dissipando as tensões), uma postura mais correta, o que permitiu um relaxamento também da coluna vertebral e uma ativação do suporte diafragmático, que mesmo assim, por vezes, por falta de atenção o aluno deixava de direcionar a força para esta região.

Um dos aspetos mais visíveis foi a influência das técnicas de relaxamento na obtenção do registo sobreagudo, onde a transição ocorria de uma forma mais fluída, relaxada e com muito menos tensões. O aluno ganhou assim uma focagem mais precisa, um som mais amplo e afinado.

9.2.2.2.3 Observações pormenorizadas do aluno D

O aluno, tal como foi referido anteriormente, tem uma embocadura definida, em que, de uma maneira geral, existe uma perceção do ponto estável da embocadura sobre o porta-lábios.

Apesar de terem existido pontualmente alguns aspetos em que o aluno teve dificuldade de executar o registo grave e médio, o mesmo apresentou uma estabilidade nestes registos, em termos de obtenção, transição entre os mesmos, com som estável e afinado.

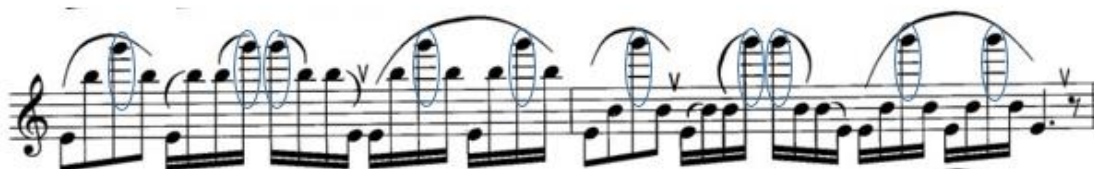
Os registos menos estáveis, foram nomeadamente o registo agudo e sobreagudo, onde foi verificado uma perda na qualidade sonora, afinação e resistência ao tocar nestes registos.

O aluno tinha tendência de apertar, não só a embocadura, como também a testa e os músculos ao redor dos olhos.

Este facto foi visível, por exemplo, no exercício C do estudo de caso, quando o aluno atingia a nota Sol₅. Esta nota, em termos de pontos de apoio, deixa a mão esquerda um pouco mais instável, o que requer um reforço de todos os apoios. Como tal, aliando este facto à execução da nota, o aluno procurava executar esta nota apertando os seus constituintes da face, muitas vezes “roubando” energia ao suporte diafragmático, uma vez que a direção da força estava dissipada. Para além disto, foi visível uma relação de perda de postura corporal do aluno quando executava o último registo da Flauta, uma vez que o mesmo levantava e baixava os pés.

Figura 63

Nota com mais dificuldade a executar pelo aluno C. A azul temos a nota Sol₅, onde o aluno C tinha dificuldades em transitar. A cor amarela temos um dos pontos de apoio da Flauta Transversal, sendo de extrema importância o seu equilíbrio. Conseguimos ainda visualizar a embocadura do aluno a executar a nota em questão, apertando a sua embocadura.



Nota. Graf, P.-L. (1992). *Check-Up - 20 Estudos Básicos para Flautistas*. Schott. p.32

Ao longo das sessões, e à medida que o aluno se familiarizava com os exercícios técnicos de relaxamento, começou a existir uma consciencialização de uma correta performance para as várias esferas da prática da flauta Transversal. Apesar de se ter observado ainda algumas tensões no registo sobreagudo, o aluno conseguiu ao longo das semanas reduzir essas tensões, criando mais espaço na cavidade oral, ativando mais presentemente o suporte diafragmático, desviando as pressões que realizava na cara para esta região.

Com as técnicas de relaxamento, os constituintes do Aluno D estavam com uma disposição mais natural à prática e contribuíram para uma transição entre registos de uma forma mais fluída, rica em termos de sonoridade, afinação e consequentemente mais natural.

9.2.2.2.4 Limitações no estudo de caso - Procedimento A - Curso Básico

Na tabela 84 encontram-se enumerados vários fatores evidenciados pelos alunos antes e durante as sessões, que diretamente ou indiretamente podem ter influenciado os resultados obtidos nos alunos do Curso Básico do Procedimento A.

Tabela 84

Fatores externos que podem ter influenciado os resultados obtidos

Fatores que podem ter afetado resultados- Procedimento A- Básico
Doenças;
Fadiga;
Nervosismo e stress;
Estado emocional;
Falta de confiança.

9.2.3 Procedimento B

9.2.3.1 Contextualização da ação do aparelho ortodôntico do Aluno E

Tal como foi possível verificar anteriormente, no subcapítulo sobre os aparelhos ortodônticos, conseguimos verificar que existe uma panóplia de aparelhos ortodônticos que podem influenciar de forma igual ou diferente a ação da Flauta Transversal.

O aparelho ortodôntico não afeta somente a obtenção de registros, pois pode influenciar a sonoridade, destreza, articulação, entre outros. Contudo, uma vez que no universo da classe de flauta do CRBA só existiam alunos com aparelho ortodôntico no ensino Básico, o mestrando decidiu em conformidade com as orientadoras, estudar a sua influência neste nível de ensino, dentro da temática da obtenção de registros.

O aluno E colocou aparelho ortodôntico tradicional, com braquetes e os habituais elásticos, estando com o mesmo há cerca de dois anos. Inicialmente a adaptação foi difícil, uma vez que sentia muitas dores, desconforto e até nas refeições tinha muita dificuldade.

Em termos de prática de flauta, referiu que teve de ter uma nova reestruturação dos conceitos já implementados, pois era como se estivesse a explorar todas as facetas do instrumento novamente.

Depois de um período de um mês, o aluno conseguiu aos poucos retomar a sua ação prática de uma forma mais fluída e com um som que já se identificava. Contudo, ainda refere que o aparelho o dificulta, principalmente no registo grave e agudo.

No último dia do ano letivo 2022/2023 ainda tinha aparelho ortodôntico, existindo uma estimativa de remoção nos meses seguintes.

Figura 64

Aparelho tradicional do aluno E.



9.2.3.2 Procedimentos para elaboração da película de silicone de proteção bucal

De forma a tentar reduzir os impactos do aparelho ortodôntico na obtenção de registos e dar resposta à pesquisa documental, foi adquirida e testada uma película de silicone para a proteção da cavidade oral, e simultaneamente na prática da flauta Transversal.

Este género de dispositivos foi desenvolvido essencialmente para os instrumentistas de palheta, que atendendo à tipologia dos mesmos, são instrumentistas que necessitam de cobrir os dentes incisivos inferiores com o lábio inferior. Este contacto, com ou sem aparelho ortodôntico, pode desencadear feridas, dor, desconforto total, entre outros.

Este dispositivo veio substituir também uma prática muito recorrente, tanto em músicos profissionais como amadores, que consiste na utilização de “mortalhas” de cigarro entre os dentes e lábios, de forma a reduzir a fricção entre estes constituintes. As mortalhas possuem na sua composição, a presença de chumbo, que é altamente cancerígeno. Embora esteja presente em pequenas quantidades, se for utilizado regularmente ao longo da vida, torna-se uma exposição extremamente duradoura com possíveis adversidades para a saúde humana.

Com este estudo de caso, o mestrando pretende perceber o impacto da película na prática da obtenção de registos dos flautistas, através da colaboração do aluno E.

Passos realizados para a elaboração do dispositivo de silicone

Na tabela 85 estão esquematizados os principais passos elaborados para a personalização do dispositivo de silicone.

Tabela 85

Informações referentes à aquisição da película de silicone desejada.

Procedimentos enumerados	Descrição
1. Mudança de estado físico	Colocou-se o dispositivo dentro da água quente, de forma a torná-lo mais fino e mole para facilitar os passos seguintes;
2. Pressão do dispositivo	O dispositivo foi colocado numa superfície lisa e foi pressionado até ficar com uma espessura desejada;
3. Arrefecimento e sucessivo aquecimento.	Quando o dispositivo já possuía a espessura desejada, ficou a repousar cerca de 1 minuto e posteriormente foi colocado novamente em água quente;
4. Moldagem nos dentes	Sem o dispositivo estar muito quente, foi colocado sobre o aparelho na região dos dentes incisivos inferiores tendo sido moldado à disposição dos mesmos;
5. Aperfeiçoamento	Uma vez que a película não ficou totalmente moldada aos dentes, foi repetido todo o processo.

Nota. Tabela elaborada atendendo às informações patentes

em: <https://www.silversteinworks.com/product/omniguard/>

Figura 65

Fotografias dos vários procedimentos averiguados na Tabela 69.



9.2.3.4. Caracterização da ação do aluno E no Procedimento B

O aluno E possui uma embocadura com tendência a apertar os cantos dos lábios nos registos agudos e sobreagudos, apesar de, quando alertado, tentar sempre solucionar esta situação.

Com a colocação do aparelho ortodôntico, o aluno referiu que teve dificuldade em juntar os lábios na prática da flauta transversal, o que potencia uma obtenção de registos menos fluída e mais lenta devido a este facto.

Logo na primeira sessão foi realizada a moldagem da película sobre a zona dos dentes incisivos inferiores e, consequentemente, também do aparelho. Inicialmente o processo não foi muito fácil. A película não encaixou totalmente sobre os dentes, tendo existindo alguns pontos de instabilidade e deslocamento da mesma. Devido a estas constatações o dispositivo não permitiu inicialmente que o aluno conseguisse tocar, não emitindo qualquer tipo de som. O aluno, mesmo sem a flauta, não conseguia sequer falar com a película, uma vez que a mesma se encontrava em constante oscilação de posição, dentro da cavidade oral. De forma a resolver esta situação, o mestrando e a orientadora cooperante decidiram cortar a parte inferior da película, tal como era recomendado pela marca, caso fosse necessário algum ajuste. Foi verificado pelos mesmos intervenientes

que o maxilar do aluno E era curto e como tal o dispositivo tinha de ser encurtado para um perfeito encaixe da película.

Depois de ter existido o corte, o aluno E conseguiu finalmente encaixar o dispositivo sobre a dentição/aparelho ortodôntico, já dentro de uma fase de aperfeiçoamento. Já nesta fase, o aluno E conseguiu fixar a película e falar normalmente com o dispositivo dentro da cavidade oral. Posteriormente, o aluno conseguiu executar pequenas melodias e iniciar as sessões com respetivos exercícios.

O aluno tocou com a película de silicone até à sessão nº 5. Entre a sessão nº 4 e sessão nº 5 existiu um período sem aulas, motivado pela interrupção letiva, mas também devido a um período de baixa requerido pela orientadora cooperante. Atendendo a isto, o aluno admitiu que se descuidou com o estudo, principalmente com a utilização da película de silicone. Depois de um período de tempo, o dispositivo já não moldava à disposição dos dentes do aluno E, o que evidenciou que durante aquele período de tempo existiram mudanças na disposição dos dentes promovidos pelo aparelho ortodôntico. Este facto, permitiu realçar que, no caso de utilização da película, existe necessidade de nova moldagem, com consecutiva adaptação, de forma a acompanhar as modificações da região orofacial.

Contudo, até à sessão nº 5 foi possível averiguar a influência da película de silicone na ação performativa do aluno E, nomeadamente na obtenção de registos, podendo também comparar esses resultados com sessões onde não foi utilizada a película em questão.

9.2.3.5. Exercícios elaborados ao longo das sessões

Os exercícios executados pelo aluno E ao longo das sessões foram exatamente os mesmos efetuados pelos outros dois alunos (aluno C e D) do Curso Básico. Tanto no Procedimento A, no Curso Básico, como no Procedimento B, a temática em estudo foi a obtenção de registros, onde o mestrando achou pertinente aplicar exatamente os mesmos exercícios.

9.2.3.6. Observações do estado corporal com e sem aplicação da película de silicone no aparelho ortodôntico

Nas tabelas 86 e 87, encontram-se as observações benéficas e desvantajosas evidenciadas pelo aluno E, com e sem aplicação da película de silicone sobre o aparelho ortodôntico no processo de obtenção de registros.

Com a cor verde encontram-se esquematizados as sessões em que o Aluno E realizou os exercícios propostos com o aparelho ortodôntico, enquanto com a cor vermelha apresentam-se as sessões em que não existiu utilização da película de silicone.

Tabela 86

Observações benéficas verificadas ao longo das sessões do aluno E no Procedimento B.

Observações do estado corporal	Observações	Dados - Aluno E					
		Sessões					
		1 (c/película + Ex.A)	2 (S/película+ Ex.A)	3 (c/película + Ex.B)	4 (S/película+ Ex.B)	5* (c/película + Ex.C)	6 (S/película+ Ex.C)
Observações Benéficas		Fase de adaptação	Fase de estabilização				
	Lábios relaxados		X				Não foi possível utilizar a película de silicone. A mesma necessitava de uma nova moldagem devido à movimentação dentária provocada pelo aparelho ortodôntico. Observações gerais: <ul style="list-style-type: none"> • Impossibilidade de encaixe • Necessidade de nova adaptação.
	Maior espaço na boca				X		
	Relaxamento geral da região orofacial				X		
	Capacidade de fala		X				
	Postura Corporal relaxada		X				
	Ausência de dores		X		X		
	Menor fricção entre o lábio e o aparelho				X		

Tabela 87

Observações desvantajosas verificadas ao longo das sessões do aluno E no Procedimento B.

Observações do estado corporal	Observações	Dados - Aluno E							
		Sessões							
		1 (c/película + Ex.A)		2 (S/película+ Ex.A)	3 (c/película + Ex.B)		4 (S/película+ Ex.B)	5* (c/película + Ex.C)	
	Fase de adaptação	Fase de estabilização							
Observações Desvantajosas	Lábios tensos			X		X	Não foi possível utilizar a película de silicone. A mesma necessitava de uma nova moldagem devido à movimentação dentária provocada pelo aparelho ortodôntico.		
	Garganta tensa			X		X		X	
	Resistência no deslocamento do lábio			X				X	
	Feridas no lábio			X					
	Dores na região de contacto com o porta lábios			X		X			
	Sensação de boca dormente (Pressão sobre os dentes)			X				X	
	Incapacidade de Fala	X						Observações gerais: <ul style="list-style-type: none"> • Impossibilidade de encaixe • Necessidade de nova adaptação. 	
	Desconforto devido à não fixação da película	X							
	Tensão nos músculos na testa				X	X			
	Narinas tensas								X
	Sensação de estranheza	X	X						

9.2.3.6.1. Análise das observações verificadas sobre o estado corporal ao longo das sessões do aluno E

Tal como foi possível verificar anteriormente, na primeira sessão do aluno E foi necessário dividir a sessão em duas etapas, na fase de adaptação, em que foi verificada a disposição da película na região orofacial, e ainda na fase de aperfeiçoamento, em que o dispositivo foi moldado totalmente sobre o aparelho ortodôntico. Dentro desta sessão, na primeira fase, foram averiguadas observações desvantajosas, tendo sido realçadas “desconforto devido à não fixação da película” e ainda na “incapacidade da fala” com a película dentro da cavidade oral, sem prática no instrumento. Já na fase de aperfeiçoamento, as observações que mais se sobressaíram foram benéficas, nomeadamente “Lábios relaxados”, “possibilidade de fala”, “relaxamento corporal” e “ausência de desconforto ou dor”.

No final da fase de aperfeiçoamento, o aluno quis ainda referir que entre a película de silicone, ou a utilização de ceras, preferia a utilização da película porque lhe permitia obter mais conforto, enquanto as ceras colavam-se às barquetes, levando a uma sensação de desconforto.

De uma maneira geral, as observações benéficas encontram-se essencialmente distribuídas nas sessões em que foi utilizado pelo aluno E a película de silicone. Por outro lado, as observações desvantajosas foram essencialmente verificadas nas sessões sem dispositivo.

A sessão onde foi evidenciado mais observações positivas foi na fase de aperfeiçoamento da sessão n.º 1, enquanto as observações desvantajosas fizeram-se sentir mais na sessão n.º 2.

A sessão n.º 5 realizou-se após um grande hiato temporal face à sessão n.º 4, por consequente não foi possível a utilização de película, uma vez que a dentição do aluno moveu. Registou-se, portanto, as observações “Impossibilidade de encaixe” e a “necessidade de nova adaptação”.

Uma das principais observações verificadas foi a “garganta tensa”, que devido à pouca abertura da cavidade oral, não permitia uma abertura adequada da garganta.

A maior parte das observações desvantajosas, com a aplicação de película de silicone, existiram na fase de aperfeiçoamento, onde a película não estava a executar a sua função na totalidade.

Depois da fase de adaptação, as observações vantajosas sobressaíram sobre as desvantajosas.

9.2.3.7. Observações sobre a aplicabilidade da película de silicone na obtenção de registos do aluno E

Nas tabelas 88 e 89 estão expostas as principais observações verificadas na obtenção de registos, que tiveram maior predominância ao longo das sessões, com e sem aplicação da película de silicone. Podem ter surgido outras, contudo não de uma forma tão representativa e duradoura.

Nas tabelas, as observações estão dítidas em observações benéficas e desvantajosas, dentro daquilo que o mestrando considerou do processo de obtenção de registos.

Tal como na iniciação, as sessões em que foram realizadas técnicas de relaxamento estão assinaladas a cor verde, enquanto as sessões sem aplicação de técnicas de relaxamento estão assinaladas a cor vermelha.

Tabela 88

Observações benéficas verificadas ao longo das sessões do aluno E no Procedimento B com enfoque na obtenção de registos

Observações referentes à obtenção de registos com e sem película de silicone	Observações	Dados - Aluno E					
		Sessões					
		1 (c/película + Ex.A)	2 (s/película+ Ex.A)	3 (c/película + Ex.B)	4 (s/película+ Ex.A)	5* (c/película + Ex.B)	6 (s/película+Ex. A)
	Fase de adaptação	Fase de estabilização					
Observações Benéficas	Capacidade de obtenção de registos		X		X		Não foi possível utilizar a película de silicone. A mesma necessitava de uma nova moldagem devido à movimentação dentária provocada pelo aparelho ortodôntico. Observações gerais: <ul style="list-style-type: none"> • Impossibilidade de encaixe • Necessidade de nova adaptação.
	Flexibilidade na transição entre registos				X		
	Estabilização da embocadura- registo grave e médio		X		X		
	Som definido- após período de exploração da película		X				
	Som definido				X		

Tabela 89

Observações desvantajosas verificadas ao longo das sessões do aluno E no Procedimento B com enfoque na obtenção de registros

Observações referentes à obtenção de registros com e sem película de silicone	Observações	Dados - Aluno E						
		Sessões						
		1 (c/película + Ex.A)		2 (s/película+ Ex.A)	3 (c/película + Ex.B)	4 (s/película+ Ex.A)	5* (c/película + Ex.B)	6 (s/película+Ex. A)
	Fase de adaptação	Fase de estabilização						
Observações Devastanjosas	Incapacidade na obtenção de registros	X					Não foi possível utilizar a película de silicone. A mesma necessitava de uma nova moldagem devido à movimentação dentária provocada pelo aparelho ortodôntico. Observações gerais: • Impossibilidade de encaixe • Necessidade de nova adaptação.	
	Pressão labial- todos os registros	X				X		X
	Pressão labial- registro sobreagudo			X	X			X
	Transição forçada entre todos os registros					X		
	Dificuldade na descida do lábio inferior-registo grave					X		
	Algumas pressões labiais- registro grave e médio							X
	Dificuldade na descida do lábio inferior-registo sobreagudo							X
	Som indefinido	X		X				X
	Fluxo de ar indefinido		X					X
Incapacidade de estabilização do lábio inferior sobre o portá-lábios	X							

9.2.3.7.1. Análise das observações da prática de flauta transversal na influência da obtenção de registos com película de silicone, a proteger o contacto do lábio com o aparelho ortodôntico

De uma maneira geral, foram registadas mais observações desvantajosas, do que observações benéficas, contudo as primeiras foram registadas essencialmente nas sessões em que o aluno não tocou com a película de silicone.

Apenas na fase de adaptação da Sessão nº 1, onde o aluno possuía a película de silicone, foram notadas observações mais negativas, como “Incapacidade na obtenção de registos”, “Pressão labial- todos os registos”, “som indefinido” ou “Incapacidade de estabilização do lábio inferior sobre o porta-lábios”, devido ao facto da película não estar fixada. Na fase de aperfeiçoamento, já se realçaram observações benéficas.

Essencialmente nas sessões com película de silicone, foram realçadas, ao mesmo tempo, pelo mestrando e aluno, as seguintes observações benéficas: “Capacidade de obtenção de registos”; “Flexibilidade na transição entre registos”; e “som definido”. Já nas observações desvantajosas, existiram várias averiguações levantadas por ambos, tais como: “Incapacidade na obtenção de registos”; “Pressão labial - todos os registos”; Pressão labial- registo sobreagudo; “dificuldade na descida do lábio inferior - registo grave”; “Som indefinido”; “Algumas pressões labiais- registo grave e médio” e ainda “Instabilidade nos apoios da flauta”.

Apesar de ter existindo uma linha de concordância entre vários pontos, nas observações entre o mestrando, orientador cooperante e aluno, houve alguns pontos que não foram notados pelo aluno. A “Estabilização da embocadura - registo grave e médio” foi observada pelo mestrando e orientadora cooperante, de uma forma muito mais precisa e relaxada com a utilização da película de silicone. A embocadura, na transição entre estes registos, parecia estar muito mais relaxada e apta para uma adaptação natural. Já nas observações desvantajosas como: “Dificuldade na descida do lábio inferior - registo sobreagudo”; “Fluxo de ar indefinido”; “Embocadura descentrada do porta-lábios”; “Encurvamento-Postura Corporal” não foram salientadas pelo aluno que, dentro destas observações, estava mais focado na realização do exercício, com a respetiva digitação, desfocando a atenção do seu som, ou estabelecimento da postura corporal.

De acordo com as perceções do aluno E, o mesmo conseguiu concluir que a utilização da película de silicone sobre o aparelho tinha um “Som definido - após período de exploração

da película” sem um contacto tão brusco entre o lábio e as barquetes do aparelho. Quando não utilizava a película, este sentia que existia uma “Transição forçada entre todos os registos”, ou notava uma “Incapacidade de estabilização do lábio inferior sobre o porta - lábios”, devido a um desconforto provocado pelo aparelho, que ocasionalmente lhe provocava feridas no lábio.

Para finalizar, as observações benéficas que se evidenciaram mais, ao longo das sessões com aplicação de película de silicone, foram a “capacidade de obtenção dos vários registos” e ainda a “estabilização da embocadura - registo grave e médio”. Por outro lado, as observações desvantajosas, que mais se destacaram, foram: “pressão labial geral em todos os registos”, ou “pressão labial focada no registo sobreagudo”, que se verificou o mais resistente, para o aluno obter com mais naturalidade e definição.

9.2.3.8 Limitações no estudo de caso - Procedimento B - Curso Básico

Tabela 90

Fatores que podem ter influenciado as sessões do Aluno E no Procedimento B

Fatores que podem ter afetado resultados- Básico-Procedimento B
Estado de espírito do Aluno;
Morfologia da cavidade oral;
Interrupção temporal desigual entre sessões;
Desconcentração;
Doenças.

9.3. Curso Secundário

A afinação é uma temática que, tal como pudemos verificar neste relatório, encontra-se relacionada com o domínio da sonoridade, técnica, controlo e perceção dos nossos constituintes corporais. Qualquer perturbação ou desequilíbrio pode afetar minuciosamente a afinação de um instrumento, podendo ser totalmente fatal num momento performativo.

O enfoque principal no curso Secundário, ao longo do estágio, foi a verificação da estabilização da afinação, percebendo a ação da embocadura e do corpo neste processo.

Os alunos participantes, nesta seção do estudo de caso, foram respetivamente o aluno F e o aluno G, aos quais foram aplicadas técnicas de relaxamento orofacial e posterior aplicação de exercício com enfoque no trabalho de afinação.

Como foi apenas possível acompanhar um aluno do curso Secundário, de forma a termos base de comparação, foi selecionado um aluno a terminar o curso Básico do Ensino Artístico Especializado da Música, ou seja, a frequentar o 5º grau. De todos os alunos do curso básico, os alunos de 5º grau são aqueles que já apresentam um maior domínio e controlo das questões técnicas da flauta, e percepção e feedback dos seus constituintes, aspetos estes cruciais para a afinação.

Todos os alunos referenciados, anteriormente, encontram-se referenciados na Seção I do respetivo relatório.

As sessões foram incluídas na planificação das aulas, não existindo qualquer influência negativa na continuação da abordagem de outros conteúdos.

De todos os alunos acompanhados, os alunos F e G foram os que mais tiveram uma postura crítica ao longo da sua ação nas sessões, uma vez que já possuem um entendimento e maior domínio, em comparação com os restantes colegas.

9.3.1. Exercícios práticos realizados ao longo das sessões do Curso Secundário

Ao longo das seis sessões, dos alunos do curso Secundário, foram utilizados dois métodos de flauta transversal. Nas sessões nº 1, nº 2, nº 5 e nº 6 foi utilizado o método *Check-up* de Peter-Lukas Graf., enquanto que nas sessões intermediárias nº 3 e nº 4, o método implementado foi o *Desarrollo mediante nuevas técnicas* de R. Dick. A escolha destes métodos será justificada nos tópicos apresentados em seguida.

Como o desenvolvimento dos alunos em questão era maior, foram implementadas duas técnicas contemporâneas de forma a trabalhar a afinação, nomeadamente os glissandos e os harmónicos.

Os glissandos foram um aspeto novo abordado com os alunos, que consiste na modificação da afinação sem mudança de digitação. Numa fase mais final, foram utilizados os harmónicos, técnica com a qual os alunos já tinham tido contacto, encontrando-se mais familiarizados.

Esta conjectura de exercícios com técnicas contemporâneas, deveu-se ao trabalho retido do contacto com a Docente Monika Streitová, e posterior inclusão no ensino, como forma de aperfeiçoamento da prática da flauta transversal.

9.3.1.1. Exercício A – Exercício nº 4 da página 14 do Método de *Check-Up*, de Peter-Lukas Graf.

Considerado por muitos flautistas, como um dos métodos mais completos da atualidade, *Check-up* de Peter Lukas- Graf, complementa o trabalho de afinação com técnicas contemporâneas.

O exercício selecionado do método foi o nº 4 da página 14, que faz referencia aos glissandos. Este exercício pretende aperfeiçoar a posição labial tomada ao longo dos vários registos, trabalhar a direccionalidade do fluxo de ar e a flexibilidade da região orofacial sobre o porta-lábios.

O exercício abrange todos os registos da flauta transversal e deve ser executado em várias etapas, tal como está esquematizado na tabela 73.

Tabela 91

Várias etapas necessárias para a realização do exercício A do curso Secundário.

Etapas do Exercício A - Curso Secundário
1. Mover o maxilar para a frente e para trás;
2. Mover somente os lábios para a frente e para trás;
3. Mover a cabeça e pescoço para a frente para trás;
4. Juntar todas as três etapas e realizar novamente o exercício.

Este exercício é fragmentado e desconstruído para que o flautista consiga, de forma isolada, perceber a movimentação dos seus constituintes ao longo da ação dos glissandos, e ter a escuta ativa bastante presente, de forma a entender como a mudança da direção do fluxo de ar afeta a afinação das várias notas. Este exercício permite, também, trabalhar a flexibilidade dos constituintes na realização das dinâmicas.

Figura 66

Excerto do exercício 4 de *Check-up* - de Peter Lukas- Graf. As linhas representam a rotação que deve ser tomada.

Ejercicio 4: Glissando

- Finalidade:**
- ☞ Descubrir y practicar la mejor posición básica de los labios, maxilar inferior y bucal.
 - ☞ Movilidad del maxilar inferior.
 - ☞ Flexibilidad de los labios.
 - ☞ Posición relajada de la flauta

Exercício 4: Glissando

- Finalidade:**
- ☞ Descubrir e praticar a melhor posição básica dos lábios, maxilar inferior e bucal.
 - ☞ Mobilidade do maxilar inferior.
 - ☞ Flexibilidade dos lábios.
 - ☞ Posição relaxada da flauta

desvío máximo de entonación para arriba y abajo
desvio máximo de afinação para cima e para baixo

nota estabilizadora
nota estabilizadora

$\text{♩} = 96$ ($\text{♩} = 48$)

senza vibrato
senza vibrato

The musical score consists of four staves. The first staff is in 4/4 time with a tempo of quarter note = 96 (half note = 48). It features a glissando exercise starting on a middle C (C4) and moving up and down. The second staff shows a similar exercise but with vibrato markings (< >) under the notes. The third and fourth staves continue the exercise with glissando markings and vibrato. The final note of each exercise is marked as a stabilizing note (nota estabilizadora) with a circled 'C' above it.

Nota. Graf, P.L. (1992). *Check-up -20 Estudios Básicos para Flautistas*. Schott. p. 14.

9.3.1.2. Exercício B - Exercício de glissandos da Pág. 27 do *Desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas* de R. Dick.

O exercício do método *Desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas* de R. Dick, é muito semelhante ao exercício A, apresentado anteriormente. Porém, este exercício não é fragmentado e já pressupõe a combinação e ação dos constituintes, com a aplicação da técnica numa única etapa.

Tal como no exercício A este também foi elaborado com o auxílio do afinador, de forma a estabilizar a afinação sempre no início de cada nota. O afinador era colocado ao lado do método, na estante musical, permitindo o controlo por parte do aluno.

O objetivo do autor do método é que os alunos trabalhem o controlo da afinação de notas mais instáveis. A escuta ativa, no exercício, tem de estar sempre patente, para que os alunos consigam identificar uma mesma nota, baixa, afinada e alta, e criar estratégias e bases para o equilíbrio entre as várias notas.

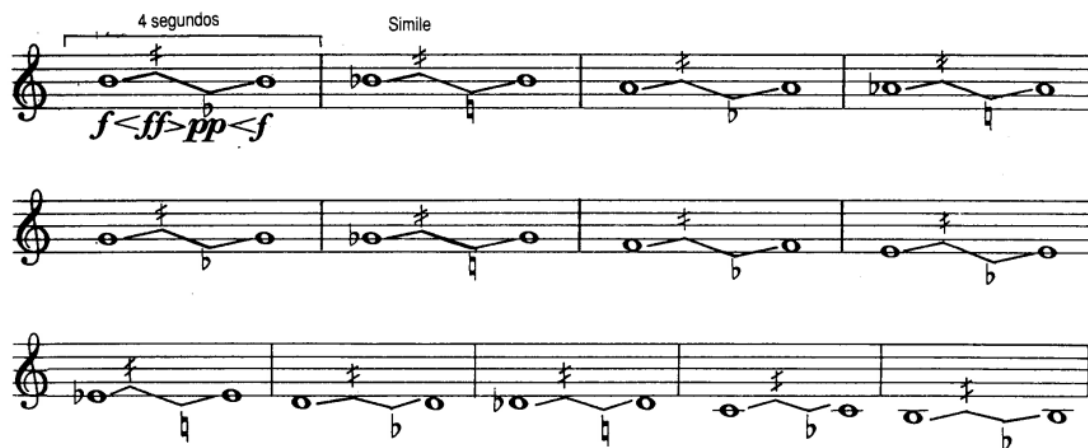
Para além disto, uma vez que tem de existir flexibilidade de lábios e mandíbula, o autor pretende que os flautistas trabalhem a transição entre as várias notas.

O exercício deve ser executado ao longo de 4 segundos, onde o flautista deve rodar a flauta para fora e para dentro. Ao rodar para fora o objetivo é tornar a afinação mais alta, enquanto ao rodar para dentro, pretende-se baixar a afinação das notas, que tal como sugere o autor, aproximar quase a sonoridade à de uma flauta barroca.

No final, o flautista deve regressar à posição estável da embocadura e equilíbrio de afinação. A estabilização numa fase primária é assegurada, tal como foi explicado anteriormente pelo dispositivo afinador.

Figura 67

Excerto do Exercício B utilizado nas sessões dos alunos do Secundário no presente estudo de caso.



Nota. Dick, R. (1995). *El Desarrollo del Sonido Mediante Nuevas Tecnicas*. Mundimúsica Ediciones Musicales. p. 21.

9.3.1.3. Exercício C – Exercício 12 da Pág. 30 do Método de *Check-Up*, de Peter-Lukas Graf.

O exercício apresentado na figura 7, integra o método *Check-Up*, de Peter-Lukas Graf, e obteve maior familiaridade dos alunos F e G, uma vez que aborda a temática dos harmónicos, com a qual já tinham tido contacto.

Os harmónicos podem ser obtidos com a mesma digitação, mudança do fluxo de ar e velocidade do mesmo. O exercício nº 12 pretende que o aluno explore a adaptação da embocadura para os diferentes registos, e assistir ao comportamento da afinação nas diferentes notas. Para além disto, o autor, numa fase mais avançada do exercício, pretende que o aluno execute e repita em sucessivos ciclos a nota na digitação de harmónico, e a nota na digitação natural, para que o aluno identifique os principais câmbios na afinação.

Figura 68

Excerto do exercício C do Método *Check-up*, de *Peter-Lukas Graf* executado pelos Alunos F e G.



Nota. Graf, P.L. (1992). *Check-up -20 Estudios Básicos para Flautistas*. Schott. p. 14.

9.3.2. Influências das técnicas de relaxamento no estado corporal dos alunos do Curso Secundário

Nas tabelas 92, 93 e 94, encontram-se as observações benéficas e desvantajosas evidenciadas pelos alunos F e G, relativamente ao estado corporal, aquando da aplicação, ou não, de técnicas de relaxamento orofacial.

As técnicas de relaxamento orofacial e corporal foram as mesmas trabalhadas com o curso Básico, contudo com uma previsão de dados mais pormenorizados, atendendo tratar-se de alunos já com bastante grau de entendimento dos vários procedimentos a realizar.

Neste ponto de reflexão, os alunos tiveram oportunidade de contrabalançar os benefícios que as técnicas de relaxamento trouxeram para a sua prática, e a sua influência depois de horas de estudo instrumental.

Com a cor verde encontram-se esquematizadas as sessões em que os alunos realizaram exercícios propostos com aplicação, *a priori*, de técnicas de relaxamento orofacial, enquanto que, a cor vermelha, apresentam-se as sessões em que não existiu aplicação de técnicas de relaxamento.

Tabela 92

Observações benéficas do estado corporal durante as sessões do Aluno F e Aluno G.

Observações do estado corporal	Observações	Dados - Aluno F						Dados - Aluno G					
		Sessões						Sessões					
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
Observações Benéficas	Cavidade oral relaxada					X		X		X			
	Relaxamento labial-todos os registos			X		X		X				X	
	Relaxamento labial-registo médio e agudo	X											
	Relaxamento da Garganta	X		X		X		X		X			
	Maior abertura da cavidade oral			X						X		X	
	Músculos ao redor da boca relaxados			X									
	Mandíbula e maxilar relaxados			X						X		X	
	Ombros relaxados					X							
	Pernas relaxadas												
	Relaxamento corporal geral							X					

Tabela 93

Observações desvantajosas do estado corporal durante as sessões do Aluno F e Aluno G.

Observações do estado corporal	Observações	Dados - Aluno F						Dados - Aluno G					
		Sessões						Sessões					
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
Observações desvantajosas	Tensão nos lábios		X				X				X		
	Tensão no lábio superior			X					X				X
	Tensão nas bochechas	X											
	Tensão nos maxilares		X		X			X	X				
	Tensão nos Músculos ao redor dos olhos e testa								X		X		X
	Crepitação na região orofacial							X					
	Garganta tensa				X						X		
	Instabilidade nos constituintes (movimentação em excesso)		X		X				X		X		
	Sentimento de “estranheza”	X											
	Reduzida abertura da Cavidade oral						X						
	Curvatura nas costas				X				X		X		X

Tabela 94

Observações desvantajosas do estado corporal durante as sessões do Aluno F e Aluno G. (Continuação)

Observações do estado corporal	Observações	Dados - Aluno F						Dados - Aluno G					
		Sessões						Sessões					
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
Observações desvantajosas	Instabilidade no posicionamento dos pés											X	
	Corpo tenso a prior das técnicas de relaxamento							X					
	Postura corporal instável		X									X	X
	Ombros tensos				X		X		X		X		
	Excesso de saliva												X

9.3.2.1. Análise e observação geral do estado corporal de ambos os alunos

Apesar de se evidenciar que as observações benéficas são mais realçadas nas sessões com técnicas de relaxamento, enquanto as observações desvantajosas tiveram mais representatividade nas sessões sem técnicas, é visível, através das tabelas, que as duas tipologias de observações aparecem mais distribuídas pelas várias sessões, em relação a outros níveis de ensino. Este facto confirma que as nossas ações, à medida que o tempo avança, oferecem maior resistência à mudança. Enquanto num período mais primário de prática é mais fácil reverter certas questões, numa fase mais avançada, em que determinadas questões já estão enraizadas, é mais difícil de alterar, mas não impossível, tal como podemos verificar ao analisar as tabelas.

Dentro das observações benéficas, a que mais se realçou ao longo das sessões, foi o “relaxamento da garganta”, tanto no aluno F como G, ficando logo atrás o “relaxamento labial - todos os registos” e ainda “relaxamento da mandíbula e maxilar”.

Dentro das observações desvantajosas, as mais evidenciadas foram “tensão no maxilar”, “Instabilidade nos constituintes (movimentação em excesso)” e “tensão nos ombros”. Todas estas questões foram sendo trabalhadas, de forma a desaparecer com tudo o que estava em excesso.

Quase todas as observações resultaram de um feedback bastante presente entre orientador cooperante, mestrando e alunos que, dentro das observações benéficas, tiveram o cuidado de preservar e estabelecer ao longo do seu estudo diário, enquanto nas observações desvantajosas, procuraram tanto nas aulas, como no seu estudo individual, eliminar ou modificar, de forma a encontrar um equilíbrio do seu estado corporal.

Apesar da aplicação das técnicas de relaxamento, foi verificada uma maior resistência à eliminação de tensões, nas aulas que detinham, de antemão, vícios enraizados na prática instrumental.

9.3.2.1.1. Observações pormenorizadas do estado corporal do aluno F ao longo das sessões

O aluno F sempre se mostrou muito cooperativo para o alongamento da região orofacial, pois como atleta, demonstrou sempre consciência da importância para as demais práticas.

Relativamente à região orofacial, o aluno demonstrou ter os lábios bem centrados perante o porta-lábios (exceto nalguns registos, como verificaremos mais adiante) e já com algumas questões pré-estabelecidas, como por exemplo, a abertura da cavidade oral, da flexibilidade dos lábios, entre outros. Contudo, foi visível nesta região alguma resistência principalmente no lábio superior, que tinha tendência a ficar tenso ou até mesmo o acumular de tensões nos olhos ou músculos da testa, principalmente na estabilização da afinação do registo sobreagudo.

Relativamente ao posicionamento corporal do aluno F, demonstrou ao longo das sessões uma postura de braços e mãos estáveis, com os dedos arredondados e sem grandes preocupações nestes constituintes. Já os ombros e, a estabilização da coluna vertebral, foram um pouco mais resistentes ao longo das sessões a modificar uma tensão que se fazia sentir. Antes e durante as sessões o aluno tinha tendência a subir um pouco mais o nível dos ombros em relação ao pescoço, o que levava a que o aluno acumulasse tensões nesta região. Para além disto, a curvatura na coluna vertebral também foi um aspeto que se verificou e foi tentado modificar ao longo das sessões. De realçar que as últimas observações verificadas anteriormente estiveram de uma forma mais presente nas sessões sem aplicação de técnicas de relaxamento. Nas sessões com técnicas de relaxamento, estas observações tendiam a desaparecer ou a tornar-se menos intensas.

Logo na primeira sessão, o aluno evidenciou que após as técnicas de relaxamento tinha ficado uma “sensação de estranheza” parecida, segundo suas palavras, quando alongava no voleibol, desporto que realizava, mas que não se evidenciou depois num aspeto negativo. Na sessão nº 4, o aluno queixou-se antes do início da sessão de dores localizadas na região do queixo, o que depois de finalizar a sessão, sem aplicações de técnicas, o aluno foi incentivado a elaborar de forma autónoma as técnicas de relaxamento que achasse adequadas, revelando depois o desaparecimento dessa dor localizada.

9.3.2.1.2. Observações pormenorizadas do estado corporal do aluno G ao longo das sessões

O aluno G foi, de todos os alunos participantes no estudo de caso, o que melhor entendeu e implementou as observações alertadas pelo orientador cooperante, e mestrando, pois este detinha um entendimento diferente e algumas ferramentas criadas de implementação de prática instrumental.

O aluno G tinha bem presente todos os passos a seguir para ter um equilíbrio entre o estabelecimento do corpo e a prática instrumental.

De uma forma geral, o aluno apresentou uma postura que potenciava uma prática correta ao longo da performance instrumental, assim como de estudo diário, ao longo de várias horas. Porém, observações como “curvatura das costas”, “tensão nos músculos ao redor dos olhos e testa” foram os principais aspetos que ofereceram alguma resistência a modificar, mas que tiveram tendência a diminuir com a aplicação das técnicas de relaxamento. Algumas tensões a nível labial também foram sentidas, mas foram modificadas pelo aluno, de uma forma mais rápida e eficiente.

Alguns pontos como “maior abertura da cavidade oral”, “relaxamento da garganta” e “relaxamento labial - todos os registos” foram dos aspetos benéficos que o aluno conseguiu obter e, melhorar, com a aplicação das técnicas de relaxamento, que naturalmente vieram trazer contributos positivos para o equilíbrio da afinação entre registos, mas também para outras áreas da prática da flauta transversal abordadas em aula.

9.3.3. Influências das técnicas de relaxamento na estabilização da afinação

Tanto o aluno F como o aluno G, apresentaram algumas particularidades no aperfeiçoamento da afinação, aspeto que tal como vimos anteriormente, se encontra intimamente relacionado entre o equilíbrio do corpo e a prática saudável.

O aluno F possui uma embocadura flexível, que lhe permite ter uma sonoridade estável e consistente. Contudo, ao longo dos registos, o aluno teve alguma tendência a ocupar uma grande parte do porta-lábios, o que lhe afetava a afinação. Entre outros aspetos, o aluno tinha tendência a levantar os ombros, o que desfavorecia o seu fluxo de ar.

O aluno G já tinha as bases de sonoridade, e técnicas bem estabelecidas, obtendo os vários registos com facilidade, ou com uma sonoridade bastante presente. Dentro dos aspetos que foram trabalhados, realçamos: a ação ao tocar com suporte diafragmático ativo, e a não expansão dessa energia/ativação para outros locais, como por exemplo, nos músculos da testa, ou garganta. E ainda a eliminação de uma leve curvatura nas costas.

Nas tabelas 95 e 96 é possível identificar as principais observações verificadas no estabelecimento da afinação, dos alunos F e G, nos diferentes exercícios, uns mais semelhantes do que outros. A cor verde, tal como nos outros níveis de ensino, é possível averiguar as sessões em que foram aplicadas técnicas de relaxamento antes do exercício prático. Enquanto que, a cor vermelha, temos todas as sessões onde só existiu prática do exercício na flauta transversal.

Uma vez que nenhum processo na prática instrumental ocorre de forma isolada, existem também, nas tabelas 95 e 96, observações detalhadas que compreendem aspetos relacionados com respiração e postura.

Tabela 95

Observações benéficas referentes à estabilização da afinação do aluno F e aluno G.

Observações no equilíbrio da afinação	Observações	Dados-Aluno F						Dados-Aluno G					
		Sessões						Sessões					
		1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (S/técnicas+ Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (s/Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (s/Técnicas r. + Ex.C)	1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (s/Técnicas r. + Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (Técnicas r. + Ex.C)
Observações Benéficas	Registo grave - afinação estável			X				X		X	X		
	Registo médio - afinação estável	X				X		X		X			
	Registo agudo-afinação estável							X					
	Registo sobreagudo - afinação estável			X		X							
	Som definido					X				X			
	Fluxo de ar estável					X							
	Respirações conscientes					X							
	Flexibilidade e controlo na afinação dos registos	X		X				X		X			

Tabela 96

Observações desfavoráveis referentes à estabilização da afinação do aluno F e aluno G.

Observações no equilíbrio da afinação	Observações	Dados-Aluno F						Dados-Aluno G					
		Sessões						Sessões					
		1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (S/técnicas+ Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (s/Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (s/Técnicas r. + Ex.C)	1 (Técnicas r. + Ex.A)	2 (s/Técnicas r. + Ex.A)	3 (Técnicas r. + Ex.B)	4 (Técnicas r. + Ex.B)	5 (Técnicas r. + Ex.C)	6 (Técnicas r. + Ex.C)
Observações desfavoráveis	Registo grave - afinação baixa		X		X	X	X		X				X
	Registo médio - afinação baixa		X		X				X		X		
	Registo agudo - afinação alta	X	X				X	X					X
	Registo sobreagudo - afinação alta				X				X	X	X		X
	Som indefinido						X		X		X		
	Fluxo de ar insuficiente				X		X						
	Suporte diafragmático inativo				X		X		X				
	Pouca estabilização da afinação entre registos		X		X		X		X		X		X

9.3.3.1. Observações comuns na estabilização da afinação do aluno F e aluno G

De uma maneira geral, em ambos os alunos, as observações benéficas fizeram-se sentir mais nas sessões em que existiram técnicas de relaxamento, enquanto que, por outro lado, as observações desvantajosas fizeram-se sentir mais nas sessões sem aplicação de técnicas. Contudo, tal como foi possível verificar nas observações do estado corporal, as observações, de ambas as tipologias, fazem-se sentir de uma forma mais recorrente, do que em comparação com outros cursos de ensino.

Dentro das observações benéficas, a que mais se fez representar foi “registro médio-afinação estável”, no qual os alunos revelaram um maior domínio, com som amplo, definido, embocadura com posição centrada. Logo a seguir foi o “registro grave-afinação estável”, embora salientemos que esta observação foi registada, essencialmente, em sessões com técnicas de relaxamento, onde foi promovida uma maior flexibilidade dos lábios e abertura da cavidade oral. Por outro lado, no que diz respeito às observações desfavoráveis, o “registro grave-afinação baixa” foi uma das observações mais registada, essencialmente nas sessões sem técnicas de relaxamento. Assim sendo, foi possível evidenciar que a aplicação de técnicas ajudou os alunos a subir a afinação neste registro, e a ajudar na sua estabilização. Com a mesma evidência, surgiu a observação “Pouca estabilização da afinação entre registros”, que se manifestava nas passagens entre registros, quando estas ocorriam de uma forma mais “artificial”, com cortes, sem fluidez e com oscilações na afinação.

9.3.3.2 Observações pormenorizadas da estabilização da afinação do aluno F

De uma maneira geral, sentiu-se uma evolução e maior domínio de conhecimentos ao longo das sessões do aluno F. No final da sessão nº 6, apesar de nem todos os processos estarem totalmente dominados, o aluno ganhou uma maior consciência dos procedimentos a tomar para o controlo e estabilização da afinação. De todos os registos, aqueles em que se sentiram maiores diferenças foi no registo agudo e sobreagudo, principalmente nas sessões com técnicas de relaxamento. Inicialmente o aluno apresentava afinações muito altas nestes registos, contudo à medida que se ia familiarizando com os exercícios, começou a estabilizar a afinação.

O exercício onde se sentiu mais frágil foi o A, dos glissandos, principalmente no registo sobreagudo, onde percebeu que, nesse registo, tinha muito pouco domínio da afinação. Porém, com os passos a tomar, com uma vigilância ativa e um feedback constante entre orientadora cooperante, mestrando e aluno, conseguiu-se obter, no geral, bons resultados.

Figura 69

Registo onde o aluno F teve mais dificuldade em realizar o glissando.

desvio máximo de entonación para arriba y abajo
desvio máximo de afinación para cima e para baixo

nota estabilizadora
nota estabilizadora

♩ = 96 (♩ = 48)

senza vibrato
senza vibrato

senza vibrato

Nota. Graf, P.L. (1992). *Check-up -20 Estudios Básicos para Flautistas*. Schott. p. 14.

O registo grave foi o que ofereceu um pouco mais de resistência, por parte do aluno, a estabelecer o equilíbrio da afinação. Esta observação não se deveu a pressões excessivas, mas sim a um posicionamento incorreto do lábio inferior sobre o porta-lábios. O aluno tinha tendência a ocupar uma grande parte do orifício do porta-lábios, essencialmente neste registo, o que levava a obtenção de uma afinação mais baixa. Este facto, aliado a

uma curvatura nas costas e ombros tensos, originava uma oscilação mais acentuada na afinação.

Nas sessões do aluno F, foram registadas as observações “Fluxo de ar insuficiente” ou “respirações insuficientes”, o que levou a um incentivo para a realização, por parte do aluno, de um melhor controlo do ar. Posteriormente, o aluno provou, em outras sessões, uma boa capacidade de controlo do ar. (Sessão nº 3).

Na sua ação crítica, o aluno referenciava que verificava o seu som mais definido, quando utilizava corretamente o fluxo de ar, contribuindo também para a estabilização da afinação. Para além disso, revelou que se sentia mais preparado para os exercícios, essencialmente nas sessões com técnicas de relaxamento.

Em suma, verificou-se que o aluno F espelhava uma maior sonoridade, postura e confiança nas sessões antecedidas por técnicas de relaxamento, que lhe permitiram uma execução mais natural e fluída na prática instrumental. Já nas sessões sem técnicas de relaxamento, existia uma certa resistência à flexibilidade dos constituintes perante os diferentes registos e, conseqüentemente, na sua afinação.

9.3.3.3. Observações pormenorizadas na estabilização da afinação do aluno G

Entre todos os envolvidos no estudo de caso, o aluno G apresentava uma postura de estudo e prática diferente. Ao ser aluno de secundário, apesar de ainda estar a criar e a organizar a sua rotina de estudo, já tinha uma postura e estratégias de estudo para ultrapassar as adversidades. Desde o primeiro dia de sessão, tinha consciência das fragilidades a trabalhar, enquanto os seus colegas ainda tinham de ser bastante orientados pela docente da classe.

Antes das sessões, o aluno G iniciava, com a orientadora cooperante, o trabalho de afinação. Dentro desta abordagem, verificou-se uma tendência para apertar a embocadura, essencialmente no registo sobreagudo. Este aspeto, trabalhado nas sessões com técnicas de relaxamento orofacial, permitiu ao aluno abrir mais a cavidade oral e a torná-la flexível, para responder a todos os registos e à estabilização da afinação. O aluno G conseguiu, de uma forma mais eficiente, a estabilização do registo agudo, onde explorou ao máximo a adaptação dos constituintes ao registo.

O registo sobreagudo tem, naturalmente, uma tendência a ficar alto. E o registo grave, tende a apresentar um comportamento inverso, ou seja, a ficar mais baixo. Estes foram os registos onde o aluno explorou mais a flexibilidade, e procurou a máxima naturalidade possível dos constituintes da região orofacial.

Porém, com a aplicação de técnicas de relaxamento foi visível uma diminuição destas tendências, contribuindo assim para um equilíbrio, aperfeiçoamento e maior domínio da afinação nestes registos.

De entre todos os registos, o aluno teve uma resposta mais positiva no registo médio e agudo, tendo conseguido obter uma melhor transição entre estes, com estabilização de afinação, som definido e amplo.

Alguns aspetos como “garganta tensa”, “curvatura das costas” ou “tensão nos músculos ao redor da testa”, afetavam a disposição dos registos do aluno. Porém, com o auxílio do afinador e espelho, este conseguiu ter uma escuta e visão ativa, que contribuiu para trabalhar todos estes aspetos, e diminuir a sua influência na prática instrumental.

De uma maneira geral, as técnicas de relaxamento ajudaram o aluno G a tornar a sua região orofacial numa zona mais flexível e apta para as adaptações a tomar nos diferentes registos, mudanças de dinâmicas e, com elas, a estabilização da afinação.

9.3.4 Limitações no estudo de caso - Procedimento A - Curso Secundário

Tabela 97

Fatores que podem ter influenciado as sessões do aluno F e G no procedimento A

Fatores que podem ter afetado resultados- Iniciação
Cansaço;
<i>Stress</i> ;
Doença;
Dores.

9.4. Conclusões sobre o estudo de caso

Relativamente ao procedimento A, as técnicas de relaxamento orofacial trouxeram benefícios a todos os alunos, dos diferentes níveis de ensino. Em termos de estado corporal, trouxeram, de uma maneira geral, uma máxima naturalidade, com uma postura mais direita e constituintes mais aptos e flexíveis para a prática.

Por outro lado, nas sessões sem técnicas de relaxamento, existia uma tendência para surgirem observações mais desvantajosas, que tinham de ser ultrapassadas, sendo necessário um maior tempo nas abordagens dos diferentes conteúdos.

Em termos de abordagens aos conteúdos, todas as temáticas usufruíram de observações benéficas que contribuíram para uma mais rápida compreensão e apreensão de capacidades.

Em termos de rapidez ou resistência à modificação de algumas adversidades, mesmo com a aplicação de técnicas de relaxamento, foi visível que, à medida que avançávamos nos níveis de ensino, fica mais difícil, ou complexo, alterar certos “vícios” ou práticas menos corretas.

Todos os alunos revelaram ter tido bons resultados na sua prática com aplicação das técnicas de relaxamento, não tendo existido nenhum aluno que abandonasse ou desistisse da aplicação destas técnicas.

Quanto ao procedimento B, realizado apenas com um aluno, chegou-se à conclusão que a utilização do dispositivo de silicone é possível, e pode trazer vários benefícios à prática instrumental, mais pormenorizadamente, à obtenção dos registos.

Apesar de inicialmente poder existir algum sentimento de estranheza, depois de um período de adaptação e aperfeiçoamento, o dispositivo contribui para o desaparecimento de dores, feridas, desconforto e uma prática fluída e recorrente.

Através do feedback do aluno foi manifestado que, entre a película de silicone e outros produtos como ceras, a preferência recaí sobre a película, uma vez que esta traz menos desconforto, uma ação mais confortável, e até mesmo higiénica. Por outro lado, foi verificado, através das sessões, que existe necessidade de nova moldagem do dispositivo num determinado período de tempo, devido à movimentação dos dentes provocada pelos aparelhos.

No geral, o estudo de caso trouxe observações e factos positivos para todos os alunos, e pode ser um ponto de partida para futuras investigações, onde através de estudo longitudinal aplicado aos alunos, verificaremos a influência, ou ação da película.

10. Palestra

No âmbito da 5ª edição do *FLAUTUÉ*, no dia 17 de abril de 2023 o mestrando foi convidado a apresentar alguns resultados até à data sobre a influência das pressões excessivas na afinação da Flauta Transversal. Na mesma apresentação o mestrando evidenciou as principais problemáticas que as pressões excessivas podem provocar perante a saúde e prática instrumental. Posteriormente apresentou todas as técnicas de relaxamento orofacial recolhidas até ao momento, incentivando todo o público a executar aqueles que eram possíveis de realizar de forma autónoma. O público no geral referiu que sentia a sua região orofacial e corpo mais relaxados no geral.

No mesmo evento, a Orientadora cooperante acompanhou alguns dos seus alunos, que estavam a participar no estudo de caso desenvolvido pelo mestrando. Por sua livre e espontânea vontade, os alunos expuseram as principais constatações de tudo o que estavam a vivenciar com a sua participação no estudo de caso. Na sua intervenção revelaram o que estavam a sentir e a observar perante as sessões, fortalecendo para o restante público as informações dadas pelo estagiário.

Conclusão

A região orofacial e as várias temáticas de abordagem da prática da flauta transversal estão intimamente relacionadas.

Perante um aluno de iniciação em transição dentária, o professor deve desenvolver um comportamento de vigilância da saúde oral, tendo em consideração as mudanças fisionómicas, e simultaneamente continuar a promover o seu processo evolutivo. Este processo pode ser acompanhado através da utilização de películas de proteção de lábios e gengivas, ou o *pneumo pro*, que acrescentam contributos no auxílio à prática instrumental. Outras estratégias, como o uso de exercícios sem flauta, exercícios de história da música, ou exercícios de formação musical, promovem o enfoque, a manutenção da motivação e a aprendizagem de conteúdos, que posteriormente serão aplicados pelo aluno em contexto performativo.

A auto-testagem realizada pelo mestrando permitiu verificar os dispositivos de molde dentário maleável ou fixos, que contribuem para a manutenção da saúde oral em diferentes patologias. Contudo estes dispositivos apresentaram, nesta experiência, barreiras de construção que impediam a prática da flauta transversal. Apenas a película de silicone revelou ser um dispositivo funcional à prática.

Na iniciação, o mestrando através do estágio elaborado, verificou que os alunos, ao longo do ano letivo tiveram sempre a cavidade oral estabelecida, ou seja, sem esfoliação dentária, o que não permitiu implementar a influência da película de silicone na ausência dentária. Como tal, este aspeto pode ser ainda investigado no futuro, de forma a perceber a rentabilidade do dispositivo de proteção bucal neste nível de ensino.

Relativamente ao ensino básico, período em que há uma maior tendência de colocação de aparelho ortodôntico, foi importante perceber que os tratamentos ortodônticos são procedimentos necessários e eficazes na melhoria da saúde oral dos pacientes.

Estes tratamentos trazem diversas adversidades à obtenção dos registos na flauta transversal, contudo existem processos de aprendizagem que permitem uma adaptação e um contornar de situações que afetem a saúde, tais como o surgimento de feridas ou dor prolongada.

Para além dos produtos e dispositivos presentes no mercado, que permitem o equilíbrio entre as duas frentes (manutenção da saúde e prática performativa), também os professores têm ao seu dispor ferramentas e metodologias que permitem ultrapassar as adversidades sentidas.

Com o auxílio de ferramentas de suporte à adaptação, é possível o aluno atingir os diferentes registos da flauta transversal, mesmo em processo de tratamento ortodôntico.

Apesar de não ter existido um contacto direto entre alunos, professores e médicos dentistas, intervenientes neste relatório, as informações pertinentes e indispensáveis circularam entre as áreas da música e da medicina dentária, para que nenhuma atividade fosse afetada. Portanto compete aos docentes delinear as melhores estratégias e metodologias, tendo em conta o aluno na sua singularidade, pois cada procedimento específico requer uma atenção distinta, ou parcialmente adaptada, tendo em consideração que uma classe de ensino formal de flauta transversal é composta por um grupo de alunos com as suas especificidades.

Através do decorrer do estágio, na observação dos alunos do ensino básico, verificou-se que a película de silicone, apesar de ter mostrado aspetos positivos num aluno, pode no futuro ser estudada e comparada em vários alunos, dentro de uma amostra maior, por exemplo, através da implementação da investigação em diferentes escolas do Ensino Artístico em Portugal.

No curso secundário, embora seja verificável também nos restantes cursos, o processo de afinação apresenta alguns desafios, que tal como podemos observar, resultam da presença de pressões excessivas nos constituintes da região orofacial.

A prática da afinação agrega aspetos inerentes à estabilização da embocadura, respiração e postura corporal. Este procedimento, em particular, requer um mínimo de tensão sobre os constituintes orofaciais, pois o excesso torna-se prejudicial à saúde e à ação prática, sendo importante mudar e corrigir atempadamente.

Da aplicação de entrevistas a professores de flauta conseguimos recolher estratégias que permitem colmatar pressões em excesso.

A recolha junto da professora de canto, trouxe-nos vários exercícios que previnem o surgimento de pressões excessivas, devendo os mesmos ser aplicados antes da prática.

Através de entrevistas a especialistas de medicina alternativa conseguimos registar e conhecer tratamentos e procedimentos, para fazer face a lesões resultantes dessas mesmas pressões. Ainda nos foi possível a recolha de exercícios a aplicar autonomamente pelos flautistas, com benefícios na promoção do relaxamento orofacial e consequente estabilização da afinação.

Com os dados recolhidos foi possível verificar que, apesar da afinação ser um aspeto intimamente relacionado com a escuta ativa, o relaxamento dos constituintes mostrou, através do estudo de caso (que será abordado em seguida neste tópico), que podem influenciar a correta prática. Em investigações futuras podem ser ainda exploradas mais técnicas de relaxamento, por exemplo, de outras áreas medicinais ou as aplicadas a outros instrumentistas, tais como, clarinetistas, saxofonistas, que também fazem um grande uso da região orofacial.

Com a aplicação do estudo de caso em alunos do CRBA, foi possível pôr em prática conceitos e técnicas recolhidos na investigação. Sucintamente, no procedimento A a aplicação das técnicas de relaxamento produziu observações positivas, pois houve melhorias na ação dos alunos perante o estudo que estavam a aperfeiçoar, com benefícios na saúde e na prática instrumental. Foi-nos possível perceber e concluir, através de observação, que quanto mais anos de prática tem o aluno, mais difícil é a reversão de alguns erros de execução, mesmo recorrendo a aplicação de técnicas de relaxamento.

No procedimento B, observamos a prática de flauta transversal com película de silicone, no sentido de perceber a sua proteção à cavidade oral, potenciando uma prática com ausência de dor ou desconforto. Assim sendo, foi-nos possível registar e concluir a compatibilidade e os benefícios à prática, mas há que salientar que, por longos períodos de tempo, a película deve ser alvo de ajuste regular, de forma a poder adaptar-se às modificações fisíonomicas na cavidade oral do executante.

Como mote final, referimos que nenhuma atividade pode ser absorvida por carência ou excesso, pois uma boa prática resulta do equilíbrio entre a correta abordagem às temáticas da flauta transversal, e a manutenção de um estilo de vida benéfico à saúde do executante.

Referências bibliográficas

Seção I - Relatório da prática supervisionada

CRBA – Conservatório Regional do Baixo Alentejo. (2021). *Estatutos*. Acedido a 2 de fevereiro de 2023.

<https://crba.edu.pt/wp-content/uploads/2021/09/Estatutos.pdf>

CRBA – Conservatório Regional do Baixo Alentejo. (s.d). *História*. Acedido em 2 de fevereiro de 2023.

<https://crba.edu.pt/historia/>

CRBA – Conservatório Regional do Baixo Alentejo. (2022). *Projeto educativo*. Acedido em 2 de fevereiro de 2023.

<https://crba.edu.pt/wp-content/uploads/2022/09/D-Projeto-Educativo-2022-2025.pdf>

CRBA – Conservatório Regional do Baixo Alentejo. (2022). *Regulamento interno*. Acedido em 2 de fevereiro de 2023.

https://crba.edu.pt/wp-content/uploads/2023/01/Regulamento-Interno-22-de-dezembro-de-2022_signed.pdf

Seção II - Projeto de investigação

Áltes (1880) *Cèlebre méthode Complète de Flûte*. Alphonse Leduc. Paris.

Araujo, S. (2000) *Aspetos físicos da emissão sonora. A embocadura e a respiração na qualidade do som*.DM/IA/UNICAMP.

Artaud, P.-Y., & Geay, G. (1980). *Flûtes au Présent, Traité des Techniques contemporaines sur les Flûtes Traversières à l'usage des Compositeurs et des Flutistes*.Edition Musicales Transatlantiques.

Bath-Balogh, M. & Fehrenbach, J. (2012) *Anatomia, Histologia e Embriologia dos Dentes e das Estruturas Orofaciais*. Elsevier Editora Ltda.

Bernold, P. (1990). *La Technique D'Embouchure: 218 exercises for mastery of all difficulties concerning transverse flute embouchure and the acquisition of a good tone.* La Stravaganza.

Brennan, R. (1992) *Técnica de Alexander: Postura correta para a saúde.* Plural.

Bulhosa, J. (2011) Impactos oro-faciais associados à utilização de instrumentos musicais. *Medicina Dentária Preventiva e Comunitária, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade Fernando Pessoa. Serviço de Medicina Dentária, ACES Tâmega II, Vale do Sousa-Sul, Porto.*

Camacho, G. (2014) *Relações dinâmicas dos Maxilares.* Aditeme.

Cameira, A. (2016) *A introdução do registo agudo (3ª oitava) no ensino básico da flauta transversal.* (Artigo Científico elaborado em Área de Docência II no Mestrado em Ensino de Música na Universidade de Évora).

Christovam, E. (2011) *Classificação das más oclusões.* Centro Universitário Herminio Ometto de Araras. p. 1-7.

Clemente, M.& Moreira, A. & Mendes, J.& Ferreira, A. & Amarante, J. (2019). Wind Instrumentalist Embouchure and the Applied Forces on the Perioral Structures, *The Open Dentistry Journal*, vol.13 p. 107-114.

Costa, A. (2020) *Impacto dos Instrumentos de Sopro na Cavidade Oral: Caracterização da Autopercepção dos Músicos.* (Dissertação de Mestrado em Medicina Dentária da Universidade do Porto).

Debost, M. (2002). *The Simple Flute: from A to Z.* New York: Oxford University Press.

Dick, R. (1975). *The Other Flute, A Performance Manual of Contemporary Techniques*. Oxford University Press.

Ferreira, & Peroni, A. & Tabarelli, Z. (2009). Desordens temporomandibulares: uma abordagem fisioterapêutica e odontológica. *Stomatos*, 15(28), p. 27-37. <https://www.redalyc.org/pdf/850/85015147004.pdf>

Ferreira, F. (2008) *Ortodontia- Diagnostico e planeamento clínico*. Artes Médicas. Porto Alegre. p. 100-10

Giard, F. (2020) *Instrumentos de sopro, influências na cavidade oral e abordagem terapêutica*. (Dissertação de Mestrado em Medicina Dentária no Instituto Universitária Egas Moniz).

Goodwin, L. (1997). *The fife Book*. Just Flutes Edition.

Graf, P. (1990) *Check-up 20 estudos básicos para flautistas*. Schott. Mainz.

Grammatopolus, E. (2009) *A study of the effects of playing a wind instrument on the occlusion*. Universidade de Birmingham.

Harrison, H. (1982). *How to Play the Flute*. London: EMI Music Publishing.

Henriques, L. (2002). *Acústica Musical*. Fundação Calouste Gulbenkian.

Hummel, C. (2016). *Solutions for Common Third Octave Problems*. Consultado em 25 Março 2022. <https://drcatesflutetips.wordpress.com/2016/04/17/solutions-for-commonthirdoctaveproblems/>

JR, L. (2013) *Validação de ferramenta analítica para a medição de quatro parâmetros variáveis da embocadura na produção do som da flauta transversal*. (Dissertação de Mestrado em Música da Escola de Música da Universidade Federal da Bahia).

Madeira, P. (2004) *Anatomia da Face Bases Anatomofuncionais para a prática odontológica*. Savier.

Mascolo, N. & Mascolo, C. (2019) *Método de iniciação em flauta transversal. Teoria e prática passo a passo*. Copyright Site Estudantes de Flauta-Transversal & Mascolo Flute Center.

Matias, S. (2021) *Relatório de Prática de Ensino Supervisionada no ensino vocacional da música I e II, a realizar no Conservatório Regional do Baixo Alentejo: A embocadura como ferramenta essencial na aprendizagem da flauta transversal*. (Dissertação de Mestrado em Ensino de Música, Universidade de Évora).

Mercanti, M. (2018) *The Tui Na Manual*. Healing Art press.

Moratz, K. (2010) *Flute for Dummies*. Wiley Publishing, Inc. Indianapolis, Indian.

Moyse, M. (1934). *De la sonorité*. Paris: Alphonse Leduc.

Moyse, M. (1932) *24 pequenos estudos melódicos*. Paris: Alphonse Leduc.

Pairol, F. (2015) *Implicações pedagógicas da correlação entre a oclusão dentária e a formação da embocadura do flautista*. (Dissertação de Doutoramento em Música, Escola de Comunicações e Artes ECA – Departamento de Música)

Paixão, M. (2015) Conheço a anatomia labial? Implicações para o bom preenchimento *Surg Cosmet Dermatol*; vol. 7(1):10-6.

Patrício, M. (2021) *A influência da utilização do aparelho ortodôntico na flauta Transversal*. (Dissertação de Mestrado em Ensino de Música. ESML.Politécnico de Lisboa.)

Pimenta, M. (2013). *Disfunção Temporomandibular em Cantores Líricos: Práticas Pedagógicas Saudáveis* (Dissertação de Mestrado em Ensino de Música da Universidade de Aveiro).

Porter M. (1973) *The Embouchure and Dental Hazards of Wind Instrumentalists*. *Proc.Roy.Soc.* Vol.66. p.1075-1078.

Powell, A. (1994). *Flute Tutors: Records of the Methods, Taste and Practice of Earlier Times*. Cambridge University Press.

Quantz, J. (1752) *Versuch einer Anweisung die Flöte traversiere zu spielen*. Baerenreiter. Verlag.Berlin.

Reher V. & Reher, P. & Teixeira, L. (2001) *Anatomia Aplicada à Odontologia*. Guanabara.

Richter, W. (1987) *Bewusste Flötentechnik*. Zimmermann.

Rindisbacher, T. & Hirschi, U. & Ingervall, B. & Geering, A. (1989) Little influence on tooth position from playing a wind instrument. *The Angle Orthodontist*. Vol.60, n.3 p. 223-228.

Sá, J. (2022) *Impacto de um programa de fortalecimento da musculatura orofacial na performance de instrumentistas de sopro*. (Dissertação de mestrado em Fisioterapia do Politécnico de Coimbra)

Scheck, G. (1981) *Die Flöte und Ihrer Musik*. Schott.

Shepard, M. (1979). *How to Love Your Flute: A Guide to Flutes and Flute Playing*. Panjandrum Books.

Strayer, E. (1938) Musical Instruments as an Aid in the treatment of Muscle Defects and Perversions. Eleventh Biennial Meeting of the Edward H. Angle Society of Orthodontia. Nova Iorque.

Streitová, M. (2011) *A influência das técnicas contemporâneas na sonoridade da flauta transversal*. (Dissertação de Mestrado em Ensino de Música da Universidade de Aveiro)

Taffanel, P. & Gaubert, P. (1923). *Méthode Complète de Flûte*. Paris: Alphonse Leduc.

Taffanel, P. & Gaubert, P. (1958). *Méthode Complète de Flûte*. Alphonse Leduc.

Takahashi, T. *Suzuki Flute School, vol I*. Miami Warner.

Teixeira, L. & Reher, P. & Reher, V. (2008) *Anatomia aplicada à Odontologia*. Guanabara Koogan

Wang, Y. G (2011) *Tradicional Chinese medicine*. Informa Healthcare.

Woltzenlogel, C. (1995). *Método Ilustrado de Flauta*. 3ª Edição. Editores: Irmãos Vitale. Rio de Janeiro.

Wye, T. (2015). *Practice Book for the Flute: Books 1-6*. Novello & Co.

Yeo DK, Pham TP, Baker J, Porter SA. (2002) Specific Orofacial problems experienced by musicians. *Australian Dental Journal*. (p. 2-11) Vol.47: (1) DOI: 10.1111/j.1834-7819.2002.tb00296.

ANEXOS A

– Planificação e observações das aulas lecionadas

4.5.1 Aluno A – Iniciação I

PESII	Aula nº 1	Data: 28/02/2023	Duração: 30 min.
Observações O aluno encontrava-se bem-disposto e motivado para a aula. O aluno A e B tinham aula em conjunto, intercalando a sua participação na aula. Cada um teve 30 minutos de aula.			
Aspetos a trabalhar Técnicas de relaxamento orofacial; Sonoridade e sustentação das notas; Destreza de leitura; Respiração.			
Recursos utilizados Técnicas de relaxamento orofacial investigadas pelo mestrando; <i>Método Completo de Flauta</i> - P. Taffanel e P. Gaubert; <i>A new tune a Day for flute</i> - N. Bennett.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Técnicas de relaxamento orofacial <ul style="list-style-type: none">As técnicas foram apresentadas pela primeira vez ao aluno A. O objetivo era promover o relaxamento e alongamento da região orofacial. O aluno conseguiu executar os exercícios de forma correta e sentiu-se relaxado depois do procedimento. Exercício de aquecimento instrumental <ul style="list-style-type: none">O objetivo foi existir uma preparação a nível instrumental e físico para a prática através da execução de notas longas. Exercício nº 4 do <i>Método Completo de Flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert <ul style="list-style-type: none">Com este exercício o mestrando procurou observar os benéficos que as técnicas de relaxamento trouxeram para o estabelecimento da embocadura do aluno. O som do aluno estava mais limpo, com a garganta aberta e os constituintes da região orofacial estavam relaxados, sem pressões em excesso. Através deste exercício foi possível também observar a agilidade com que o aluno executava as notas da mão direita. O aluno tinha as mãos arredondadas, apenas o dedo mindinho tinha tendência a estar esticado. Exercício nº 1 e nº 2 - Lição nº 8 – <i>A new tune a Day for flute</i> – N. Bennett <ul style="list-style-type: none">Com este exercício foi possível introduzir com o aluno a nota Dó₄ suspenso. Inicialmente o aluno teve alguma dificuldade na estabilização da flauta, o que levou o mestrando a relembrar os pontos bases para segurar no instrumento. (dedo polegar da mão direita e na falange entre o dedo polegar e indicador da mão esquerda). Depois de algumas tentativas o aluno conseguiu executar os dois exercícios com a introdução da nova nota. Peça- <i>Back to bed</i> - Lição nº 2 – <i>A new tune a Day for flute</i> - N. Bennett. <ul style="list-style-type: none">O aluno respira em locais incorretos ao longo da pauta, tendo sido incentivado a respeitar as respirações já assinaladas pela orientadora cooperante. Depois disto realizou a peça com a articulação “tu”, com as mãos arredondadas e com as respirações nos locais certos.			
Comentário sobre a aula O aluno conseguiu atingir todos os objetivos propostos para a aula. A sua receptividade e empenho levou a uma ultrapassagem das adversidades de forma mais rápida.			

PESII	Aula nº 2	Data: 14/03/2023	Duração: 30 min.
Observações O aluno revelou que tinha estudo muito ao longo da semana. A aula do aluno A foi partilhada com o aluno B. Como tal, os alunos iam intercalando a sua intervenção em aula.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade e sustentação das notas; Destreza de leitura; Respiração.			
Recursos utilizados <i>Método Completo de Flauta</i> - P. Taffanel e P. Gaubert; <i>A new tune a Day for flute</i> - N. Bennett; <i>Método de Flauta com Canções do Cancioneiro Infantil Português</i> - A. Miranda.			
Metodologias/Estratégias aplicadas: Exercício nº 4 do Método Completo de Flauta – P. Taffanel e P. Gaubert <ul style="list-style-type: none"> O mestrando voltou a elaborar este exercício, porém sem a realização <i>a priori</i> das técnicas de relaxamento. Sem as técnicas de relaxamento, existiu a presença de uma pressão labial maior, com a elaboração de um som mais indefinido e não tão fluido. Exercício de Aquecimento instrumental <ul style="list-style-type: none"> O objetivo foi existir uma preparação a nível instrumental e físico para a prática através da execução de notas longas. Peça- Medieval Dance – Lição nº 2 - A new tune a Day for flute - N. Bennett <ul style="list-style-type: none"> Esta peça permitiu ao aluno trabalhar música de câmara. Foi possível trabalhar com o aluno o contacto visual, que mantinha sempre com o mestrando e as respirações nos locais indicados. O aluno revelou alguma dificuldade de transitar da nota Si para a nota Dó de forma ágil e natural. Para além disso, o aluno não respeitava a pausa de semínima no compasso 4. Os dedos também estavam um pouco esticados, tendo sido incentivado a arredondar mais as mãos. Os aspetos positivos a destacar são as respirações nos finais de frases (já assinalados pela Docente Cooperante) que respeitava com rigor. Peça – Barcarolle - Lição nº 2 – A new tune a Day for flute - N. Bennett <ul style="list-style-type: none"> Existiram algumas hesitações no tempo. Para ultrapassar esta situação o aluno foi incentivado a marcar todas as pulsações de forma a encaixar todos os tempos de forma correta. Canção Béu, béu - Método de Flauta com Canções do Cancioneiro Infantil Português - A. Miranda <ul style="list-style-type: none"> O aluno conseguiu cantar e executar a canção, associando mais facilmente o ritmo da canção com a letra da mesma. 			
Comentário sobre a aula A aula decorreu de forma fluída, de tal forma que foi possível elaborar todos os exercícios propostos com o aluno.			

PESII	Aula nº 3	Data: 21/3/23	Duração: 30 min.
Observações O aluno revelou estar um pouco cansado. A aula do aluno A foi partilhada com o aluno B. Como tal, os alunos iam intercalando a sua intervenção em aula.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade e sustentação das notas; Destreza de leitura; Respiração.			
Recursos utilizados <i>Método Completo de Flauta</i> - P. Taffanel e P. Gaubert; <i>A new tune a Day for flute</i> - N. Bennett; <i>Método de Flauta com Canções do Cancioneiro Infantil Português</i> - A. Miranda.			
Metodologias/Estratégias aplicadas:			
Exercício de Aquecimento instrumental <ul style="list-style-type: none"> O objetivo foi existir uma preparação a nível instrumental e físico para a prática através da execução de notas longas. 			
Estudo da peça da Lição 2 - <i>Medieval Dance</i> - <i>A new tune a Day for flute</i> - N. Bennett <ul style="list-style-type: none"> Inicialmente o aluno continuava os dedos muito esticados, mas depois de ser alertado pelo mestrando conseguiu arredondar as mãos. Para melhor compreensão por parte do aluno, o mestrando colocou um ovo cozido. A ideia foi o aluno arredondar as mãos, mas sem fazer qualquer pressão, porque senão o ovo partia. O aluno em relação à aula anterior notou-se uma maior destreza na passagem pelas diferentes notas. A passagem da nota Si para o Dó, apesar de ainda existir alguma dificuldade, estava mais flexível. Em termos das respirações anteriormente já assinaladas pela Orientadora Cooperante, continuou a respeitá-las. 			
Estudo da peça da Lição 2 – <i>Barcarolle</i> - <i>A new tune a Day for flute</i> - N. Bennett <ul style="list-style-type: none"> Notou-se uma maior preocupação em manter o contacto visual com o mestrando, tendo o próprio aluno percebido a importância desse aspeto para a música de Câmara. O aluno referenciou uma nova dúvida relativamente à duração da mínima com ponto de aumentação. O mestrando e a orientadora cooperante explicaram o efeito que o ponto de aumentação tem na música. Existiam ainda algumas instabilidades rítmicas, tendo sido incentivado a realizar a mais uma vez a leitura rítmica sem instrumento. 			
Exercícios da Lição 8 - <i>A new tune a day</i> - N. Bennett <ul style="list-style-type: none"> O aluno teve tendência a rodar um pouco a flauta na passagem da nota Si para a nota Dó suspenso. Com uma almofada por baixo, o aluno foi incentivado a segurar na flauta apenas com o apoio da mão direita e depois apenas com o apoio da mão esquerda. Este exercício teve o objetivo de que o aluno, de uma forma segura percebe-se a importância dos pontos de apoio do instrumento. 			
Canção <i>Boa velhinha</i>- <i>Método de Flauta com Canções do Cancioneiro Infantil Português</i> - A. Miranda <ul style="list-style-type: none"> O aluno conseguiu cantar e executar a canção, associado mais facilmente o ritmo da canção com a letra da mesma. 			
Comentário sobre a aula Apesar de o aluno estar cansado conseguiu focar-se nos exercícios e conseguiu executar de uma maneira geral os conteúdos propostos para a aula.			

2.5.2 Aluno B - Iniciação III

PESII	Aula nº 1	Data: 27/02/2023	Duração: 30 min.
Observações O aluno encontrava-se muito tímida e calada. O aluno A e B tinham aula em conjunto, intercalando a sua participação na aula. Cada uma teve 30 minutos de aula.			
Aspetos a trabalhar Técnicas de relaxamento orofacial; Sonoridade e sustentação das notas; Destreza de leitura; Respiração.			
Recursos utilizados Técnicas de relaxamento orofacial investigadas pelo mestrando; <i>Método Completo de Flauta</i> - P. Taffanel e P. Gaubert; <i>A new tune a Day for flute</i> – N. Bennett.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Técnicas de relaxamento orofacial <ul style="list-style-type: none">Estas técnicas foram apresentadas pela primeira vez ao aluno A. O objetivo era promover o relaxamento e alongamento da região orofacial. O aluno conseguiu executar os exercícios de forma correta, porém esteve um pouco distraído ao longo da aula. Exercício nº 4 do Método Completo de Flauta de Taffanel e Gaubert <ul style="list-style-type: none">Com este exercício o mestrando procurou observar os benéficos que as técnicas de relaxamento trouxeram para o estabelecimento da embocadura do aluno. Apesar do aluno se sentir mais relaxado, o mesmo parou várias vezes ao longo do exercício para descansar. Não aguentava muito tempo com a flauta levantada. Peça <i>Conventry Carol</i> - Lição nº 4 do <i>A new tune a Day for flute</i> - N. Bennett <ul style="list-style-type: none">Com este exercício foi possível treinar a articulação staccato e posterior articulação legato. Inicialmente o aluno teve tendência a fazer staccato, mas depois de alertado teve mais cuidado na rigurosidade da articulação. O aluno teve oportunidade de treinar a sua leitura no compasso ternário. Peça <i>Canon for two</i> - Lição nº 4 do <i>A new tine a Day for flute</i> - N. Bennett. <ul style="list-style-type: none">O aluno teve tendência a correr e a encurtar alguns ritmos. As respirações por vezes eram descuidadas. O aluno a pedido do mestrando realizou a leitura rítmica da peça. Posteriormente assinalou as respirações nos devidos sítios para que o aluno tivesse o cuidado de não respirar de nota em nota.			
Comentário sobre a aula O aluno encontrava-se um pouco distraído, o que dificultou a elaboração dos exercícios. Contudo, de uma maneira geral, o aluno conseguiu interiorizar os pontos principais dos aspetos transmitidos na aula.			

PESII	Aula nº 2	Data: 14/03/2023	Duração: 30 min.
Observações Era visível um cansaço no aluno B. A timidez continuou nesta aula. A aula do aluno B foi partilhada com o aluno A. Como tal, os alunos iam intercalando a sua intervenção em aula.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade e sustentação das notas; Destreza de leitura; Respiração.			
Recursos utilizados <i>Método Completo de Flauta</i> - P. Taffanel e P. Gaubert; <i>A new tune a Day for flute</i> - N. Bennett.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Exercício nº 4 do Método Completo de Flauta – P. Taffanel e P. Gaubert <ul style="list-style-type: none"> • O mestrando voltou a elaborar este exercício, porém sem a realização <i>a priori</i> das técnicas de relaxamento. Sem as técnicas de relaxamento, o aluno parou muitas mais vezes do que na aula com elaboração de técnicas. Sentiu dores mais intensas nos braços e no dedo mindinho. Contudo, o aluno lembrou-se do exemplo do “soprar pela palhinha” que o mestrando tinha dado na última aula lecionada e conseguiu de forma autónoma procurar uma direção adequada para o seu som e correto estabelecimento da embocadura. Peça <i>Conventry Carol</i> - Lição nº 4 – <i>A new tune a Day for flute</i> – N. Bennett <ul style="list-style-type: none"> • A articulação estava melhor em relação à última aula lecionada pelo mestrando. O aluno abria mais a boca para respirar e tinha um som mais focado. Teve uma ligeira tendência a correr, porém o mestrando ajudou a estabilizar, dando-lhe o tempo. Peça <i>Canon for two</i> - Lição nº 4 – <i>A new tune a Day for flute</i> – N. Bennett. <ul style="list-style-type: none"> • O aluno já não estava a respirar de nota em nota. As respirações estavam mais controladas e o ritmo parecia mais estável. O som nesta peça estava um pouco mais pobre, mas foi fruto de um cansaço sentido pelo aluno. 			
Comentário sobre a aula Apesar de ter sido possível realizar todos os exercícios propostos, o resultado obtido foi apenas satisfatório, uma vez que era visível um cansaço no aluno.			

PESII	Aula nº 3	Data: 21/03/2023	Duração: 30 min.
Observações O aluno A e B tinham aula em conjunto, intercalando a sua participação na aula. Cada uma teve 30 minutos de aula.			
Aspetos a trabalhar Técnicas de relaxamento orofacial; Sonoridade e sustentação das notas; Destreza de leitura; Respiração.			
Recursos utilizados <ul style="list-style-type: none"> • Técnicas de relaxamento orofacial investigadas pelo mestrando; • Método Completo de Flauta de Taffanel e Gaubert; • A new tune a Day for flute - Ned Bennett. 			
Metodologias/Estratégias aplicadas: Peça <i>Abide with me</i> - Lição nº 5 - – <i>A new tune a Day for flute</i> – N. Bennett. <ul style="list-style-type: none"> • O aluno nesta peça estava a articular com um stacatto muito brusco e pesado, fruto da imprecisão da língua sobre os dentes. O mestrando pediu para que o aluno direcionasse a sua língua sobre os dentes superiores incisivos. Peça <i>Jugglig</i> – Lição nº 5 - <i>A new tune a Day for flute</i> – N. Bennett. <ul style="list-style-type: none"> • O aluno teve oportunidade de trabalhar a passagem de Si natural para si bemol. Inicialmente o aluno perdia a estabilidade do apoio da flauta. O mestrando pediu para realizar a passagem de forma isolada e lenta, de forma a procurar o posicionamento equilibrado. 			
Comentário sobre a aula A aula decorreu com fluidez, notou-se que o aluno estudou ao longo da semana os conteúdos trabalhados em aula.			

2.5.3 Aluno C – 2º Grau

PESI	Aula nº 1	Data: 05/01/2023	Duração: 45 min.
Observações O aluno veio motivada para a 1º aula do 2º período, contudo esqueceu-se de alguns materiais em casa.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade e sustentação das notas; Respiração; Mudança de registos; Leitura à primeira vista; Escalas.			
Recursos utilizados Técnicas de relaxamento orofacial; <i>Practice book for the flute, vol. 1 - Tone</i> - Pág. 13 - T. Wye; <i>Peça Jurassic Park</i> - Ken Dyen.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Técnicas de relaxamento orofacial <ul style="list-style-type: none">• O objetivo principal foi dar a conhecer ao aluno algumas técnicas de relaxamento e alongamento orofacial de forma a promover uma prática saudável de flauta transversal. O aluno sentiu-se mais relaxada, confortável e calma depois da elaboração das técnicas. <i>Practice book for the flute, vol. 1 – Tone</i> - Pág. 13 - T. Wye <ul style="list-style-type: none">• O aluno no exercício de sonoridade, nos finais de frases relaxava o suporte diafragmático e deixava cair a afinação. Foi alertado para a ativação constante do suporte diafragmático de forma a reverter a situação detalhada anteriormente. Na mudança de registos foi pedido ao aluno que executasse com a menor mudança de embocadura, sem pressões excessivas. Relativamente à respiração o objetivo do exercício foi respirar de compasso a compasso de forma a promover a qualidade sonora e novamente a sustentação do diafragma. <i>Peça Jurassic Park</i> - Ken Dyen <ul style="list-style-type: none">• A orientadora cooperante atribuiu ao aluno a função de 1º Flauta num projeto futuro e como tal pediu ao aluno estagiário para trabalhar a obra com o aluno em questão. Na leitura à 1ª vista foi pedido ao aluno que analisasse a partitura, evidenciando a tonalidade inicial do 1º andamento. Logo a seguir foi proposto ao aluno a execução da leitura rezada das duas primeiras pautas, com posterior leitura na flauta transversal. O aluno teve algumas dificuldades rítmicas e com esquecimento de alguns acidentes referentes à armação de clave.			
Comentário sobre a aula Apesar do aluno se ter esquecido de alguns métodos, demonstrou uma maior concentração em relação às últimas aulas do 1º período.			

PESI	Aula nº 2	Data: 12/01/2023	Duração: 45 min.
Observações O aluno trouxe todo o material para a aula.			
Aspetos a trabalhar Técnicas de relaxamento orofacial; Sonoridade e sustentação das notas; Respiração; Mudança de registos; Escalas.			
Recursos utilizados Técnica de relaxamento orofacial. Método <i>Practice book for the flute, vol. 1.</i> de T. Wye. Método <i>Practice book for the flute, vol. 5.</i> de T. Wye. Partitura do <i>Jurassic Park</i> - K. Dyen.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Técnicas de relaxamento orofacial. <ul style="list-style-type: none"> • Durante 5 minutos, o mestrando relembrou todos os exercícios realizados na aula anterior. O aluno conseguiu sistematizar todos os exercícios de forma correta. Tal como na aula anterior sentiu-se relaxada e com a região orofacial alongada. Exercício da mudança de registos da pág. 13 do Método <i>Practice book for the flute, vol. 1.</i> de T. Wye. <ul style="list-style-type: none"> • Depois da realização dos exercícios de relaxamento notou-se uma maior flexibilidade dos lábios na transição para os diferentes registos. O aluno no exercício de sonoridade encontrava-se mais concentrada. Executou o exercício com qualidade sonora, com respiração em “o” e com mais suporte nos diferentes registos. Escala de Dó maior com suporte no Método <i>Practice book for the flute, vol. 5.</i> de T. Wye. <ul style="list-style-type: none"> • Nas escalas expressivas foi alertada para respirar só no final da frase. Foi incentivada pelo mestrando a executar o exercício com os lábios ao lado do <i>lip-plate</i>. O objetivo deste exercício foi o aluno perceber a direção e o fluxo de ar que necessitava para as diferentes dinâmicas. Com este exercício o aluno conseguiu ter um fluxo de ar mais estável, com som mais cheio e suporte diafragmático bem definido. Peça <i>Jurassic Park</i> - Ken Dyen. <ul style="list-style-type: none"> • A leitura da peça estava fluída, com algumas correções na articulação e posicionamento de notas, principalmente mi bemol. Foi visível que o aluno tinha estudado a peça em casa. O aluno revelou algumas dificuldades na transição de registos, pois eram numa pulsação muito rápida. Assim sendo, foi sugerido que realizasse o seu estudo num “tempo base” em que conseguisse executar toda à peça. Só a partir daí é que começaria a aumentar a pulsação. 			
Comentário sobre a aula O aluno estava concentrado nas informações dadas ao longo da aula o que levou a uma transição de exercícios com sucesso e de uma forma mais fluída.			

PESII	Aula nº 3	Data: 23/2/23	Duração: 45 min.
Observações O aluno estava preocupado com alguns pormenores da peça <i>To bee, or not to bee</i> .			
Aspetos a trabalhar Técnicas de relaxamento orofacial; Sonoridade e sustentação das notas; Respiração; Mudança de registos; Destreza técnica.			
Recursos utilizados Técnica de relaxamento orofacial; Método <i>Practice book for the flute, vol. 1</i> de T. Wye; Partitura da obra <i>Pomp and circumstance</i> - M. Sweeney; Partitura da obra <i>Tool b or not tool b</i> - M. Story.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Exercícios de relaxamento corporal. <ul style="list-style-type: none"> O aluno já conseguia fazer de forma autónoma todas as técnicas de relaxamento. Elaborou com seriedade e empenho. Exercícios de sonoridade da página 13 do método <i>Practice book for the flute, vol. 1</i> de T. Wye. <ul style="list-style-type: none"> Depois da aplicação das técnicas de relaxamento verificou-se uma maior flexibilidade do lábio e posicionamento claro dos lábios em relação ao porta-lábios. A transição do registo grave para o registo agudo aconteceu de forma fluída com boa sonoridade e direção de ar. Estudo da peça <i>Pomp and circumstance</i> de M. Sweeney <ul style="list-style-type: none"> Na peça <i>Pomp and circumstance</i> o aluno não revelou grandes dificuldades na prática da obra, uma vez que a obra é para nível iniciante. Existiram alguns erros de digitação (Mi b, onde coloca o indicador da mão esquerda, originando um harmónico). A única recomendação dada ao aluno foi uma maior atenção e foco. Estudo da peça <i>Tool b or not tool b</i> de M. Story <ul style="list-style-type: none"> Na peça existiram algumas dúvidas de encaixe rítmico no compasso composto. Como tal foi elaborado como aluno a leitura não entoada de forma a eliminar todas as dúvidas. Depois da leitura rezada, o aluno conseguiu executar toda a primeira página. 			
Comentário sobre a aula O aluno esteve um pouco desconcentrado, mas depois de alertado conseguiu concentrar-se e realizar os exercícios com favorável aproveitamento.			

PESII	Aula nº 4	Data: 02/03/23	Duração: 45 min.
Observações O aluno referiu que não estava muito bem pois tinha estado doente e ainda não estava totalmente curada.			
Aspetos a trabalhar Técnicas de relaxamento orofacial; Sonoridade e sustentação das notas; Respiração; Mudança de registos; Destreza técnica.			
Recursos utilizados Método <i>Practice book for the flute</i> , vol. 1 <i>Tone</i> - T. Wye; Partitura da peça <i>Tool b or not tool b</i> - M. Story; Partitura da peça <i>Andalucia</i> - Victor Lopez.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Sessão nº 1 – Estudo de Caso - Adversidades da região orofacial e o seu impacto na aprendizagem da flauta transversal - Exercícios de sonoridade da página 13 do método <i>Practice book for the flute</i>, vol. 1 de T. Wye. <ul style="list-style-type: none"> Foi possível verificar nas aulas assistidas que o aluno ao transitar do registo grave para o registo sobreagudo que apertava a embocadura e o som saía um pouco indefinido. Nesta sessão depois de executar as técnicas de relaxamento que já tinha conhecimento, pois já as tinha abordado, verificou-se um relaxamento da garganta e maior abertura. Contudo, a atenção do aluno era menor do que em outras aulas e existiram alguns momentos de falta de suporte diafragmático o que levava o aluno a apertar um pouco o lábio superior no registo sobreagudo. O mestrando promoveu com o aluno o exercício na parede de forma a obrigar a ativação do suporte diafragmático. <i>Tool b or not tool b</i> de M. Story <ul style="list-style-type: none"> O aluno iniciou a tocar a obra com alguns erros de digitação devido a descuido com a armação de clave. Foi alertado pelo mestrando para estar com mais atenção e a marcar os seus apontamentos na partitura. No compasso composto ainda existiram algumas instabilidades rítmicas, como tal o aluno realizou novamente leitura rítmica de forma a encaixar todos os ritmos no tempo correto. Depois de a leitura estar toda concluída foi realizado a leitura com suporte áudio como forma do aluno perceber a melodia dos outros instrumentos de orquestra nesta obra. <i>Andalucia</i> de V. Lopez <ul style="list-style-type: none"> Nesta peça o foco do trabalho com o aluno foi a rigorosidade da articulação, uma vez que a parte rítmica era acessível para o aluno. O mestrando alertou para a importância da ação do suporte diafragmático nas acentuações para que as notas saíssem seguras. No compasso 25 foi incentivado a perceber o comportamento da sua afinação uma vez ser uma parte solística e como tal muito exposta. É uma seção que o aluno teve de ter muita atenção pois iniciava com um Dó suspenso, nota já naturalmente muito alta. 			
Comentário sobre a aula O aluno conseguiu realizar todos os objetivos propostos para a aula, mas decerto que o rendimento não foi o mais alto em comparação com outras aulas, isto uma vez que o aluno estava a sentir-se ainda doente.			

PESII	Aula nº 5	Data: 16/03/23	Duração: 45 min.
Observações O aluno estava motivado para a aula. Revelou que já estava cada vez mais entusiasmada com a chegada do estágio de orquestra da Páscoa.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade e sustentação das notas; Respiração; Mudança de registos; Destreza técnica.			
Recursos utilizados Método <i>Practice book for the flute</i> , vol. 1 de T. Wye; Método <i>30 Easy Progressive Studies</i> de G. Gariboldi; Partitura da peça <i>Highlights from Harry Potter</i> - de Michael Story; Partitura da peça <i>Star Wars</i> - Michael Story; Coluna de áudio.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Sessão nº 2 – Estudo de Caso - Adversidades da região orofacial e o seu impacto na aprendizagem da flauta transversal. - Exercícios de sonoridade da pág. 13 do Método <i>Practice book for the flute</i>, vol. 1 de T. Wye. <ul style="list-style-type: none"> Na sessão nº 2 do estudo de caso, o aluno não realizou técnicas de relaxamento orofacial. Nesta sessão uma das maiores diferenças sentidas foi na estabilização da afinação quando terminava a frase, pois o aluno tinha maior tendência a baixar. Isto devia-se ao facto de realizar uma pressão maior no lábio superior. O ponto de estabilização da embocadura não estava centrado, existindo uma tendência a projetar o lábio para o lado direito. Estudo 3 do método <i>30 Easy Progressive Studies</i> de G. Gariboldi. <ul style="list-style-type: none"> O aluno foi incentivado a apresentar o estudo do início ao fim. Noutras aulas, foi possível verificar uma perda de sonoridade e concentração à medida que o tempo de prática do aluno aumentava. O mestrando pediu para o aluno manter a rigidez sonora e rítmica desde o início ao fim da obra como forma de aumentar a sua produtividade. Foram isoladas ainda algumas passagens de forma a aumentar a agilidade na transição entre as notas. Revisão das peças <i>Highlights from Harry Potter</i> e <i>Star Wars</i> do compositor M. Story com suporte áudio. <ul style="list-style-type: none"> O aluno conseguiu manter a velocidade e acompanhar o áudio, tanto numa peça como na outra. Apesar disto ainda existiam algumas irregularidades no tempo na primeira parte do <i>Highlights from Harry Potter</i> tendo sido o aluno incentivado a isolar e estudar mais devagar para a associação da digitação. No <i>Star Wars</i> foi apenas incentivado a soprar mais e a colocar de mais energia na interpretação da obra. 			
Comentário sobre a aula A aula decorreu com fluidez, foi possível trabalhar todos os conteúdos com rigorosidade e atenção.			

2.5.4 Aluno D – 3º Grau

PESI	Aula nº1	Data:05/01/2023	Duração: 45 min.
Observações O aluno encontrava-se muito nervoso, referindo que o dia estava a ser muito preenchido e rápido demais.			
Aspetos a trabalhar Introdução às técnicas de relaxamento; Introdução às técnicas contemporâneas: frulato, glissando, som eólico com voz e slaps; Trabalho técnico – Escalas; Início do estudo da peça <i>Despertador às 7h30</i> com suporte áudio; Estudo do primeiro andamento da peça <i>Three Romances, Op. 94</i> de R. Schumann.			
Recursos utilizados Técnica de relaxamento orofacial; Tese de mestrado da Professora Doutora Monika Streitová; Partitura da peça <i>Despertador às 7h30</i> de R. Caeiro; Partitura do <i>1º Romance</i> de R. Schumann.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Introdução às técnicas de relaxamento orofacial <ul style="list-style-type: none">O objetivo principal foi dar a conhecer ao aluno algumas técnicas de relaxamento e alongamento orofacial de forma a promover uma prática saudável de flauta transversal. O aluno sentiu-se mais relaxado, confortável e calma depois da elaboração das técnicas. Introdução às técnicas contemporâneas: flutterzung, glissando e som eólico e voz. <ul style="list-style-type: none">O aluno executou a escala cromática com a introdução de técnicas contemporâneas, de forma a atingir um som mais limpo, com mais amplitude e ressonância. O efeito que trouxe mais resultados foi através do frulato (mais o de garganta do que o de língua) pois permitiu uma abertura maior da garganta e emissão mais focada do ar. Foi mostrado ao aluno os principais resultados da investigação da Professora Doutora Monika Streitová, dentro desta temática. Início do estudo da peça <i>Despertador às 7h30</i> de R. Caeiro com suporte áudio. <ul style="list-style-type: none">De forma a implementar as técnicas aprendidas anteriormente, foi dada a oportunidade ao aluno de ler e executar a peça “Despertador às 7h30” da autoria do mestrando. Com este estudo o aluno conseguiu executar com sucesso as técnicas de frulato, cantar e tocar ao mesmo tempo e ainda slaps. O aluno revelou uma maior dificuldade em cantar e tocar ao mesmo tempo. Como tal, foi incentivado a isolar os compassos com essa técnica e repeti-los em pulsação lenta. Estudo do primeiro andamento da peça <i>Three Romances, Op. 94</i> de Schumann. <ul style="list-style-type: none">O aluno revelou algumas dificuldades rítmicas, como tal realizou leitura não entoada da peça como forma de ultrapassar estas adversidades. Posteriormente passou à leitura com a flauta onde foi alertada para a posição da língua no ataque das notas. O aluno articulava colocando a língua muito para fora. De forma a ultrapassar esta adversidade foi pedido para (com auxílio de um espelho) de articular colocando a língua atrás dos dentes incisivos superiores.			
Comentário sobre a aula Apesar do nervosismo inicial, o aluno conseguiu relaxar e focar-se nos exercícios ao longo da aula.			

PESI	Aula nº2	Data:12/01/2023	Duração: 45 min.
Observações			
O aluno esteve durante a aula preocupada pelo facto de se ter esquecido de alguns materiais.			
Aspetos a trabalhar			
Exercício de relaxamento orofacial;			
Revisão das técnicas contemporâneas: flatterzung, glissando e som eólico e voz;			
Respiração;			
Destreza técnica;			
Utilização do suporte diafragmático.			
Recursos utilizados			
Exercício de relaxamento orofacial;			
Método - <i>30 Easy and progressive studies for flute</i> – G. Gariboldi;			
Peça <i>Despertador às 7h30</i> de R. Caeiro;			
Partitura do primeiro andamento da peça <i>Three Romances, Op. 94</i> de R. Schumann.			
Metodologias/Estratégias aplicadas			
Exercício de relaxamento orofacial			
<ul style="list-style-type: none"> • Durante 5 minutos, o mestrando lembrou todos os exercícios realizados na aula anterior. O aluno conseguiu sistematizar todos os exercícios de forma correta. 			
Aquecimento – Notas longas			
<ul style="list-style-type: none"> • O aluno tocou notas longas (cerca de 8 tempos) com a utilização do frullato e cantar e tocar ao mesmo tempo. Inicialmente fez-lhe um pouco de estranheza, mas depois de se concentrar conseguiu realizar o exercício com sucesso. 			
Estudo nº 3 – <i>30 progressive studies for flute</i> de G. Gariboldi			
<ul style="list-style-type: none"> • No exercício nº3 do método de G. Gariboldi o aluno executava algumas notas erradas sem ter perceção do mesmo. Como forma de colmatar esta adversidade tocou o exercício com o auxílio do piano para identificar os locais onde estava a executar de forma errada. Com o apoio do piano a sustentabilidade e direção de frase do aluno melhorou. No compasso 9, o Dó agudo não saía com focagem, o que estava na origem a inatividade do suporte diafragmático do aluno. Como tal, foi pedido ao aluno que mesmo na respiração já tivesse o suporte ativo como forma de suportar toda a frase. No compasso 33 foi verificada uma passada pouco fluída na passagem do Si médio para o Sí agudo. Para colmatar esta adversidade o aluno executou toda a frase com o auxílio de técnicas contemporâneas. No fim, toda a frase foi executada de forma muito mais natural, afinada e com boa sonoridade. 			

Peça *Despertador às 7h30* de R. Caeiro

- Foi visível que o aluno estudou a peça em casa, referindo mesmo que teve um grande interesse na peça, fruto da utilização das técnicas contemporâneas. O aluno conseguiu melhorar a execução do Frullato com garganta. Uma vez que a peça já estava ritmicamente estável, o aluno tocou a peça com o auxílio do *play-along*. Ao longo da execução conseguiu realizar a leitura tendo em atenção à parte áudio.

Estudo do primeiro andamento da peça *Three Romances, Op. 94* de R. Schumann.

- O aluno revelou dificuldade em executar a appoggiatura inicial, tendo isolado a passagem e executado em pulsação lenta. A leitura rítmica nesta aula já estava melhor, apesar de terem existido alguns pontos de instabilidade no fraseio melódico, principalmente quando o aluno transitava de um registo para outro. Tal como foi realizado no estudo o mestrando propôs a introdução de técnicas contemporâneas de forma a tornar todas as passagens mais fluídas e naturais. Nesta aula o aluno foi também incentivado a colocar as respirações nos locais que achasse apropriado, sem que quebrasse as frases musicais.

Comentário sobre a aula

O aluno esteve atento e motivado ao longo de toda a aula.

PESII	Aula nº3	Data: 213/2/23	Duração: 45 min.
Observações O aluno referiu que estava um pouco cansado, pois tinha vindo um pouco à pressa para não chegar atrasado à aula, uma vez que gosta sempre de ser muito pontual.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade; Destreza técnica; Leitura rítmica.			
Recursos utilizados Método <i>Practice book for the flute</i> , vol. 1 de T. Wye; Método <i>30 progressive studies</i> de G. Gariboldi; Partitura da peça <i>Three romances</i> , Op. 94 de Schumann; Metrónomo.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Exercícios de sonoridade da página 13 do método <i>Practice book for the flute</i>, vol. 1 – Tone de T. Wye. <ul style="list-style-type: none"> O aluno franzia a testa cada vez que passava para o registo médio. Como tal roubava energia ao suporte diafragmático. Foi incentivado a realizar o exercício com a técnica de frullato de forma a libertar todas as tensões que tivesse ao redor da região orofacial. Depois da aplicação da técnica do frullato notou-se uma maior abertura da garganta. Execução da Escala de Sib maior com Arpejo. <ul style="list-style-type: none"> O aluno aumentava a velocidade no registo mais agudo. Como tal, foi elaborada toda a escala com metrónomo. Para além disso, o aluno executou com diferentes articulações. Estudo nº 5 do método <i>30 progressive studies</i> de Gariboldi. <ul style="list-style-type: none"> Sentiu-se logo inicialmente uma instabilidade rítmica. Como tal, o mestrando realizou com o aluno a leitura com auxílio de metrónomo, num tempo base confortável para o aluno (60 bpm). A articulação também estava um pouco descuidada, principalmente nas notas curtas, por exemplo do compasso cinco ou sete. Sentiu-se uma tensão nos ombros do aluno principalmente quando existiam saltos nos registos, de forma a ultrapassar isto o aluno realizou essas seções na parede com as pernas fletidas. Este exercício teve como objetivo a direcionar toda a força para o suporte diafragmático. Depois deste exercício até o próprio som estava mais limpo e cheio. Estudo da peça <i>Three romances</i>, Op. 94 de Schumann (1.º movimento). <ul style="list-style-type: none"> O tempo ainda estava muito instável. Realizou com o mestrando a leitura rezada e forma a eliminar todas as adversidades rítmicas. No final, utilizou o metrónomo de forma a manter a rigorosidade na velocidade. 			
Comentário sobre a aula Apesar do aluno estar um pouco stressado no início da aula, o aluno conseguiu ter uma ação fluída na aula.			

PESII	Aula nº4	Data: 02/3/23	Duração: 45 min.
Observações O aluno encontrava-se muito entusiasmado para a aula.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade; Destreza técnica; Leitura rítmica.			
Recursos utilizados Exercícios de relaxamento orofacial; Método <i>Practice book for the flute, vol. 1</i> de T. Wye; Método <i>30 progressive studies</i> de G. Gariboldi; Partitura da peça <i>Three romances, Op. 94</i> de Schumann; Metronomo.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Sessão nº 1 – Estudo de Caso - Adversidades da região orofacial e o seu impacto na aprendizagem da flauta transversal.			
Exercícios de relaxamento corporal. <ul style="list-style-type: none"> • O aluno já conseguia fazer de forma autónoma todas as técnicas de relaxamento. Elaborou com seriedade e empenho. 			
Exercícios de sonoridade da página 13 do método <i>Practice book for the flute, vol. 1</i> de T. Wye. <ul style="list-style-type: none"> • Depois da aplicação das técnicas de relaxamento verificou-se um maior relaxamento dos lábios e uma maior abertura da cavidade oral. Já não se ouviam tantos sons provenientes da garganta e curiosamente o aluno já não fazia pressão sobre a testa. A transição do registo grave para o médio aconteceu de uma forma mais fluída. Foi apenas incentivada a não balançar tanto o corpo para os lados, de forma a não perder a estabilidade do suporte diafragmático. 			
Estudo 5 do método <i>30 progressive studies</i> de G. Gariboldi. <ul style="list-style-type: none"> • Foi visível que o aluno estudou e trabalhou em casa os conteúdos abordados na aula anterior. A articulação estava muito mais precisa e a estabilidade da velocidade mais controlada. Somente nos últimos compassos do estudo é que se continuaram a sentir algumas dificuldades. Principalmente no registo sobreagudo, em que o aluno tinha tendência a apertar demais e até mesmo a soltar alguns guinchos. O mestrando pediu para abrir mais a boca promovendo o seu relaxamento, mas mantendo à mesma a focagem e velocidade de ar. 			
Estudo da peça <i>Three romances, Op. 94</i> de R. Schumann (1.º movimento). <ul style="list-style-type: none"> • A peça, no tempo base do aluno (60 bpm) já estava um pouco mais estável em termos rítmicos. Como tal, o mestrando aumentou a velocidade do metronomo para que o aluno começasse aos poucos a aproximar-se do tempo real da obra. 			
Comentário sobre a aula O aluno encontrou-se com muita atenção ao longo de toda a aula. Conseguiu atingir os objetivos de cada exercício proposto.			

PESII	Aula nº 5	Data: 16/3/23	Duração: 45 min.
Observações O aluno sentia-se um pouco cansado.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade; Destreza técnica; Leitura rítmica.			
Recursos utilizados <i>Practice book for the flute</i> , vol. 1 de T. Wye; <i>30 progressive studies</i> de G. Gariboldi.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Sessão nº 2 – Estudo de Caso - Adversidades da região orofacial e o seu impacto na aprendizagem da flauta transversal. <ul style="list-style-type: none"> Nesta sessão o aluno não realizou técnicas de relaxamento, pois o objetivo era perceber qual era o comportamento da região orofacial na obtenção de registos sem aplicabilidade de técnicas de relaxamento. Exercícios de sonoridade da página 13 do método <i>Practice book for the flute</i>, vol. 1 de T. Wye. <ul style="list-style-type: none"> Depois da aplicação das técnicas de relaxamento verificou-se um maior relaxamento dos lábios e uma maior abertura da cavidade oral. Já não se ouviam tantos sons provenientes da garganta e curiosamente o aluno já não fazia pressão sobre a testa. A transição do registo grave para o médio aconteceu de uma forma mais fluída. Foi apenas incentivado a não balançar tanto o corpo para os lados, de forma a não perder a estabilidade do suporte diafragmático. Estudo 9 do método <i>30 progressive studies</i> de Gariboldi. <ul style="list-style-type: none"> A orientadora cooperante achou benéfico para o aluno avançar alguns estudos do método. O aluno demonstrou algumas dificuldades na prática dos crescendos. Como tal, foi incentivado a dirigir-se até ao espelho para perceber a movimentação da mandíbula e dos lábios para a obtenção das diferentes dinâmicas. No <i>delicato</i> a passagem em staccato estava muito brusca, tendo o aluno sido alertado para um ataque de língua com mais precisão, junto aos dentes incisivos superiores. Estudo da peça <i>Three romances, Op. 94</i> de Schumann (1.º movimento). <ul style="list-style-type: none"> O aluno ao longo das semanas tem atingindo uma evolução na destreza técnica da peça. O aluno foi incentivado a tocar a peça do início ao fim. Apesar de algumas hesitações, nesta aula foi a primeira vez que o aluno tinha conseguido chegar ao final do 1º andamento sem desistir a meio. 			
Comentário sobre a aula A aula foi muito dinâmica e marcada por uma evolução do aluno.			

2.5.5 Aluno E – 5º Grau

PESII	Aula nº 1	Data: 28/2/2023	Duração: 45 minutos
Observações O aluno estava um pouco ansioso pois ia ter ensaio com piano logo a seguir à aula.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade; Destreza técnica; Aperfeiçoamento rítmico do estudo 4 do Método <i>15 Studies, Op. 33</i> de E. Kohler e <i>Concerto in G Major</i> de G. Pergolesi.			
Recursos utilizados Método <i>Practice book for the flute</i> , vol. 1 - T. Wye; Método <i>Practice book for the flute</i> , vol. 2 - T. Wye; Método <i>15 Studies, Op. 33</i> - E. Kohler – 1.º caderno.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Sessão nº 1 – Estudo de Caso - Adversidades da região orofacial e o seu impacto na aprendizagem da flauta transversal. <ul style="list-style-type: none">O aluno modificou a sua posição labial à medida que mudava de registo. Quando o aluno transitava para o registo agudo verificou-se um fechar da boca, com simultânea pressão no lábio superior. O som quando o aluno apertava a embocadura saia mais fino, sujo e indefinido. Foram sugeridas algumas técnicas de relaxamento orofacial como forma de relaxar os constituintes. Exercícios de técnica das páginas 18 e 19 do método <i>Practice book for the flute</i>, vol. 2 de T. Wye. <ul style="list-style-type: none">O aluno teve uma tendência a esticar os dedos o que provocava uma destreza lenta ao longo das passagens. Como exemplo ilustrativo o mestrando colocou um ovo cozido na mão. Com este exemplo, o aluno conseguiu arredondar as mãos e perceber o movimento delicado que os dedos devem ter, sem excessiva pressão, senão o próprio ovo partia. O staccato estava um pouco indefinido, tendo sido incentivado a fazer frullato. Estudo 4 do método <i>15 Studies, Op. 33</i> - E. Kohler – 1.º caderno. <ul style="list-style-type: none">Notou-se que o aluno tinha estudo, porém nalgumas passagens o ritmo e destreza esteve um pouco indefinido. Os compassos mais críticos foram por exemplo, o compasso 15 e 16, onde há um salto de registos. Nesta secção, quando o aluno executava o registo grave saia com um som pequeno e fino, tendo sido alertado para o fortalecimento do suporte, direccionalidade mais precisa do ar e relaxamento da embocadura. Foi incentivada a interpretar o compasso composto num pensamento mais “dançável” e não tão “quadrado”. No <i>Piu moderato</i> foi alertado para uma articulação mais precisa, dando mais ênfase às acentuações. Continuação do estudo da peça <i>Concerto in G Major</i> de G. Pergolesi com suporte áudio. <ul style="list-style-type: none">O aluno já tinha domínio geral da obra. Porém em alguns excertos tinha tendência a acelerar a velocidade. Como forma de colmatar esta situação foi incentivado a isolar as passagens mais críticas, como por exemplo do compasso 39 ao 44, onde existem alguns saltos de registos e a trabalha-los com diferentes ritmos, articulações e			

utilização de metrônomo. Para além disto, no final da aula o aluno executou o exercício com *play-along* para treinar a sua rigorosidade do tempo.

Comentário sobre a aula

A aula decorreu com fluidez, uma vez que o aluno esteve sempre atento a todas as observações dadas pelo estagiário.

PESII	Aula nº 2	Data: 14/3/2023	Duração: 45 minutos
Observações O aluno estava motivado pois iria fazer pela primeira vez o seu dispositivo de proteção bucal de silicone.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade; Destreza técnica; Aperfeiçoamento rítmico do estudo 4 do Método de Kohler e Concerto in G Major de G. Pergolesi.			
Recursos utilizados Dispositivo de proteção bucal de silicone; Método <i>Practice book for the flute</i> , vol. 1 de T. Wye; Partitura do <i>Concerto in G Major</i> de G. Pergolesi.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Elaboração do dispositivo de silicone para proteção bucal. <ul style="list-style-type: none">• Este processo teve duas fases visíveis: uma fase de antes da adaptação e outra fase depois da adaptação. O dispositivo teve de ser cortado entre as duas fases pois o aluno apresenta um maxilar pequeno. Na primeira fase o aluno não conseguia tocar, só saía vento, nem sequer falar. Na fase posteriormente o aluno já conseguiu fixar o dispositivo na boca e obter sonoridade. Sessão nº 2 – Estudo de Caso - Adversidades da região orofacial e o seu impacto na aprendizagem da flauta transversal - Exercícios de sonoridade da página 13 do método <i>Practice book for the flute</i>, vol. 1 de T. Wye. <ul style="list-style-type: none">• O aluno conseguiu executar o exercício com o dispositivo de proteção bucal, sem dores e sem aparecimento de feridas, contudo como ainda estava numa fase de adaptação o ar ainda estava desfocado e o som indefinido. <i>Concerto in G Major</i> de G. Pergolesi. <ul style="list-style-type: none">• A obra em comparação com a primeira aula lecionado pelo mestrando ao aluno está muito mais controlada em termos de pulsação, apesar de ainda existirem algumas irregularidades. A articulação é que ainda estava um pouco indefinida. O mestrando incentivou o aluno a executar o staccato duplo. Assim sendo realizou o 1º andamento em três fases:<ul style="list-style-type: none">• Com “t-t-t”• Com “k-k-k”• Com “t-k, t-k, t-k) Verificou-se algumas dificuldades na elaboração do exercício, contudo o mesmo ficou para estudo ao longo da semana.			

Comentário sobre a aula

Nesta aula só foi possível realizar um exercício de sonoridade e a prática do Concerto in G Major de G. Pergolesi uma vez que a elaboração do dispositivo de silicone ocupou uma parte considerável da aula.

PESII	Aula nº 3	Data: 21/3/2023	Duração: 45 minutos
Observações O aluno estava um pouco nervoso. O motivo do nervosismo era porque o dia da audição estava a aproximar-se.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade; Destreza técnica; Aperfeiçoamento da execução do <i>Concerto in G Major</i> de G. Pergolesi.			
Recursos utilizados Dispositivo de proteção bucal de silicone; Método <i>Practice book for the flute</i> , vol. 1 de T. Wye; Método <i>Practice book for the flute</i> , vol. 5 de T. Wye; Partitura do <i>Concerto in G Major</i> de G. Pergolesi.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Exercícios de sonoridade da página 13 do método <i>Practice book for the flute</i>, vol. 1 de T. Wye. <ul style="list-style-type: none">O aluno executou novamente o exercício de sonoridade da pág.13 a pedido da orientadora cooperante. O objetivo era tentar focar ao máximo a direção de ar e encontrar um ponto de estabilização da embocadura no <i>lip-plate</i>. O mestrando aconselhou, tal como na sessão nº 2 do estudo de caso que se encontrou a desenvolver, para o aluno abrir mais a boca, pensado na vogal “O” e com expansão intercostal para aumentar a sua reserva de ar. Escala de Sol b maior - Método <i>Practice book for the flute</i>, vol. 5 de T. Wye. <ul style="list-style-type: none">O aluno inicialmente tinha a língua um pouco “presa” o que atrasava um pouco a execução das diferentes articulações. Foi incentivado a realizar exercícios de relaxamento, promovendo em seguida uma maior abertura da cavidade oral e uma ação da língua mais rápida. <i>Concerto in G Major</i> de G. Pergolesi. <ul style="list-style-type: none">A articulação estava melhor, assim como o estabelecimento da pulsação. Contudo, o aluno hesitava nalgumas passagens fruto da ansiedade e nervosismo provocado pela audição. O mestrando pediu ao aluno que lesse ao longo dos dias a obra num “tempo base” lento de forma a eliminar tudo o que estava em excesso na performance.			
Comentário sobre a aula Apesar do nervosismo sentido pelo aluno, o aluno conseguiu atingir as metas propostas para a aula.			

2.5.4 Aluno F – 5º Grau

PESII	Aula nº 1	Data: 27/02/2023	Duração:45 minutos
Observações O aluno encontra-se motivado para a aula, evidenciando que estudou o repertório durante as férias de Carnaval.			
Aspetos a trabalhar Relaxamento orofacial; Sonoridade; Destreza técnica; Introdução às técnicas contemporâneas.			
Recursos utilizados Exercícios de relaxamento orofacial; Método <i>35 Studies, Op. 33, 1st Book</i> de E. Köhler; Partitura do <i>Concerto in G major</i> de G. Pergolesi.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Sessão nº 1 – Estudo de Caso - Adversidades da região orofacial e o seu impacto na aprendizagem da flauta transversal. <ul style="list-style-type: none">• O aluno ao iniciar a aula teve uma pequena contextualização das técnicas de relaxamento orofacial investigadas pelo mestrando. Após esta contextualização o aluno executou cada um dos exercícios de relaxamento orofacial sem dificuldade. Posteriormente executou o exercício 14 do Método de <i>Check-up</i> de Peter-Lukas Graf com auxílio de um afinador, para perceber a influência do relaxamento obtido na obtenção da afinação. O aluno trabalhou a mobilidade do queixo, do lábio e restantes constituintes tendo obtido bons resultados. Estudo da Escala de Lá b maior com respetivos arpejos simples, com inversões e escala cromática (duas oitavas). <ul style="list-style-type: none">• O aluno teve alguma dificuldade em manter a pulsação estável. Assim sendo, elaborou a escala num tempo base de 80 bpm. O aluno apresentava maior dificuldade no registo sobrealçado, isolando esta parte da escala e repetido numa pulsação mais lenta, cerca de 60 bpm. O aluno foi incentivado, no seu estudo diário, a começar sempre no seu tempo base, ou seja, o tempo que conseguisse fazer toda a escala e só depois começar a aumentar a pulsação. Estudo nº 3 do método <i>35 Studies, Op. 33, 1st Book</i> de E. Köhler. <ul style="list-style-type: none">• O aluno apresentou o estudo com boa sonoridade e cavidade oral aberta. Contudo teve alguma dificuldade de respeitar o fraseio melódico, pois tinha uma tendência a respirar antes do esperado. O aluno posteriormente realizou o exercício utilizando o frullato. Com esta técnica conseguiu um maior fortalecimento do suporte diafragmático. No final, voltou a executar com o som clássico e a maior parte das frases já conseguiu fazê-las sem interrompê-las.			

Continuação do estudo do *Concerto in G Major* de G. Pergolesi.

O aluno teve algumas dificuldades em executar o 1º andamento com uma velocidade mais rápida. O mestrando incentivou o aluno a executar o stacatto duplo. Assim sendo realizou o 1º andamento em três fases:

- 1) Com “t-t-t”;
- 2) Com “k-k-k”;
- 3) Com “t-k, t-k, t-k).

Ao fim das três etapas o aluno conseguiu abrir mais a boca e ter mais destreza técnica.

Comentário sobre a aula

O empenho e dedicação da aula permitiu que ultrapassa-se a maior parte das adversidades com sucesso.

PESII	Aula nº 2	Data: 13/03/2023	Duração: 45 min.
Observações O aluno no início da aula encontrava-se com algumas dores na região dos ombros.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade; Destreza técnica; Afinação.			
Recursos utilizados Check-up – Peter-Lukas Graf; La technique d` embouchure – P. Bernold; Partitura do <i>Concerto in G Major</i> – G. Pergolesi; Inverno Porteño – A. Piazzolla.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Sessão nº 2 – Estudo de Caso - Adversidades da região orofacial e o seu impacto na aprendizagem da flauta transversal. <ul style="list-style-type: none"> Nesta sessão, o aluno realizou o exercício de glissados do método <i>Check-Up</i>, de Peter-Lukas Graf, porém sem a elaboração <i>a priori</i> de técnicas de relaxamento orofacial. O objetivo principal foi comparar as principais diferenças na afinação, com e sem a aplicação de técnicas de relaxamento. De uma maneira geral, os constituintes estavam mais tensos e menos flexíveis, o que dificultou a realização do exercício. Exercícios de sonoridade com recurso à técnica de frullato. - La technique d` embouchure de P. Bernold - Vocalize nº 1 <ul style="list-style-type: none"> O aluno executou inicialmente o exercício nº 1 do método <i>La technique d` embouchure</i> de P. Bernold, porém com um som muito fechado e com pouca ressonância. De forma a enriquecer o seu som, o mestrando sugeriu que realiza-se o mesmo exercício com frullato. Ao realizar o exercício com esta técnica contemporânea, verificou-se uma maior abertura da garganta, com mais sustentabilidade do suporte diafragmático e uma direccionalidade maior do ar. Continuação do estudo do <i>Concerto in G Major</i> de G. Pergolesi. <ul style="list-style-type: none"> Notou-se uma enorme evolução do estudo desta obra desde a introdução de stacatto duplo no estudo do aluno. Com isto, o aluno conseguiu tornar todas as passagens mais estáveis, com fluidez e maior segurança. Estudo da peça <i>Inverno Porteño</i> de A.Piazzolla. <ul style="list-style-type: none"> Esta peça foi tocada em ensemble de flautas e clarinete. Um dos desafios da obra é manutenção da afinação, principalmente nas notas sobreagudas, onde o aluno tinha tendência a estar sempre alto. De forma a ter atenção ao comportamento da afinação ao longo da peça, o aluno executou a obra com o afinador ao lado da partitura. O objetivo principal foi perceber quais as passagens mais instáveis e puder colmatar as mesmas. 			
Comentário sobre a aula A aula decorreu com fluidez, uma vez que o aluno é empenhado e muito atento a todas as informações.			

PESII	Aula nº 3	Data: 20/3/2023	Duração: 45 minutos
Observações			
O aluno revelou estar um pouco cansado, mas motivado para a aula.			
Aspetos a trabalhar			
Sonoridade;			
Destreza técnica;			
Técnicas contemporâneas;			
Afinação.			
Recursos utilizados			
Método <i>La technique d` embouchure</i> - P. Bernold;			
Partitura do <i>Concerto in G Major</i> - G. Pergolesi;			
Partitura da peça <i>Inverno Porteño</i> - A. Piazzolla.			
Metodologias/Estratégias aplicadas			
Exercícios de sonoridade com recurso à técnica de frullato.			
<ul style="list-style-type: none"> Tal como na aula lecionada anteriormente pelo mestrando, o aluno executou o exercício com a técnica do Frullato. Foi notória a evolução na qualidade do seu som, que estava muito mais limpo, com ressonância e os constituintes orofaciais relaxados. 			
Continuação do estudo do <i>Concerto in G Major</i> de G. Pergolesi.			
<ul style="list-style-type: none"> Apesar de uma maior fluidez nas passagens, sentia-se alguma instabilidade rítmica nalguns excertos. Como tal foi proposto ao aluno a utilização de metrónomo a 80 bpm. Nas notas graves sentia-se alguma perda de suporte diafragmática, o que levava a um som mais indefinido. Foi pedido ao aluno que desse mais destaque a estas notas com total uso do suporte diafragmático. 			
Estudo da peça <i>Inverno Porteño</i> de A. Piazzolla.			
<ul style="list-style-type: none"> O aluno assinalou em casa as notas mais instáveis em termos de afinação, promovendo uma adaptação nestas passagens ao longo da peça. Com estas adaptações foi possível verificar uma afinação mais estável e equilibrada. 			
Comentário sobre a aula			
Apesar de ter sido possível abordar todos os exercícios, a aula decorreu de uma forma mais lenta devido ao cansado que o aluno revelou.			

PESII	Aula nº 4	Data: 5/6/2023	Duração:45 min.
Observações O aluno revelou que estava cansado pois tinha tido muitas atividades no fim-de-semana.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade; Técnica; Leitura rítmica.			
Recursos utilizados Exercício de relaxamento orofacial; Exercício da pág. 14 - <i>Practice book for the flute</i> , vol. 2 de T. Wye. – Abordagem dos crescendos; <i>35 studies for Flute, Op 33 – Book 1</i> - E. Kohler; Partitura do Concerto in G Major – G. Pergolesi.			
Metodologias/Estratégias aplicadas			
Aquecimento instrumental <ul style="list-style-type: none"> Foram realizadas notas longas em andamento lento ao longo dos vários registos da Flauta Transversal. 			
Escala de Lá bemol maior com arpejos simples, com inversões e escala cromática. <ul style="list-style-type: none"> Foram trabalhadas diferentes articulações de forma a tornar a língua mais ágil e foi estabelecido um tempo base (60 bpm) para regularizar todas as passagens. 			
Escala de Fá menor nas três formas com arpejos simples e com inversões. <ul style="list-style-type: none"> Foram trabalhadas diferentes articulações de forma a tornar a língua mais ágil e foi estabelecido um tempo base (60 bpm) para regularizar todas as passagens. 			
35 studies for Flute- E. Kohler - Book 1 Op. 33 - Exercício nº 1 <ul style="list-style-type: none"> Foi alertado para uma maior rigorosidade nas articulações, respeito e atenção sobre o fraseado e foram adicionadas no estudo respirações conscientes. Para além disto existiu uma atenção para os saltos de registos- sempre com suporte ativo. 			
35 studies for Flute- E. Kohler Book 1 Op. 33 - Exercício nº 4 <ul style="list-style-type: none"> Foi incentivado, posteriormente a criar uma história e desenvolver personagens que ajudem a interpretar a obra - fraseado, direccionalidade. Foi também alertado para saltos de intervalo de oitava - afinação e suporte. 			
1º Andamento – Concerto in G Major - G. Pergolesi <ul style="list-style-type: none"> Existiu espaço para uma contextualização da obra, compositor e época em que foi escrita. O principal objetivo disto foi trazer elementos interpretativos da ópera para a obra. O aluno foi novamente alertado para a rigorosidade na articulação, gestão da velocidade e manutenção de respirações conscientes. 			
Comentário sobre a aula A aula decorreu com naturalidade e foi possível alcançar todos os objetivos propostos para a aula lecionada.			

2.5.6 Aluno G - 6º Grau

PESI	Aula nº 1	Data: 9/1/2023	Duração:90 min.
Observações Aluno motivado para a execução da primeira aula do 2º período, depois de terminado um ciclo de concertos de orquestra sinfónica com o papel de chefe de naipe			
Aspetos a trabalhar Relaxamento orofacial; Sonoridade; Destreza técnica; Desenvolvimento das técnicas contemporâneas.			
Recursos utilizados Exercícios de relaxamento orofacial; Método <i>La technique de la embochure</i> - Vocalizes - P. Bernold; Método <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> - R. Dick; Partitura da Peça <i>Cabeça na lua</i> - R. Caeiro.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Exercícios de relaxamento orofacial. <ul style="list-style-type: none">O aluno realizou os exercícios de relaxamento orofacial com facilidade, uma vez que já tinha executado os mesmos exercícios em aulas anteriores. Referiu que mesmo no seu estudo diário realiza estes exercícios e lhe têm trazido resultados muito positivos no que toca ao relaxamento, alongamento e flexibilidade de toda a cavidade. Exercício nº 14 - <i>La technique de la embochure</i> – Vocalizes - de P. Bernold <ul style="list-style-type: none">Nos vocalizes executou as diferentes pautas de 3 formas diferentes de forma isolada: com som tradicional, com frullato e com canto e toque ao mesmo tempo. O objetivo do exercício, era permitir ao aluno uma autocritica sobre a qualidade do seu som, antes e depois da execução de técnicas contemporâneas. Posteriormente ao exercício o aluno referiu que o seu som estava mais limpo, com mais ressonância e com um maior relaxamento orofacial. No início o aluno teve uma certa tendência a apertar os lábios e a fechar a sua cavidade, porém à medida que executava o exercício com as técnicas contemporâneas foi possível verificar uma abertura ampla da cavidade oral e um som mais definido.			

Curvas - *El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas* – R. Dick

- No exercício do livro de R. Dick o aluno executou os glissandos de forma a praticar a flexibilidade do lábio e o treino auditivo da afinação das notas. Para este exercício foi utilizado o afinador como suporte para uma afinação inicial estável de cada nota. O aluno teve mais dificuldade na realização dos glissandos no registo sobreagudo, onde teve tendência a fechar a garganta e a realizar pressão na testa. Para colmatar esta problemática, o mestrando alertou para a sustentabilidade do suporte diafragmático.

Peça “Cabeça na lua” – R. Caeiro

- Na peça “Cabeça na lua” houve consolidação de todas as técnicas contemporâneas abordadas anteriormente em aula (ainda no 1º período). Como o aluno já conseguia realizar todas as técnicas contemporâneas e leitura rítmica fluída, realizou a mesma peça com o auxílio do play-along. Inicialmente teve uma tendência a atrasar e como tal, realizou uma leitura posterior com o auxílio do metrónomo.

Comentário sobre a aula

O aluno conseguiu executar todos os exercícios com facilidade e ter um pensamento crítico sobre o trabalho elaborado.

PESI	Aula nº 2	Data: 16/1/2023	Duração:90 min.
<p>Observações O aluno chegou otimista para a aula. Contudo revelou que o seu estudo ficou comprometido por estar doente.</p>			
<p>Aspetos a trabalhar Relaxamento orofacial; Sonoridade; Técnicas contemporâneas; Destreza Técnica.</p>			
<p>Recursos utilizados Exercícios de relaxamento orofacial; Método <i>La technique de embouchure -Vocalizes</i> - P. Bernold; Método <i>40 studies Op. 101</i> - L. Hugues; Partitura - Peça <i>Syrinx</i> - C. Debussy.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Exercício de relaxamento orofacial</p> <ul style="list-style-type: none"> • O aluno revelou um relaxamento superior da região orofacial depois da aplicação dos exercícios. Em 5 minutos conseguiu sistematizar todos os exercícios de relaxamento propostos pelo mestrando nas aulas transatas. <p>Exercício de memória- Notas longas - harmónicos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • O aluno executou a série de harmónicos de Si, Dó, Dó sustenido e Ré. Com este exercício o aluno conseguiu atingir os diferentes registos e preparar os constituintes do seu corpo para a prática instrumental. No registo sobreagudo o aluno teve tendência a apertar um pouco, tendo sido alertado pelo mestrando para a sustentação do suporte e direccionalidade do ar constante, sem cortes. <p>Exercício nº 14 do Método <i>La technique de embouchure - Vocalises</i> - P. Bernold</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inicialmente nos vocalizes o aluno estava com um som muito fino. Os constituintes ativos encontravam-se muito tensos e fechados. O aluno foi incentivado a ser crítico de si mesmo. O aluno referiu que quando atingia o registo agudo ouvia o som da sua garganta (sinal de que estava a fechar). Antes da continuação do vocalize foi incentivado a elaborar um pequeno exercício de memória com notas longas. O objetivo principal foi focar-se apenas na ação dos seus constituintes (lábios, músculos circulares, língua, garganta) de forma a permitir o seu uso sem pressões excessivas. Para além do som clássico foi proposto a realização de frullato. Com a realização desta técnica o aluno relaxou os lábios e estabeleceu uma aberta maior da cavidade bucal. Voltando ao exercício dos vocalizes foi realizado de uma forma faseada: som clássico, frullato, cantar e tocar ao mesmo tempo e regressar novamente ao som clássico. O aluno conseguiu enriquecer o seu som, mas foi alertado para não realizar pressão sobre a testa. <p>Escala de Ré b maior - memorizada.</p> <ul style="list-style-type: none"> • O aluno revelou alguma dificuldade na elaboração da escala de forma memorizada. De forma a não promover muitas paragens, o mestrando pediu ao aluno para realizar inicialmente a escala de forma lenta com o auxílio do metrónomo. Na transição para os arpejos, o aluno não aplicava diariamente a elaboração dos arpejos de três em três 			

ou de quatro em quatro, revelando mais dificuldade na elaboração destes. Mais uma vez, o mestrandu incentivou a uma prática mais lenta.

Exercício nº 3 do Método 40 studies Op. 101 – L. Hugues

- O aluno teve dificuldades na execução do registo agudo. O aluno foi incentivado a realizar a corrigir a posição do dedo mindinho (muito esticado) em frente ao espelho. O exercício foi reforçado com a memorização de um pequeno excerto do próprio exercício. Este método permitiu não só trabalhar a destreza técnica, mas também a sonoridade. Para além destes aspetos o aluno foi incentivado a marcar de dinâmicas e respirações, que posteriormente foram averiguadas na próxima aula.

Peça *Syrinx* - C. Debussy

- Na fase final da aula, ocorreu a leitura com metrónomo da peça *Syrinx*. O aluno demonstrou algumas dificuldades na divisão. Assim sendo solfejou a peça à semicolcheia. Teve oportunidade de trabalhar também escalas pentatónicas e de tons inteiros, que apesar de já ter realizado com a Docente Cooperante várias vezes, ainda não tinha implementado no seu estudo diário de forma regular. Foi proposto ao aluno um trabalho de pesquisa para contextualização da obra.

Comentário sobre a aula

A aula decorreu com algumas paragens para repetição dos exercícios, uma vez que o aluno não conseguiu estudar ao longo da semana. Apesar disto, o aluno conseguiu realizar todos os exercícios com eficiente aproveitamento.

PESI	Aula nº 3	Data: 27/2/23	Duração:90 min.
<p>Observações O aluno inicialmente pareceu um pouco cansado e impaciente.</p>			
<p>Aspetos a trabalhar Relaxamento orofacial; Sonoridade; Técnicas contemporâneas; Destreza Técnica.</p>			
<p>Recursos utilizados Técnicas de relaxamento; Método <i>Check-up</i> de Peter-Lukas Graf; Partitura da <i>Syrinx</i> de C. Debussy; Partitura do <i>Rondo in D Major</i> - W.A Mozart.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sessão nº 1 – Estudo de Caso - Adversidades da região orofacial e o seu impacto na aprendizagem da flauta transversal</p> <p>Técnicas de relaxamento orofacial O aluno já conseguia fazer de forma autónoma todas as técnicas de relaxamento. Elaborou com seriedade e empenho.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exercícios de estabilização de afinação – Exercício nº 13 do método de <i>Check-up</i> de Peter-Lukas Graf. O aluno realizou o exercício de três formas diferentes: <ul style="list-style-type: none"> a) Movimentação dos lábios b) Movimentação do maxilar c) Movimentação da cabeça d) Conjugação de todas as outras; <p>No final, após a realização de técnicas de relaxamento e movimentação dos constituintes oro faciais foi possível verificar uma maior abertura da garganta, uma maior flexibilidade dos lábios e maxilar, com uma afinação quase sempre equilibrada em todos os registos (o registo sobreagudo foi um pouco mais resistente, pois o aluno tinha um pouco tendência de apertar a embocadura).</p> <p>Estudo da Escala de Sib maior e de Sol menor em toda a extensão do instrumento com respetivos arpejos simples, com inversões, de sétima da dominante, escala por terceiras, escala de tons inteiros e escala cromática.</p> <ul style="list-style-type: none"> • O aluno demonstrou uma maior dificuldade quando executava o registo sobreagudo uma vez que não estava tão familiarizado. Foi incentivado a isolar as passagens do registo sobreagudo e a estudar com metrónomo num tempo base confortável, que neste caso foi de 60 bpm. No Arpejo da sétima da dominante também existiram algumas dificuldades uma vez que este conteúdo foi introduzido neste ano letivo e ainda não está totalmente familiarizado. 			

Estudo 7 do Método 40 Studies, Op. 101 de L. Hugues.

- O aluno tinha uma certa tendência a acelerar nas tercinas em legato, como tal foi incentivado a elaborar estas passagens em stacatto como forma de estabilizar o tempo. Para além disso, quando percorria o registo sobreagudo apertada e ouviam-se sons provenientes da garganta fechada. De forma a colmatar esta adversidade o aluno isolou estas passagens e realizou as mesmas atendendo a três técnicas contemporâneas diferentes:
 - a) Frullato;
 - b) Som eólico;
 - c) Cantar e tocar ao mesmo tempo.Com estes exercícios o aluno conseguiu abrir mais a cavidade oral e relaxar mais a mesma.

Continuação do estudo da peça *Syrinx* de C. Debussy.

- Na obra o aluno demonstrou uma boa expressividade e uma boa gestão do fraseado. Contudo, nas tercinas e em movimentos mais rápidos o aluno tinha tendência a correr um pouco nas passagens. Nesta aula o aluno isolou as passagens fazendo pequenas quebras diretamente na passagem mais problemática de forma a permitir o relaxamento dos dedos.

Continuação do estudo da peça *Rondo in D Major*, de W.A Mozart.

- Nesta peça faltavam na interpretação do aluno, alguns elementos característicos do período clássico. Foi pedido ao aluno que existisse um realce do primeiro tempo em relação ao segundo de cada compasso. Nos finais de frase foi também pedido um ligeiro diminuendo.

Comentário sobre a aula

O aluno nesta aula parecia um pouco impaciente e precipitado. Apesar disto conseguiu reter vários aspetos a introduzir no estudo da sonoridade, técnica e interpretativa.

PESII	Aula nº 4	Data: 15/05/2023	Duração: 90 minutos
Observações O aluno referiu que estava com energia para a aula. Referiu que a semana lhe correu bem. O aluno tirou algumas dúvidas com a orientadora cooperante sobre as peças do estágio interno de final de ano.			
Aspetos a trabalhar Relaxamento orofacial; Sonoridade; Destreza técnica.			
Recursos utilizados <i>35 exercises for Flute</i> , Book 2 - E. Kohler; <i>Flute Sonata in C major, BWV 1033</i> - J.S. Bach.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Escala de Ré b maior - com extensão até ao registo sobreagudo. <ul style="list-style-type: none"> O som estava mais disperso, estava indefinido, pois o suporte não estava totalmente definido no registo sobreagudo. O aluno teve destreza na passagem das notas sobreagudas, contudo na passagem do Dó sobreagudo para o Si sobreagudo o aluno esticava muito os dedos. Como tal, foi alertado para este facto, realizando o exercício numa velocidade mais lenta de forma a ultrapassar esta adversidade. Por uma questão de tempo, o aluno executou apenas a escala relativa menor, modo melódica, por escolha do próprio. O aluno apenas teve dificuldade na última oitava, as posições ainda o confundiam, tendo sido alertado para estudar com metrónomo com uma velocidade mais lenta. Estudo nº 1 –35 exercises for Flute de E. Kohler - 2º caderno <ul style="list-style-type: none"> O aluno revelou que não tinha estudo com muito rigor. O estudo estava instável no ritmo e destreza técnica. O Aluno foi incentivado pelo mestrando a isolar as passagens mais críticas e trabalha-las isoladamente. Realizou várias vezes com outras articulações e ritmos de forma a trabalhar a destreza dos dedos. Compassos como o 15 ou 16 foram isolados e trabalhados. Posteriormente o aluno realizou o exercício com o auxílio de metrónomo, num tempo base confortável ritmicamente. <i>Flute Sonata in C major, BWV 1033 – J.S. Bach</i> <ul style="list-style-type: none"> O aluno estava a separar muito a primeira nota das semicolcheias das restantes. O Dó do 3º compasso já estava muito fechado, tendo sido recomendado apontar uma respiração antes. Houve uma tendência a deixar o tempo mais lento, tendo sido alertado para manter o tempo. Como T.P.C foi recomendado tocar com play-along como forma de obrigar o aluno a ter rigorosidade com o tempo. Antes disto, executou a leitura com metrónomo para regularizar o tempo. A postura ao longo da obra por vezes era esquecida e existia uma tendência à curvatura. O staccato duplo, estava pouco fluido, principalmente quando o aluno realizava “k”. Para trabalho posterior foi proposto a implementação da articulação “t”, “k”, e “t-k” de uma forma isolada no trabalho técnico, tal como por exemplo, escalas. No adagio a afinação e fraseado estava bem estabilizado, apesar de terem sido acrescentado algumas respirações. 			
Comentário sobre a aula O aluno compreendeu todas as propostas recomendadas e escreveu no seu caderno de forma a não esquecer e implementar no seu estudo diário.			

PESII	Aula nº 5	Data: 5/6/2023	Duração:90 min.
Observações O aluno veio para a aula com energia e empenho.			
Aspetos a trabalhar Sonoridade; Técnica; Desenvolvimento das técnicas contemporâneas - Frullato, whistle tones, som eólico, cantar e tocar ao mesmo tempo; Introdução aos glissandos; Execução de obras com eletrónica; Execução de obras com glissandos e outras técnicas.			
Recursos utilizados Exercício de relaxamento orofacial; Método de <i>La technique d'embouchure</i> - P. Bernold; Escala tudo na extensão – Arpejos todos; <i>35 exercices for flute</i> , book 2 - E. Kohler; <i>Rondo in D Major</i> - W.A. Mozart; Peça <i>Honami</i> - W. Offermans.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Exercício 3 do Método de <i>La technique d'embouchure</i> de P. Bernold. <ul style="list-style-type: none"> Foi elaborado o exercício intercalando com as seguintes técnicas – som clássico, som eólico, frulato, cantar e tocar ao mesmo tempo e voltar ao som clássico- o objetivo principal foi abrir mais o som e consequentemente abrir mais a cavidade pulmonar. Serie de harmónicos - Dó, Dó sustenido e Ré. <ul style="list-style-type: none"> Foi aperfeiçoado a manutenção da velocidade de ar e ativação do suporte diafragmático. O objetivo foi realizar o exercício sem fazer alterações significativas na embocadura ou expressão facial. Escala cromática. <ul style="list-style-type: none"> Foram isoladas passagens da última oitava da escala do instrumento, com andamento mais lento e auxílio do metrónomo. (tempo base pré-definido) Exercício nº 2 dos <i>35 exercices for flute</i>, Book 2 de E. Kohler. <ul style="list-style-type: none"> Foi realizada a leitura do início ao fim e assinaladas as passagens que oferecem mais dificuldade. Para além disto houve também foco nos saltos de intervalos de oitava, com prévia preparação do suporte na nota anterior. <p>Numa fase final, o aluno G foi alertado para os seguintes aspetos: sustentabilidade dos graves com suporte e direção do ar controlada; a não realização de ritardandos nos diminuendos e ainda o isolamento das passagens mais difíceis e elaborar diferentes ritmos.</p> Aperfeiçoamento performativo do <i>Rondo in D Major</i> de W.A. Mozart <ul style="list-style-type: none"> O Aluno foi alertado para a predominância do 1º tempo - como se fosse um ligeiro diminuendo no 2º tempo e ainda a leveza na articulação. Foram trabalhados alguns compassos isoladamente – por exemplo, compasso 40 - trabalhar crescendos e diminuendos; Compasso 47 - trabalho de articulação e estabilização do tempo; Compasso 57 - ligeiro decrescendo. Por fim foi ainda sugerido ao aluno que Estabelecesse um tempo base- tempo real e voltar sempre ao tempo base. 			

Aperfeiçoamento das técnicas contemporâneas da peça *Honami* de W. Offermans

- Inicialmente foi realizado a leitura geral da obra. Depois de lida, foram isoladas passagens mais exigentes. O Mestrando sugeriu que o aluno fizesse uma síntese das técnicas contemporâneas existentes na obra e as aprimorasse ao máximo. De forma a existir uma envolvimento maior com a obra foi ainda sugerido um trabalho de pesquisa sobre a história da peça.

Comentário sobre a aula

A Aula decorreu de uma forma muito fluída, com grande concentração do aluno e com os principais objetivos de aula cumpridos com sucesso.

ANEXOS B

– Inquérito por Questionário - Iniciação

A influência da mudança de dentição na infância no processo de procura de embocadura na flauta transversal

O questionário apresentado integra a metodologia do artigo científico intitulado "A influência da mudança de dentição na infância no processo de procura de embocadura na flauta transversal" desenvolvido no âmbito da unidade curricular de "Área de docência I", do mestrado em ensino de Música da Universidade de Évora. O intuito deste inquérito por questionário é, contribuir para uma recolha exploratória de dados, que nos ajudará a compreender o objeto de estudo proposto com este artigo científico.

Todas as informações recolhidas serão cuidadosamente tratadas não colocando em causa a exposição de dados.

Num flautista a odontologia e o processo de formação de embocadura estão intimamente relacionados, uma vez que todos os intervenientes do complexo Crânio Cervical-Mandibular são agentes ativos neste procedimento.

O processo de procura de embocadura ocorre no ensino formal, na iniciação. Este período é marcado pela mudança de dentição dos alunos, uma vez que se encontram em crescimento e, conseqüentemente, com transformações fisionómicas.

Com este questionário pretendo averiguar os principais problemas existentes entre a odontologia e o processo de embocadura, tanto a nível de execução, como na saúde oral.

Para compreendermos as implicações da temática proposta, teremos em atenção a visão de docentes de flauta transversal, através das respostas a questionário. Os dados recolhidos irão ajudar-nos a perceber as implicações deste processo na formação de embocadura, e conhecer potenciais resoluções apresentadas pelos docentes.

Para uma melhor clarificação do vocabulário oriundo da medicina dentária, apresentamos antecipadamente os seguintes conceitos:

Dentição decídua - É o primeiro conjunto de dentes que um ser humano apresenta. Também conhecida como "dentes de leite", surge por volta dos seis meses de idade e completa-se na faixa dos dois anos e meio.

Dentição permanente: Quando há queda de um dente decíduo, este é substituído por um dente permanente, tal como o nome indica, este permanece ao longo da vida do ser humano (em situações normais), formando a dentição permanente.

Dentição mista: Determina-se pelo período em que, existem ao mesmo tempo, dentes decíduos e dentes permanentes na cavidade bucal.

Tempo de elaboração: 5-6 minutos

* Indica uma pergunta obrigatória

1. 1. Género *

Marcar apenas uma oval.

Masculino

Feminino

Outro

2. 2. Idade *

3. 3. Habilitações literárias *

Marcar apenas uma oval.

Licenciatura

Mestrado

Doutoramento

Outra

4. 3.1 Se na questão anterior seleccionou "outra", qual?

5. 4. Leciona a nível de iniciação (6-9 anos)? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

6. 5. Já teve alunos em transição dentária? Ou seja, no processo de dentição mista? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Não sei, foi um aspeto que não tive em atenção

7. 6. Algum aluno, em processo de queda de dentes, manifestou dor ou desconforto durante a aula? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

8. 6.1 Se respondeu sim, na questão anterior, modificou o plano de aula atendendo à situação? Sustente a sua resposta. (Se respondeu não, prossiga para a próxima questão).

9. 7. Na presença de crianças em transição dentária, sentiu que estas tinham dificuldade em assobiar ou direccionar a coluna de ar? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

10. 8. Durante as aulas conseguiu perceber se a queda de dentes pode influenciar a coluna de ar, afetando a forma como a criança sopra? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

11. 9. Na execução ao longo da aula sentiu que a queda de dentes frontais influenciou de igual forma como a queda de dentes laterais? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

Não sei

12. 10. Enquanto docente, pensa que o aluno em transição dentária deve dar continuidade ao trabalho de formação de embocadura? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

13. 10.1 Justifique a resposta da questão anterior de forma breve. (Se possível coloque o seu nome no final da resposta para possível citação no trabalho) *

14. 11. Que ferramentas os Professores podem utilizar ao lecionar alunos nesta condição? *

15. 12. Que conteúdos de aula alternativos propõe a um aluno nesta situação? *
Sugestões: exercícios de formação musical, história da música, etc.

16. 13. Tem conhecimento bibliográfico sobre esta temática, ao qual os Professores possam recorrer para esclarecimento e consulta? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

17. 13.1 Se respondeu sim à questão anterior, enumere a bibliografia que tem conhecimento. (Se respondeu não, prossiga para a próxima questão).

18. 14. Considera que os Professores de instrumento de sopro devem ter acesso a informações clínicas sobre a saúde oral, ou outras patologias do aluno, de forma mais pormenorizada? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

19. 15. Em que sentido a queda de dentes vai influenciar a articulação musical? *

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pela Google.

Google Formulários

ANEXOS C

– Guiões das Entrevistas elaboradas



Inquérito por entrevista

As adversidades da região orofacial na prática da Flauta Transversal

INICIAÇÃO - A influência da mudança de dentição na infância no processo de formação de embocadura na flauta transversal

Guião - Entrevista - Médicas Dentistas

1. Com que idade ocorre a transição da dentição mista?
2. O processo de queda de dentes pode provocar dor ou desconforto?
3. Existem dentes que demoram mais tempo a nascer?

De modo a entender todo o processo de formação de embocadura segue em seguida a contextualização dos termos.

- **Embocadura**

A embocadura de um flautista refere-se ao modo como o indivíduo coloca os lábios, de forma a ser possível direcionar o ar para dentro do instrumento e produzir som.

Embora os lábios tenham um papel predominante na qualidade do som, todos os intervenientes ao redor da cavidade bucal, como músculos faciais,

língua e dentes, estão presentes ativamente no processo de formação de embocadura.

Em suma, o conceito de embocadura refere-se à forma como os lábios e os músculos controlam a coluna de ar, assim como a sua posição em relação à flauta. (cit por: Matias, 2021, p. 72)

- Como deve ser a embocadura de um flautista?

O porta-lábio deve ser encostado sobre o lábio inferior, na parte côncava do queixo, de modo a que o lábio ocupe $\frac{1}{4}$ do orifício. O lábio superior deve estar um pouco mais à frente, permitindo, ao soprar, que o ar entre em contacto com a parede da chaminé do furo do bocal (Riser), levando a que haja uma repartição do ar, onde a maior parte do ar entra na flauta e uma menor se perca para o ar livre. (Mascolo, 2019)

Os lábios devem estar o mais centrados possível com o orifício, sem criar tensões (esticar os cantos) ou compressões excessivas, que por sua vez afetarão a qualidade do som.

Apesar destas informações, cada ser humano apresenta fisionomias características a si mesmo, o que toda a explicação mencionada é apenas um procedimento geral de como o flautista deve procurar a sua embocadura estável.

A embocadura de um flautista pode apresentar as mais diversas formas e ser considerada correta ou funcional, desde que o próprio flautista se sinta bem a tocar de forma a exprimir tudo o que pretende com o seu som.

(Matias, 2021, p. 84)

4. As crianças nesta fase têm dificuldade em assobiar ou direcionar a coluna de ar?
5. Considera que a queda de dentes pode influenciar a coluna de ar, afetando a forma como a criança sopra?
6. A ausência dos dentes superiores e inferiores frontais pode modificar a coluna de ar?
7. Na criação da embocadura existe uma pequena pressão do lábio inferior sobre os dentes. Esta pressão pode ser incomodativa para a criança?

8. Considera que o processo de formação de embocadura, num aluno em transição dentária, pode provocar dor ou desconforto?
9. O processo de procura de embocadura pode afetar o crescimento dentário?
10. O Professor deve incentivar o aluno a procurar a embocadura se este se encontrar em transição dentária?
11. Enquanto médico dentário, quais são os procedimentos que os professores de flauta devem adotar perante um aluno em transição dentária?
12. Que bibliografia me aconselha a ler para compreender a transição Dentária?



Inquérito por entrevista

As adversidades da região orofacial na prática da Flauta Transversal

INICIAÇÃO - A influência da mudança de dentição na infância no processo de formação de embocadura na flauta transversal

Guião - Entrevistas - Docentes de Flauta Transversal

De modo a clarificar os termos relacionados com a medicina dentária, apresentamos uma contextualização sumária dos conceitos a abordar.

□ O que é a dentição decídua?

A dentição decídua é o primeiro conjunto de dentes que um ser humano apresenta. Segundo Pairol (2015) a dentição decídua também conhecida como “dentes de leite” surge por volta dos seis meses de idade e completa-se na faixa dos dois anos e meio. (P. 185)

Apresenta 20 dentes, dez no arco superior e outros dez no arco inferior.

- O que é a dentição permanente?

Quando há queda de um dente decídua, este é substituído por um dente permanente, que tal como informa o nome, permanece ao longo da vida do ser humano (em situações normais), formando a dentição permanente.

A dentição permanente inicia-se entre os cinco e os sete anos e, em geral, completa-se entre os 18 e 21 anos de idade. A dentição permanente é formada por

32 dentes, situando-se 16 no arco superior e outros 16 no arco inferior (Teixeira, et.al 2001, p. 225)

□ O que se entende por dentição mista?

Determina-se pelo período em que, existem ao mesmo tempo dentes decíduos e dentes permanentes, na cavidade bucal.

Este período inicia-se em torno dos 6 anos de idade, após a erupção do primeiro molar permanente, e termina, em torno dos 11 anos de idade. (Teixeira et al. 2001, p. 225)

Esta é uma fase de profundas mudanças no sistema estomatognático, com o crescimento dos ossos da face e a definição de novas posturas mandibulares.

(Pairol, F. (2015) p. 159)

- **Classes de Angle**

Edward Angle (1855-1930) dedicou-se à investigação sobre a oclusão dentária. Através das suas investigações propôs uma classificação em três classes, que é utilizada ainda nos dias de hoje.

Classe I de Angle

Ocorre quando o molar superior e molar inferior estão alinhados, mais concretamente quando a cúspide méso-vestibular do primeiro molar superior oclui (fecha) no sulco méso-vestibular do primeiro molar inferior. O indivíduo que tem a oclusão da classe I apresenta um perfil facial normal, também conhecido por mesognata. (Pairol, 2015, p. 176).

Classe II de Angle

Ocorre quando a cúspide méso-vestibular do primeiro molar superior oclui mesialmente¹ ao sulco méso-vestibular do primeiro molar inferior (Pairol, 2015, p. 175), por outras palavras, ocorre quando o molar superior oclui a meio do molar inferior. O indivíduo que tem a oclusão da classe II também conhecido por retrógnata.

Classe III de Angle

Ocorre quando a cúspide méso-vestibular do primeiro molar superior oclui distalmente ao sulco méso-vestibular do primeiro molar inferior. (Pairol, 2015, p. 176) O molar superior fica atrás do molar inferior, quando o indivíduo desta classe cerra a boca.



Nota. Pairol, F. (2015) Implicações pedagógicas da correlação entre a oclusão dentária e a formação da embocadura do flautista. Escola de Comunicações e Artes ECA – Departamento de Música

Figura 1

Classificação de oclusão dentária em três classes de Edward Angle.

1. Já teve alunos em transição dentária? Ou seja, no processo de dentição mista?
2. Já algum aluno, em processo de queda de dentes, manifestou dor ou desconforto durante a aula?
3. Na presença de crianças em transição dentária, sentiu que estas tinham dificuldade em assobiar ou direcionar a coluna de ar?
4. Durante as aulas conseguiu perceber se a queda de dentes pode influenciar a coluna de ar, afetando a forma como a criança sopra?
5. Na elaboração de exercícios, a queda de dentes laterais e a queda de dentes frontais influenciou igualmente a forma como o aluno sopra para a flauta?
6. Enquanto professor, pensa que o aluno em transição dentária deve fazer uma procura por uma melhor embocadura na flauta?
7. Que procedimentos pensa que os professores devem ter em atenção ao lecionar alunos nesta condição?
8. O professor, durante este processo de transição dentária, deve desenvolver exercícios mais direcionados à formação musical? Ou

- pensa que deve insistir em exercícios práticos de formação de embocadura?
9. A inserção dos alunos nas diferentes classes de Angle influencia de forma igual o processo de formação de embocadura?
 10. Tem conhecimento de bibliografia sobre esta temática, a que os professores possam recorrer, para consulta e informação?
 11. Considera que os professores de instrumento de sopro deviam ter acesso a informações clínicas sobre a saúde oral, ou outras patologias do aluno, de forma mais pormenorizada?
 12. A mudança de dentição vai influenciar a articulação musical?



Inquérito por entrevista

As adversidades da região orofacial na prática da Flauta Transversal

BÁSICO - A influência do aparelho ortodôntico na obtenção de registos na flauta transversal

Guião - Entrevista - Aluno de Flauta Transversal

1. Em que ano de escolaridade colocou aparelho ortodôntico e porquê?
2. Lembra-se do tipo de aparelho que utilizou para o tratamento ortodôntico?
3. Existiam várias soluções para o tratamento ortodôntico possível ou a colocação de aparelho era a única opção?
4. Alertou o médico dentista para o facto de ser aluno e instrumentista de Flauta Transversal?
5. Que recomendações o médico dentista aconselhou a ter de forma a manter a saúde oral?
6. Quais foram as principais diferenças que sentiu ao tocar flauta transversal com e sem aparelho ortodôntico?
7. Relativamente aos registos da flauta transversal verificou diferenças na obtenção dos mesmos? Em qual ou quais sentiu maior dificuldade e porquê?

8. Quais foram os principais exercícios que realizou para o equilíbrio entre a saúde oral e a continuação do estudo dos registos na flauta transversal?
9. Quais forma os exercícios que melhoraram a execução dos registos com qualidade?
10. Tinha conhecimento de técnicas de relaxamento muscular de forma a atenuar as principais problemáticas trazidas pelo aparelho?
11. O que aconselha aos seus colegas que estão nesta fase de utilização de aparelho ortodôntico?



UNIVERSIDADE DE ÉVORA
ESCOLA DE ARTES

Inquérito por entrevista

As adversidades da região orofacial na prática da Flauta Transversal

BÁSICO - A influência do aparelho ortodôntico na obtenção de registos na flauta transversal

Contextualização dos conceitos de Medicina Dentária para Aluno e Docentes

Antes da entrevista surge a exposição de termos e fatores que levam ao tratamento com aparelho ortodôntico.

Na tabela seguinte segue-se o resumo dos termos de forma a compreender a importância da correção destes parâmetros para a manutenção da saúde oral.

Tabela 1

Termos relacionados com a má oclusão

Termo	Observação
1.Overjet	Quando os dentes superiores se encontram muito à frente, em relação à arcada dos dentes inferiores.
2.Overbite ou sobremordida	Quando “há sobreposição vertical excessiva dos incisivos. É também conhecida como trespasse vertical” (Pairol, 2015,p. 184).
3.Underbite	Os dentes inferiores estendem-se mais além que os dentes superiores. Encontramos associado ao prognatismo (termo que averiguaremos a seguir no trabalho)
4.Mordida cruzada	Ocorre quando “a relação normal vestibulo-lingual, ou transversal, entre os arcos superiores e inferiores, sofre alteração” (Pairol, 2015,p. 184).
5.Mordida aberta	Ausência de contacto entre os dentes superiores e os dentes inferiores.
6.Mordida topo a topo	Os dentes superiores ocluem sem ficarem sobrepostos aos inferiores.

Figura 1
 Esquematisação dos termos anteriormente definidos na mesma ordem de apresentação da tabela.



Nota. 1,2 ,4 e 5: Pairol, F. (2015) *Implicações pedagógicas da correlação entre a oclusão dentária e a formação da embocadura do flautista*. (Dissertação de Doutorado em Música, Escola de Comunicações e Artes ECA – Departamento de Música).

3. Retirado de: <https://dreamlosingteeth.net/qual-e-a-diferenca-entre-um-overbite-e-um-underbite/>

6. Retirado de: <https://www.ident.com.br/dr.leandrodourado/caso-clinico/30176-tratamento-ortodontico-mordida-topo-a-topo-classe-iiicanina>

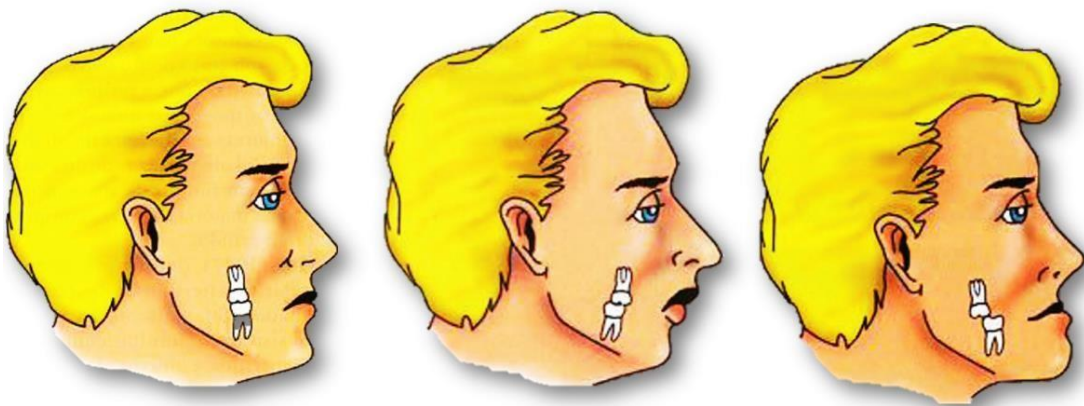
- **Classes de Angle**

Edward Angle desenvolveu uma classificação em três classes, onde observa a oclusão (encaixe) do molar superior e inferior, diferenciando assim as diferentes facetas da oclusão dentária.

Na tabela seguinte podemos averiguar as três classes de Angle, as principais observações e problemas que podemos averiguar dentro dessas mesmas classificações.

Figura 2

Classificação de Edward Angle



Mesognata – Classe I de Angle

Retrognata – Classe II de Angle

Prognata – Classe III de Angle

Nota. Ferreira, F. (2008) *Ortodontia - Diagnostico e planeamento clínico*. 9Artes Médicas. Porto Alegre. p. 100-10

Tabela 2

Classificação de Angle e observações que podem levar ao tratamento com aparelho ortodôntico

Classes de Angle	Definição	Observações
Classe I	Estamos perante a classe I de Angle quando o molar superior oclui perfeitamente no molar inferior.	<ul style="list-style-type: none"> • Perfil facial reto; • “Equilíbrio entre as funções da musculatura peribucal, mastigadora e da língua” (Ferreira, 2008, p.100).
Classe II	Classe II – 1º divisão Estamos perante a classe II de Angle quando o molar superior oclui mesialmente (a meio) do molar inferior, porém apresenta também inclinação vestibular dos incisivos superiores;	<ul style="list-style-type: none"> • Perfil facial convexo; • Desequilíbrio da musculatura facial; • Distanciamento vestibulo lingual entre incisivos superiores e inferiores- denominado por sobressaliência ou “overjet”; • Mordida profunda - devido à alteração provocada pela sobressaliência; • Mordida aberta; • Problemas de espaço - falta ou excesso nas arcadas; • Cruzamento de mordidas – lingualização dos pré-molares e molares superiores; • Más posições dentais individuais;
	Classe II - 2º divisão Estamos perante a classe II de Angle quando o molar superior oclui mesialmente (a meio) do molar inferior, contudo sem sobressaliência dos incisivos superiores.	<ul style="list-style-type: none"> • Perfil fácil reto e levemente convexo; • Musculatura equilibrada ou pouca alteração; • Mordida profunda anterior - quando não há contacto interinsical; • Quando a má oclusão ocorre apenas num dos lados usa-se o termo subdivisão;
Classe III	Estamos perante a classe III quando o molar superior oclui atrás do molar inferior.	<ul style="list-style-type: none"> • Perfil facial concavo; • Musculatura em geral desequilibrada; • Cruzamento de mordidas anteriores e inferiores frequentes; • Problemas de espaço (falta ou excesso); • Mordidas abertas ou profundas; • Más posições dentais individuais;

Apesar da classificação de Angle ser utilizada até aos dias de hoje, as suas classes englobam o comportamento do posicionamento dos dentes enquanto conjunto. De forma a categorizar as problemáticas da posição dos dentes individualizados, surgiu as classificações de Lisher.

Tabela 3

Classificação de Lisher e definição do termo que pode levar ao tratamento com aparelho ortodôntico

Classificação de Lisher	
Termos	Definição
1. Mesioversão	“O dente está mesializado ¹ em relação à sua posição normal” (Ferreira, 2008,p. 110);
2. Distoversão	O dente encontra-se distalizado em relação à sua posição devida;
3. Vestibuloversão ou labioversão	O dente encontra-se deslocado da linha de oclusão, encontrando-se mais próximo do lábio;
4. Linguoversão	O Dente encontra-se mais perto da região da língua;
5. Infraversão	O dente não alcança a linha de oclusão;
6. Supraversão	“Quando o dente em questão ultrapassa a linha de oclusão” (Christovam, 2011, p. 4);
7. Giroversão	O dente gira no seu próprio eixo;
8. Axiversão	O dente encontra-se inclinado mesialmente, ou distalmente, em relação à linha de oclusão;
9. Transposição	Quando há troca de posição entre dois dentes;
9. Perversão	A falta de espaço do arco provoca a impactação do dente contra os dentes vizinhos, no arco da linha de oclusão.

Nota. Tabela elaborada pelo mestrando atendendo aos resultados de Christovam (2011) p. 4-5.

¹ Diz-se de um dente que está mais próximo da linha média do que é normal. Retirado de:
<https://www.infopedia.pt/dicionarios/termos-medicos/mesiovers%C3%A3o>

Figura 3

Os termos da classificação de Lisher



Nota. 1-5,7-10: Ferreira, F. (2008) *Ortodontia- Diagnostico e planeamento clínico*. Artes Médicas. Porto Alegre. p. 110-112

Diferentes tipos de aparelhos ortodônticos

Cada paciente da odontologia apresenta as suas próprias particularidades devido ao facto de cada ser humano apresentar fisionomia e morfologia única. Como tal, para cada problemática surge a necessidade de uma solução diferente. Dentro dos aparelhos ortodônticos podemos considerar sete dispositivos diferentes: Aparelho dentário fixo estático; aparelho dentário invisível; aparelho dentário autoligado; aparelho dentário lingual; aparelho dentário removível e o expansor palativo. Na tabela seguinte podemos observar as funções e principais observações.

Tabela 4

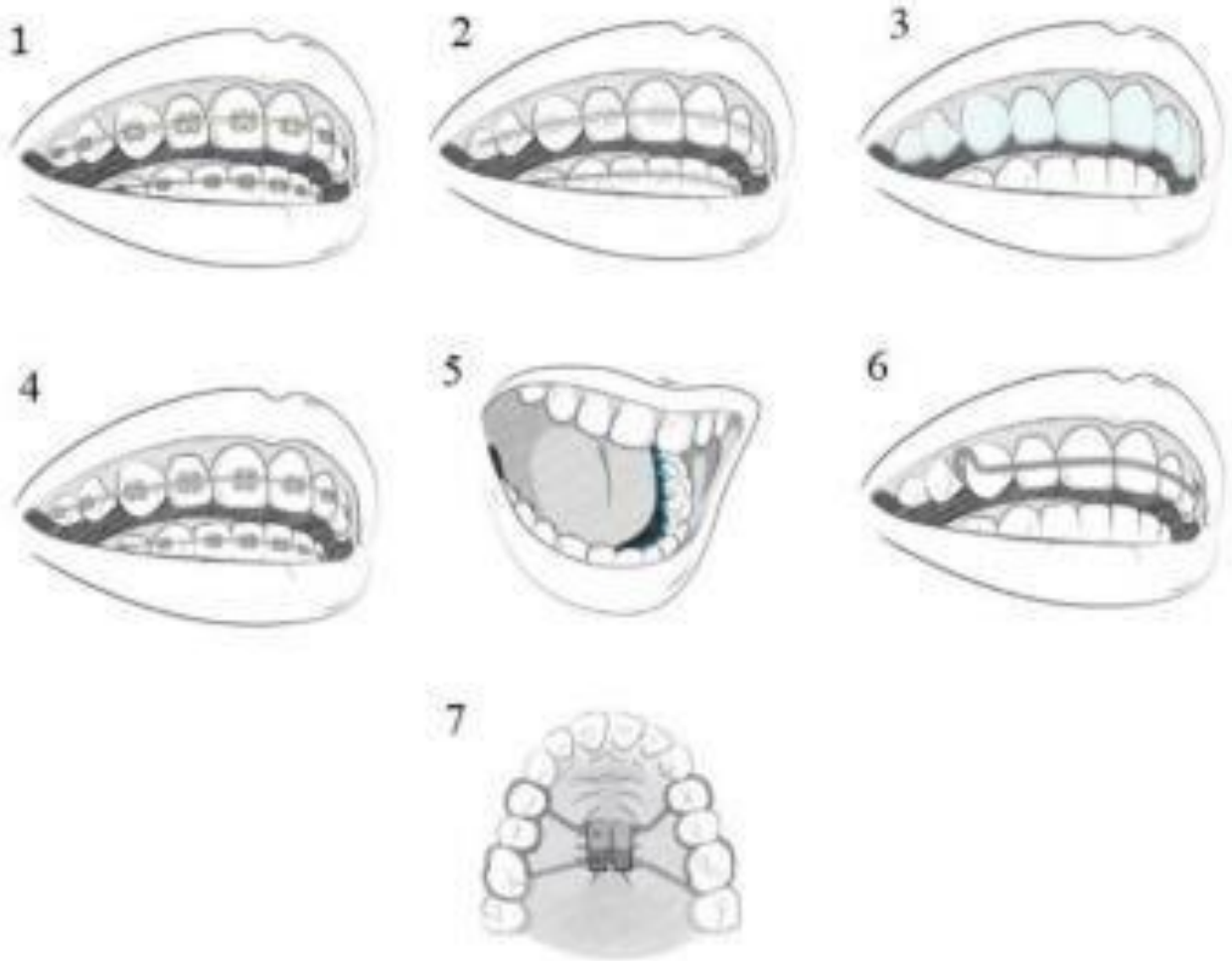
Diferentes tipos de aparelhos ortodônticos

		Função	Observação
1.	Aparelho dentário fixo metálico	Exerce força sobre os dentes de forma a posicionar os dentes de uma posição incorreta para outra correta.	É o aparelho “tradicional” mais utilizado no tratamento ortodôntico e um dos mais conhecidos;
2.	Aparelho dentário estático	Tem a mesma função que o anterior	Constituído por materiais transparentes – porcelana, safiras ou policarbonata. É através dos materiais que é diferenciado do aparelho apresentado anteriormente;
3.	Aparelho invisível dentário	Corrige o posicionamento dos dentes, porém potencia a movimentação dos mesmos, através de alinhadores transparentes e removíveis que se encaixam nos dentes, através da sua troca periódica.	É adaptado a cada paciente;
4.	Aparelho autoligado dentário	Permite que as arcadas dentárias se vão movimentando ao longo do tempo.	Não utiliza elásticos e os arcos metálicos prendem nas bráquetes;
5.	Aparelho lingual dentário	Mesma função que o aparelho ortodôntico tradicional.	As braquetes são colocadas na parte “não visível” dos dentes, ou seja no interior dos dentes. Assim sendo, como o aparelho fica no interior, não se vê;
6.	Aparelho dentário removível	Alinhamento dos dentes e correção da mordida.	Apresenta base de resina acrílica e, outros elementos, que se encaixam nos dentes;
7.	Expansor palatino	Alargar o arco maxilar superior.	Colocado no palato (conhecido como céu da boca);

Tabela elaborada pelo mestrando tendo como base as conclusões de Patrício (2021), p. 48

Figura 4

Diferentes tipos de aparelhos ortodônticos enumerados com a mesma ordem que na tabela anteriormente apresentada.



Nota. Patricio, M. (2021) *A influência da utilização do aparelho ortodôntico na flauta Transversal. Dissertação de Mestrado em Ensino de Música. ESML.Politécnico de Lisboa. p.*



Inquérito por entrevista

As adversidades da região orofacial na prática da Flauta Transversal

BÁSICO - A influência do aparelho ortodôntico na obtenção de registos na flauta transversal

Guião – Entrevista - Aluno

1. Em que ano de escolaridade colocou aparelho ortodôntico e porquê?
2. Lembra-se do tipo de aparelho que utilizou para o tratamento ortodôntico?
3. Existiam várias soluções para o tratamento ortodôntico possível ou a colocação de aparelho era a única opção?
4. Alertou o médico dentista para o facto de ser aluno e instrumentista de Flauta Transversal?
5. Que recomendações o médico dentista aconselhou a ter de forma a manter a saúde oral?
6. Quais foram as principais diferenças que sentiu ao tocar flauta transversal com e sem aparelho ortodôntico?
7. Relativamente aos registos da flauta transversal verificou diferenças na obtenção dos mesmos? Em qual ou quais sentiu maior dificuldade e porquê?
8. Quais foram os principais exercícios que realizou para o equilíbrio entre a saúde oral e a continuação do estudo dos registos na flauta transversal?
9. Quais forma os exercícios que melhoraram a execução dos registos com qualidade?

10. Tinha conhecimento de técnicas de relaxamento muscular de forma a atenuar as principais problemáticas trazidas pelo aparelho?
11. O que aconselha aos seus colegas que estão nesta fase de utilização de aparelho ortodôntico?



Inquérito por entrevista

As adversidades da região orofacial na prática da Flauta Transversal

BÁSICO - A influência do aparelho ortodôntico na obtenção de registos na flauta transversal

Guião – Entrevista - Médico Dentista

1. Para que tipo de problemas são utilizados os mais variados aparelhos ortodônticos?
2. Comparativamente, existem aparelhos ortodônticos que provocam um maior desconforto?
3. Quais aparelhos dentários são mais recomendados a crianças, adolescentes ou adultos?
4. Numa regra geral, quanto tempo demora um tratamento com aparelho ortodôntico num aluno entre os 11 e os 14 anos?
5. Pensa que nestas idades é possível o aparelho dentário removível? Ou a única solução é o aparelho fixo?
6. Tem, ou teve algum flautista como paciente?
De modo a entender todo o processo de formação de embocadura segue a contextualização dos termos.

Contextualização dos conceitos sobre prática da Flauta Transversal

Embocadura

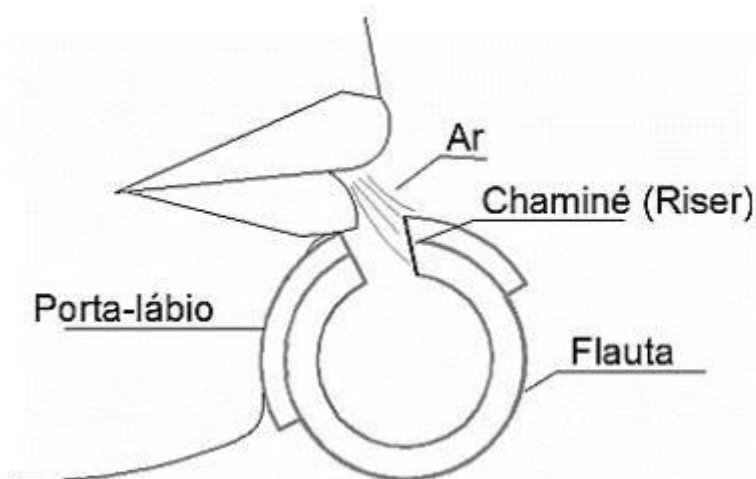
A embocadura de um flautista refere-se ao modo como o indivíduo coloca os lábios, de forma a ser possível direcionar o ar para dentro do instrumento e produzir som.

Embora os lábios tenham um papel predominante na qualidade do som, todos os intervenientes ao redor da cavidade bucal, como músculos faciais, língua e dentes, estão presentes ativamente no processo de formação de embocadura.

Em suma, o conceito de embocadura refere-se à forma como os lábios e os músculos controlam a coluna de ar, assim como a sua posição em relação à flauta. (Cit. Por: Matias, 2021, p. 72)

Figura 1

Embocadura do flautista



Nota. N. Mascolo & C. Mascolo (2019) *Método de iniciação em flauta transversal. Teoria e prática passo a passo*. Copyright Site Estudantes de Flauta-Transversal & Mascolo Flute Center.

Alcance dos diferentes registros

O registro grave “deve ser tocado com o menor aperto da abertura dos lábios possível e à medida que continuamos a “pinçar” os lábios, poderemos atingir o registro médio e depois o agudo” (Scheck, 1981, p. 71). A mudança de registros na flauta transversal está intrinsecamente relacionada com a execução correta da embocadura. “A tarefa da embocadura implica então em estreitar os lábios quando o maxilar inferior avançar a fim de executar a região aguda da flauta, e os relaxar para tocar o registro grave, se retraindo o maxilar” (JR, 2013, p. 26).

7. Atendendo às informações anteriormente mencionadas, pensa que o aparelho ortodôntico vai provocar o mesmo desconforto nos diferentes registos? ¹
8. Alguma vez adotou um procedimento alternativo para assegurar a continuidade da prática performativa do músico?
9. Existem produtos que aliviem as dores provocadas pelo aparelho ortodôntico?
10. Existem exercícios (relaxamento, massagem, entre outros) que os flautistas e instrumentistas no geral possam realizar de forma a promover o equilíbrio entre a saúde oral e prática instrumental?
11. Que sugestões dá a um flautista, de modo a que este salvasse simultaneamente a saúde oral e a atividade prática?

¹ Exemplificar as movimentações de maxilar de forma direta com o auxílio da cabeça da flauta.



UNIVERSIDADE DE ÉVORA
ESCOLA DE ARTES

Inquérito por entrevista

As adversidades da região orofacial na prática da Flauta Transversal

BÁSICO - A influência do aparelho ortodôntico na obtenção de registos na flauta transversal

Guião – Entrevista - Docentes de Flauta Transversal

- 1.Com que regularidade tem alunos com necessidade de aparelho ortodôntico?
- 2.Quais foram as faixas etárias em que verificou a utilização de aparelho por parte dos alunos?
- 3.Cada aluno apresenta problemas específicos a tocar flauta transversal com aparelho ou existem um padrão de sintomas (dor, desconforto, entre outros) comum entre todos os alunos?
- 4.Quais diferenças concretas entre o mesmo aluno antes e após a colocação de aparelho ortodôntico na prática da flauta transversal?
- 5.Que tipo de aparelhos os diferentes alunos utilizavam?

6. Existem diferenças na margem de progressão de alunos com e sem aparelho ortodôntico?
7. Verificou se a utilização de aparelho ortodôntico influencia a qualidade da obtenção dos registos na flauta?
8. Verificou se diferentes aparelhos influenciam de maneira diferente a obtenção dos diferentes registos na flauta transversal?
9. Quais foram os registos mais difíceis de executar com a utilização do aparelho?
10. Que queixas manifestaram os alunos ao tentar atingir esse ou esses registos?
11. Para além da dificuldade da obtenção de registos que outros fatores o aparelho ortodôntico afetou diretamente na prática da flauta transversal?
12. Que principais conteúdos programáticos abordavam com os alunos inseridos nesta fase de tratamento ortodôntico?
13. Alguma vez sentiu necessidade de entrar em contacto com os encarregados de educação por causa dos problemas dentários?
14. Alguma vez teve um aluno inserido na classe II ou III que necessitou de utilizar aparelho? Notou diferença no antes e depois?
15. Como caracteriza a obtenção de registos antes, durante e após a utilização do aparelho por parte dos alunos?
16. Que ferramentas utilizou para ajudar os alunos a ultrapassar as dificuldades trazidas pelo aparelho?
17. Poderia enumerar exercícios que realiza com os alunos de forma a ultrapassar os problemas que o aparelho provoca na obtenção de registos?
18. Pensa que é importantes os professores obterem informações clínicas dos alunos?
19. Existe algum aparelho ortodôntico que afeta menos a obtenção de registos na flauta transversal?



As adversidades da região orofacial na prática da Flauta Transversal

SECUNDÁRIO - A influência das pressões excessivas na região orofacial na afinação da flauta transversal

Guião- Entrevistas - Docentes de Flauta Transversal

Contextualização Região orofacial

A região orofacial compreende todos os constituintes ao redor da cavidade oral. Dentro desses elementos podemos enumerar os dentes, as gengivas, os músculos, a mandíbula, as articulações, região das tonsilas palatinas, entre outros.

A região oral é formada por duas zonas, sendo elas a região vestibular da boca e a cavidade própria da boca. A região vestibular da boca é o espaço existente entre os dentes/ gengiva e os lábios, enquanto a cavidade própria da boca é formada pelo espaço entre as arcadas superiores e inferiores. Este espaço mencionado, quando a cavidade oral se encontra cerrada, é ocupado pela língua.

A região oral é também conhecida como sistema estomatognático. Dentro deste sistema estão inseridos os ossos da face (principalmente a mandíbula e maxila); glândulas salivares; articulações (articulações temporomandibular); músculos; vasos sanguíneos e linfáticos associados, e sistema nervoso (fibras proprioceptivas, exteroceptiva e motoras).

Atendendo à temática da investigação apresentada, iremos focar-nos nos constituintes principais na ação da prática da flauta transversal: os dentes, os músculos (ao redor da boca, lábios e língua) e a mandíbula.

Segundo Sá (2022):

Ao ser tocada uma nota, esta inicia-se com um período de ataque, em que existe um aumento significativo da pressão intrabucal e da pressão da peça bucal para que o elemento excitatório do instrumento musical seja ativado e inicie a produção de som. (...)

A fase final da nota ou o período de extinção ocorre pela diminuição do fluxo de ar e consequentemente da pressão intrabucal. (Sá, 2022, p. 11)

“Geralmente, também os professores iniciam a sua atividade musical com idades muito precoces, correndo um maior risco de contrair lesões físicas, e a longo prazo transmitir esses mesmos riscos aos seus alunos” (Rosset – Llobet & Odam, 2007, cit por: Gonçalves, 2012,p. 10).

Segundo Costa (2020) as “alterações provenientes desta prática podem causar alterações na qualidade de vida dos indivíduos seja por cansaço excessivo, dores musculares, estalidos na articulação temporomandibular, ou até mesmo em bloqueios de boca aberta.” (Costa, 2020, p. 11).

Segundo Sá (2022):

As alterações deste sistema anatômico prendem-se ao uso excessivo e stress desta região, que podem levar a desequilíbrios musculares quer por hipertonia associada ao esforço ou por hipotonia associada, ao mau condicionamento da musculatura envolvida, microtraumas, ruturas de pequenas fibras musculares ou fadiga associada a espasmos musculares ou paralisias (Sá, 2022, p. 29).

Por exemplo, o músculo masséter e temporal anterior apresentam hiperatividade, pois já acarretam a responsabilidade da mastigação, deglutição e fala, ao tocar vão também estar ativos nesse processo e, como tal vão acumular este cargo, o que torna exigente a correta prática do instrumento.

1. Quais são os principais desafios de lecionar a temática da afinação?
2. Já teve alunos com pressões excessivas que desencadeou uma embocadura incorreta? Se sim, qual foram as soluções pedagógicas?
3. Segundo a sua opinião, qual é a região orofacial mais propícia ao desenvolvimento de pressões excessivas?
4. De qual forma a pressão excessiva pode influenciar a afinação?
5. Quais são as notas e/ou registos em que os alunos têm mais dificuldade em manter a afinação constante?
6. Que exercícios ou metodologia utiliza para o relaxamento da embocadura e consequentemente dos constituintes da região orofacial?
7. Pode enumerar bibliografia que dê suporte aos exercícios anteriormente mencionados?

8. Conhece técnicas de relaxamento da região orofacial que o flautista possa realizar em casa?



As adversidades da região orofacial na prática da Flauta Transversal

SECUNDÁRIO - A influência das pressões excessivas na região orofacial na afinação da flauta transversal

Guião - Especialistas em Medicina Alternativa

Contextualização:

Embocadura

A embocadura de um flautista refere-se ao modo como o indivíduo coloca os lábios, de forma a ser possível direcionar o ar para dentro do instrumento e produzir som.

Embora os lábios tenham um papel predominante na qualidade do som, todos os intervenientes ao redor da cavidade bucal, como músculos faciais, língua e dentes, estão presentes ativamente no processo de formação de embocadura.

Em suma, o conceito de embocadura refere-se à forma como os lábios e os músculos controlam a coluna de ar, assim como a sua posição em relação à flauta. (Cit. Por: Salomé Matias, 2021, p. 72)

Como deve ser a embocadura de um flautista?

O porta-lábio deve ser encostado sobre o lábio inferior, na parte côncava do queixo, de modo a que o lábio ocupe $\frac{1}{4}$ do orifício. O lábio superior deve estar um pouco mais à frente, permitindo, ao soprar, que o ar entre em contacto com a parede da chaminé do furo do bucal (Riser), levando a que haja uma repartição do ar, onde a maior parte do ar entra na flauta e uma menor se perca para o ar livre. (Mascolo, 2019, p. 15)

Os lábios devem estar o mais centrados possível com o orifício, sem criar tensões (esticar os cantos) ou compressões excessivas, que por sua vez afetarão a qualidade do som.

Segundo Sá (2022):

Ao ser tocada uma nota, esta inicia-se com um período de ataque, em que existe um aumento significativo da pressão intrabucal e da pressão da peça bucal para que o elemento excitatório do instrumento musical seja ativado e inicie a produção de som. (...)

A fase final da nota ou o período de extinção ocorre pela diminuição do fluxo de ar e consequentemente da pressão intrabucal. (Sá, 2022, p. 11)

A mesma autora refere que "Para tocar tons mais agudos a mandíbula avança e permite direcionar o ar mais para cima enquanto nas notas graves a mandíbula baixa e vai atrás. Nesta classe de instrumentos os músculos orofaciais mais recrutados são o bucinador e o risorius" (Sá, 2022, p. 5).

1. Quais são as principais lesões que o ser humano pode ter na região orofacial?
2. Que consequências as pressões excessivas nos constituintes da região orofacial podem ter para a saúde?
3. Já teve pacientes com queixas na região orofacial?
4. Quais são os principais tratamentos para a atenuação das pressões excessivas da região perioral?
5. Que técnicas utilizaria se um paciente se queixasse de dor na região orofacial?
6. Alguma vez atendeu um músico com queixa de dores na região orofacial?
7. Existe alguma técnica de relaxamento que o paciente possa fazer em casa de forma a evitar as pressões excessivas na região orofacial?
8. Que recomendações daria a um flautista, de forma a manter a saúde oral e a prática performativa?

ANEXOS D

– Observações do Estudo de Caso desenvolvido no CRBA

Estudo de Caso – Aluno A – Adversidades da região orofacial na prática da flauta transversal

Aluno A	Sessão nº 1	Data: 27/2/2023	Procedimento A
Observações O aluno A e B realizaram a sessão em conjunto uma vez que têm aulas juntos. O Aluno. O aluno encontrava-se bem-disposto para a sessão e acima de tudo muito curioso.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício nº 4 do <i>Método Completo de Flauta</i> de P.Taffanel e P.Gaubert			
Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; Partitura <i>Método Completo de Flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.			
Observação direta do estagiário A garganta e a língua estavam mais relaxadas, o que levou a que os lábios tivessem mais direitos e flexíveis em relação ao <i>lip-plate</i> . O aluno ao longo das aulas teve tendência de esticar os lábios para o lado, contudo nesta sessão os lábios estavam mais relaxados, mas com a obtenção de um som mais definido. O aluno depois da aplicação dos exercícios de relaxamento abriu mais a boca para respirar. O aspeto mais visível foi o relaxamento dos lábios.			
Observação do aluno sobre a sessão A palavra que utilizou para descrever a sensação que sentiu depois de realizar os exercícios foi “liberdade”. Quando executou os exercícios revelou que “o seu som estava mais bonito”.			

Aluno A	Sessão nº 2	Data: 14/03/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno sentia-se tranquilo para a realização da sessão.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 4 da página 7 do <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Alguna pressão labial na emissão do som. O som saiu mais indefinido. A progressão entre notas não foi tão fluída e o aluno necessitou de respirar mais vezes. Parou algumas vezes pois não estava satisfeita com o seu som. Nota-se um pouco de instabilidade no ponto de colocação da flauta. Este último facto, principalmente pela falta de segurança nos pontos de apoio do instrumento.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno sente dor nos pulsos. Sentiu também algum desconforto no lado esquerdo do lábio superior. Porém sentiu à mesma descontração ao tocar, no que toca à região oro facial.</p>			

Aluno A	Sessão nº 3	Data: 28/03/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno encontrava-se bem-disposto e com entusiasmo pela sessão e aula.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 5 da página 7 do <i>Método Completo de Flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de Flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário O Aluno quando respirava abria mais a boca e teve uma direção mais fluída do fluxo de ar. Os lábios encontravam-se mais relaxados contribuindo para um som mais limpo sem que houvesse interrupção do fluxo de ar.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que sentiu a boca mais “liberta”.</p>			

Aluno A	Sessão nº 4	Data: 9/05/2023	Procedimento A
<p>Observações O Aluno referiu que estava cansado, pois o dia tinha sido muito preenchido.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 5 da página 7 do <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de flauta</i> de P.Taffanel e P.Gaubert.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem Aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário O aluno tinha tendência a colocar a cabeça mais para baixo, de tal forma que nalguns momentos não era possível ver o lábio inferior. Por outro lado, o lábio superior estava mais esticado do que na última sessão. Para compensar estas situações o aluno de forma a criar espaço direcionava o ar para as bochechas. Ao longo do exercício, a nota que lhe custou mais a executar foi o Dó₄ pois não conseguiu encontrar um equilíbrio de posicionamento do corpo e do instrumento. Relativamente aos músculos ao redor dos olhos, nesta sessão pareciam não estar sob pressão, o que não se verificou nos músculos ao redor da boca. Ainda devido ao posicionamento do lábio, o ar parecia ser mais direcionado para cima, apesar do lábio inferior estar mais para trás. Mesmo realizando pressão sobre os lábios, nesta sessão o aluno não sentiu dor. Um facto curioso verificado nesta sessão era que quando o aluno executava notas mais graves foi possível verificar uma tensão no nariz.</p>			
<p>Observação do aluno O aluno referiu que faz mais força no nariz quando está entupido. O aluno achou que mesmo fazendo algumas pressões conseguiu chegar ao fim do exercício e isso deixou-o feliz.</p>			

Aluno A	Sessão nº 5	Data: 16/05/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno tinha tido prova de estudo do Meio, referindo estar um pouco triste pois a prova não lhe tinha corrido muito bem.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 6 da página 7 do <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Com aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Depois da aplicação das técnicas os ombros do aluno não estavam mais para baixo, em relação ao verificado no início da aula. Quando começou a realizar o exercício o lábio inferior já não estava tão para trás. O aluno nesta sessão já não armazenou ar nas bochechas, já tinha um fluxo de ar mais fluido o que resultou num som mais amplo, fruto também de uma maior respiração.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que gostou muito mais do som desta sessão do que da sessão anterior.</p>			

Aluno A	Sessão nº 6	Data: 30/05/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno encontrava-se bem-disposto e com entusiasmo pela sessão e aula.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 6 da página 7 do <i>Método Completo de Flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de Flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário O lábio inferior voltou a estar mais para dentro, enquanto o lábio superior encontrava-se muito esticado. No Dó₄ o aluno contraía novamente o nariz. Nesta nota, principalmente, fazia bochechas para acumular ar e nem sempre a nota saía (saía maioritariamente som eólico). Na nota Si₃ e Dó₄ ouvia-se muito a garganta, o que o mestrando conclui que a mesma estaria muito fechada.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que não ficou contente com a sua prestação nesta sessão. Referiu que já esteve um som melhor noutras aulas e que também já se tinha sentido mais relaxada a tocar.</p>			

Estudo de Caso – Aluno B – Adversidades da região orofacial na prática da flauta transversal

Aluno B	Sessão nº 1	Data: 27/2/2023	Procedimento A
Observações O aluno A e B realizaram a sessão nº 1 em conjunto uma vez que têm aula juntos, porém cada um à sua vez.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 4 do <i>Método Completo de Flauta</i> de P.Taffanel e P.Gaubert.			
Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de Flauta</i> de P.Taffanel e P.Gaubert.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.			
Observação direta do estagiário Os lábios estavam relaxados ao longo de todas as notas. Nos primeiros compassos tinha tendência a marcar os tempos com a cabeça. Depois de alertado conseguiu corrigir, notando-se diferença numa boa abertura da cavidade bucal com som mais definido. Os ombros encontravam-se mais relaxados e foi evidente um relaxamento dos lábios, garganta e músculos ao redor da boca.			
Observação do aluno sobre a sessão Com as técnicas sentiu que não colocou tanto a flauta sobre os ombros e acabou por se sentir mais relaxado.			

Aluno B	Sessão nº 2	Data: 14/03/2023	Procedimento A
<p>Observações Aluno muito introvertido na sessão, pois parecia muito distante.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 4 da página 7 do <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Alguns problemas na postura (cabeça demasiado para baixo). Foi possível verificar também outros problemas como a tensão na mão direita, o que levava a repetitivas paragens. Maior tensão nos lábios e músculos ao redor da boca. Pouca segurança no apoio do instrumento.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que sentia dor no pulso direito (fazia muita força na chave de ré suspenso) Para além disto revelou algum desconforto na zona esquerda do lábio superior. No final ainda referiu que sentia pressão na garganta quando soprava. Sentiu essencialmente uma postura corporal mais natural ao tocar.</p>			

Aluno B	Sessão nº 3	Data: 28/03/2023	Procedimento A
<p>Observações Aluno um pouco irrequieto devido à audição de classe no dia posterior.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 5 da página 7 do <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário O aluno não conseguiu ainda executar as notas do registo médio. Como forma de resolver a situação foi executado o exercício nº 5 com notas do registo grave, mas com ritmos que pressupõem uma passagem mais rápida pelas notas. A flauta nesta sessão não tremia o que no entendimento do estagiário, queria dizer que encontrava-se a segurar na flauta de forma estável e confortável. Ao respirar foi possível verificar que abria mais a boca em “O” e a própria garganta estava mais relaxada. Outras observações possíveis de verificar foi o relaxamento das bochechas e lábios mais centrados. O aluno apresentou um maior relaxamento localizado dos lábios e garganta e ainda dos músculos ao redor da boca.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno não acrescentou nada relativamente à sessão pois estava mais preocupado com a audição de classe. Assim sendo permaneceu praticamente em silêncio ao longo de todo o exercício e ainda um pouco irrequieta.</p>			

Aluno B	Sessão nº 4	Data: 9/5/2023	Procedimento A
<p>Observações Aluno um pouco irrequieto devido à audição de classe no dia posterior.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 5 da página 7 do <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário O posicionamento da flauta estava instável, pois quando o aluno tocava tremia mais do que o habitual. Isto devia-se pelo facto também de o aluno estar com a cabeça muito para baixo. Todos estes entraves provocaram conseqüentemente outros tais como uma respiração inconsciente e descuidada (o aluno respirava de nota em nota), maior tensão nos lábios (completamente esticados) e um som mais descuidado (mais som eólico do que som clássico). Para além disto foi também possível verificar que a garganta estava fechada (ouviam-se sons provenientes da mesma, espécie de “ronco”), o que nos transmitia um esforço e pressão na garganta. Outro facto curioso foi também a verificação de um enorme esforço nos músculos ao redor dos olhos, que por sua vez encontravam-se muito esticados.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno apenas se queixou de dores no dedo mindinho da mão direita. Esta dor deve-se uma vez que a chave de regulação da afinação encontra-se muito resistente.</p>			

Aluno B	Sessão nº 5	Data: 16/05/2023	Procedimento A
<p>Observações Aluno bem-disposto para a aula.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 6 da página 7 do <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Com aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Em relação à sessão nº 4, a embocadura nesta sessão estava muito mais estável. O lábio superior estava menos tenso e apresentava uma maior flexibilidade, ou seja, a embocadura não teve mudanças significativas. O som estava mais limpo, cheio e definido. Tudo isto foi fruto de uma direção de ar mais precisa, mesmo no centro do porta-lábios. Nesta sessão já não se ouvia qualquer tipo de som ou ronco, o que deu a entender que a garganta estava mais liberta e livre de tensões. Isto permitiu também a uma maior abertura da boca, mais em “O”. Toda a musculatura facial parecia mais relaxada, a própria testa não estava rugosa, tal como foi verificado noutras sessões. Quando aluno articulava era possível visualizar um direcionamento da língua sobre os dentes superiores incisivos. A articulação estava mais precisa fruto de uma língua mais solta e relaxada.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que logo após a aplicação das técnicas de relaxamento sentiu toda a região orofacial “quente” e relaxada. Revelou que o seu som estava mais bonito nesta sessão e que não tinha qualquer dor nos braços.</p>			

Aluno B	Sessão nº 6	Data: 30/05/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno estava muito feliz uma vez que tinha tido teste de inglês e que o mesmo lhe tinha corrido muito bem.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 9 da página 7 do <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert; Exercício 6 da página 7 do <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Método Completo de flauta</i> de P. Taffanel e P. Gaubert.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Voltou a verificar-se uma curvatura provocada por uma força excessiva da boca contra o porta-lábios. Quase que colocava a flauta sobre o ombro, verificando-se assim um desequilíbrio da flauta em relação aos dois lados do corpo. Estava com um som bonito, porém no final de frases o aluno teve tendência a apertar os cantos do lábio. O exercício não aconteceu de forma fluída, uma vez que o aluno teve necessidade de parar algumas vezes, dando como justificação “estar cansado de soprar”. Da observação do estagiário foi possível verificar que o aluno não respirava ar suficiente, verificando-se tensão na boca e garganta, o que levava a que respirasse mais vezes. Fruto disso, aconteceu a existência de hesitações nas respirações e mexidas constantes na embocadura.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno apenas referiu que lhe custou fazer mais o exercício 6 porque era mais longo e ficava cansado no final.</p>			

Estudo de Caso – Aluno C – Adversidades da região orofacial na prática da flauta transversal

Aluno C	Sessão nº 1	Data: 02/03/2023	Procedimento A
Observações O aluno informou que não se encontrava muito bem, pois ainda estava um pouco doente.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício da página 13 do <i>Practice Book for flute – Tone - vol.1</i> de T. Wye			
Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Practice Book for flute – Tone - vol.1</i> de T. Wye.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.			
Observação direta do estagiário O aluno abriu mais a boca permitindo uma obtenção maior de ar. No registo grave o aluno tinha o fluxo de ar mais focado, porém no registo agudo apesar de existir o deslizamento do lábio inferior, tendia a fazer uma determinada pressão no lábio superior. Porém quando o aluno desfocava a atenção tendia a perder o suporte diafragmático. Quando se encontrava concentrado, o som abria mais e a garganta estava mais relaxada. A mudança de registos aconteceu com fluidez e o registo grave foi aquele que se encontrou mais estável e afinado.			
Observações do aluno sobre a sessão Antes de iniciar o exercício de obtenção de registos, mas depois de realizar as técnicas de relaxamento evidenciou que se sentia mais descontraído, como se o corpo tivesse mais preparado para a prática. O aluno referenciou que sentiu o seu som mais aberto e mais “limpo”. Para além disto referiu que conseguia transitar de uma maneira mais natural do registo grave para o registo agudo.			

Aluno C	Sessão nº 2	Data: 16/03/2023	Procedimento A
Observações O aluno sentia-se bem e confiante para a aula.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício da página 13 do <i>Practice Book for flute – Tone - Vol.1</i> de T.Wye			
Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Practice Book for flute – Tone - Vol.1</i> de T.Wye.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.			
Observação direta do estagiário Ao realizar o exercício, tanto no registo grave, como na transição do registo grave para o registo agudo apertava o lábio superior. No final da frase deixava cair a afinação e o som ficava um pouco mais descorado. O aluno nesta sessão tinha mais tendência a abrir em “a” e não tanto em “o”, abertura esta última que permitiu uma maior expansão sem excessivas pressões dos constituintes. A garganta encontrava-se presa e isso verificava-se no som mais fechado e sujo. Em relação aos lábios, o aluno tinha tendência em projetar o lábio superior mais para o lado direito. Os próprios ombros estavam mais tensos.			
Observações do aluno sobre a sessão O aluno revelou que se sentiu mais relaxado na 1ª sessão em relação a esta. No final do processo referiu que ainda lhe doía a articulação do ATM. No final, fez uma comparação entre as duas sessões, referindo que com as técnicas abria mais a boca e aguentava mais tempo sem respirar. Para além disto evidenciou que a sua língua estava mais tensa e que isso tinha sido um dos principais motivos para apertar a embocadura.			

Aluno C	Sessão nº 3	Data: 30/03/2023	Procedimento A
Observações O aluno referiu estar cansada.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 5 da Página 21 do <i>Desarrollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.			
Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Desarrollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Com aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.			
Observação direta do estagiário Ao longo do exercício o aluno executa as mínimas alterações na embocadura ao longo dos registos. Só se verificaram uma tendência pequena a apertar nas notas mais sobreagudas (Si ₅ Natural). O registo onde foi possível verificar alguma dificuldade foi no registo grave, devido a uma questão de focagem. No início o suporte diafragmático não estava ativo, mas depois de ser alertado, ativou e o som ficou logo mais “cheio” e preenchido. Nas respirações era visível uma garganta mais aberta.			
Observações do aluno sobre a sessão Depois da realização do exercício o aluno sentiu os lábios quentes, tal como sente nos músculos quando faz aquecimento na disciplina de Educação Física. Sentiu maior diferença no encaixe do maxilar, mandíbula e garganta referindo que sentiu logo um relaxamento nestas regiões após as técnicas.			

Aluno C	Sessão nº 4	Data: 11/05/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno referiu estar um pouco nervoso pois as aulas destas semanas eram para preparar um concerto que iria acontecer este mês, onde o aluno iria solar.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 5 da Pág. 21 do <i>Desarrollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Desarrollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Com aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário O aluno não estava a conseguir executar o registo grave. Apesar de conseguir executar o registo médio e agudo, o som estava muito indefinido. O aluno esticava o lábio superior à medida que subia no registo do instrumento. O aluno não se preparava devidamente na respiração, tendo alguns momentos que nem sequer respirava no início de cada seção. De todos os registos o registo médio era o que estava mais estável, porém em comparação com outros momentos, o mestrando sabia que o aluno conseguia produzir um som mais amplo e cheio, o que não aconteceu nesta sessão. Apesar do som não ser eficaz, o aluno tinha os dedos mais arredondados. Porém, apresentou uma curvatura nas costas tendo tendência a marcar os tempos com o corpo, balançando o mesmo e projetando a cabeça para a frente, perdendo assim o suporte diagramático e interrompendo o fluxo de ar (garganta tensa).</p>			
<p>Observações do aluno sobre a sessão O aluno sentiu a garganta a fechar, levando a um som “pobre”, muito “sujo”, com a execução acidental de alguns harmónicos. Em comparação com a sessão nº 3, o aluno quis salientar que sentiu uma enorme diferença na disposição do seu corpo para a prática, evidenciando que as técnicas estavam a ajuda-lo a relaxar no seu estudo diário instrumental.</p>			

Aluno C	Sessão nº 5	Data: 16/05/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno referiu estar um pouco tenso, pois acrescentou ainda que cada vez que canta sozinho no coro (aula antes da aula de Flauta Transversal) sente-se desconfortável. Por último ainda quis informar que sente a garganta a fechar muito.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Ex. 13 Pág. 32 do Método de <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; Método de <i>Check-Up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Com aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Sempre que o aluno executava o registo sobreaguado, o mesmo apertava o lábio superior, esticando o mesmo para os cantos da boca. A própria respiração do aluno era muito “fechada”, abria a boca mais em “a” e não tanto em “o”, vogal esta que permite abrir toda a cavidade peitoral. Ouviu-se ao longo da execução um som de “ga-ga” o que dava a entender que a garganta estava tensa, provocando um fluxo de ar muito interrompido. Em resultado disto, foi verificado a produção de um som muito frágil, com pobre direccionalidade. Para além disto a utilização do suporte diafragmática foi muito rara. No que toca à questão da embocadura, o registo onde o aluno apertava mais os lábios foi no registo sobreaguado, uma vez que o suporte não estava totalmente a funcionar e houve tendência a soprar mais, mas para compensar a falta de suporte, a apertar mais a embocadura também. Por outro lado, o registo grave nem sempre saia devido à quebra do posicionamento dos lábios sobre o <i>lip-plate</i>. Referente à postura, os ombros estavam numa posição mais abaixo do que o normal, em resultado da visível curvatura que o lado estava a realizar entre as costas e a cabeça.</p>			
<p>Observações do aluno sobre a sessão O aluno referiu que no final da prática ficou com uma espécie de “formigueiro” na boca devido ao esforço que fazia cada vez que executava o registo sobreaguado. Para além disto, ficou a doer-lhe um pouco a barriga, devido ao esforço que fazia para atingir o registo sobreaguado. Por fim, quis ainda acrescentar que sentiu a sua língua muito “presa” o que se refletiu na sua articulação, que estava muito mais lenta e “suja”.</p>			

Aluno C	Sessão nº 6	Data: 1/06/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno encontrava-se um pouco tenso, pois tinha cantado novamente a solo no Coro.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 13 da Página. 32 do Método de <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; Método de <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Com aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Nesta sessão foi possível verificar que o aluno abriu muito mais a boca para respirar, direcionando o queixo para baixo na inspiração. Apesar do aluno ainda ter uma tendência para esticar o lábio superior, nesta sessão verificou-se que a tendência era menor. Um aspeto que se destacou foi o facto de o aluno estabelecer um posicionamento estável dos lábios em relação ao <i>lip-plate</i>. O som estava mais amplo, em resultado de uma garganta mais aberta (nesta sessão não provieram sons da garganta). O suporte diafragmático algumas vezes não estava a ser utilizado, contudo de uma forma geral, foi visível um movimento muito maior da zona abdominal, ao longo da inspiração e expiração. Relativamente à postura, foi visível um relaxamento geral dos ombros e dos braços ao longo do exercício.</p>			
<p>Observações do aluno sobre a sessão Depois da aplicação da técnica de relaxamento, o aluno referiu que se sentiu mais solto, com mais espaço na boca. Referiu que no final desta sessão a barriga não lhe doía, aspeto que lhe acontece muito quando vai para o registo sobreagudo. De uma maneira geral, referiu que o seu corpo estava muito estável. As principais diferenças que sentiu foram: o relaxamento e uma língua mais solta; um deslizamento do maxilar mais para baixo; articulação mais definida e um melhor ataque no início das notas.</p>			

Estudo de Caso – Aluno D – Adversidades da região orofacial na prática da flauta transversal

Aluno D	Sessão nº 1	Data: 3/3/2023	Procedimento A
Observações O aluno referiu que mesmo antes de iniciar as sessões do estudo de caso, ele própria já tinha introduzido as técnicas de relaxamento antes das aulas. Isto depois de ter contactado com as mesmas através do estagiário numa das aulas lecionadas pelo mesmo.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício da página 13 do <i>Practice Book for flute – Tone - Vol.1</i> de T. Wye.			
Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Practice Book for flute – Tone - Vol.1</i> de T. Wye.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.			
Observação direta do estagiário O aluno respirou durante mais tempo e abriu mais a boca, revelando um som com mais ressonância e cheio. No registo grave o aluno tinha o fluxo de ar mais focado. No registo agudo o aluno não exerceu pressão nos cantos da boca. O Lábio superior estava relaxado no registo grave e agudo, porém existia uma tendência a apertar os cantos do lábio no registo sobreagudo. Os músculos ao redor dos olhos pareciam mais relaxados, o que noutras aulas não se verificou, uma vez que o aluno teve tendência a criar muita tensão nesta região. O aluno quando desfocava a atenção tinha tendência a não utilizar o suporte diafragmático, contudo mesmo assim não apertava a embocadura. Para além disto, ao longo de todo o exercício, a garganta estava mais relaxada. De uma maneira geral, o som do aluno encontrava-se muito mais “aberto”.			
Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que depois da aplicação das técnicas de relaxamento orofacial se encontrava mais descontraído para a prática. Ao passar de um registo para outro referiu ainda que a transição ocorria de uma maneira muito mais natural.			

Aluno D	Sessão nº 2	Data: 16/3/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno estava tranquilo para a aula.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício da página 13 do <i>Practice Book for flute – Tone</i> – Vol. 1 de T. Wye.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Practice Book for flute – Tone</i> – Vol. 1 de T. Wye.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Nas respirações o aluno abria muito pouco a boca e como tal existia uma pequena abertura dos lábios. Quando transitava do registo grave para o registo agudo franzia muito a testa e principalmente no registo agudo apertava ainda mais os lábios. A garganta estava muito tensa o que acabava por evidenciar um som mais indefinido. Relativamente à afinação a cada final de frase o aluno apertava os lábios e deixava cair a mesma. Quando transitava do registo grave para o agudo existia um “corte”, ou seja não havia uma passagem progressiva. Quando atingia o registo agudo contraia os músculos ao redor dos olhos.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que estava a apertar mais o lábio superior quando atingia o registo agudo. Sentia a própria garganta a contrair mais e uma maior tensão nos seus ombros. No final acrescentou que até os seus dedos estavam tensos.</p>			

Aluno D	Sessão nº 3	Data: 16/3/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno encontrava-se um pouco cansado, devido ao fluxo de atividades da escola.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 5 da Página 21 do <i>Desarrollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; Método <i>Desarrollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Com aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Logo após a realização das técnicas de relaxamento o aluno sentiu-se pronto para tocar. No registo grave tinha a cavidade oral aberta com os lábios estendidos e com um ponto bem posicionado sobre o <i>lip-plate</i>. Da transição do registo grave para o agudo não modificou a posição dos lábios- evidenciando assim a inexistência de pressões em excesso. No registo sobreagudo apertou um pouco os lábios, mas foi possível averiguar que o aluno não estava a utilizar o suporte diafragmático corretamente, o que levou a que a língua estivesse mais presa, provocando uma articulação mais “pesada”. Depois de alertado para este facto, já conseguiu obter o registo sobreagudo com lábios relaxados e garganta aberta. Depois de explorar o exercício, conseguiu realizar os diferentes registos sem pressões excessivas, focando apenas no controlo da velocidade e fluxo de ar adequados.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno sentiu uma maior liberdade na prática da flauta com uma ação mais natural, som mais fluido e garganta mais aberta. Referiu que se apercebeu que franziu um pouco a testa quando executava o registo sobreagudo, porém conseguiu posteriormente corrigir.</p>			

Aluno D	Sessão nº 4	Data: 20/4/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno no início da aula sentiu que o seu som não era suficientemente agradável.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 5 da Página 21 do <i>Desarrollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Desarrollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário O aluno fez muita pressão na testa, principalmente quando atingia o registo sobreagudo. Para além disto foi também visível respirações de forma rápida e precipitada. Ao longo do exercício houve interrupção do fluxo de ar, ou seja, a transição para as diferentes notas era realizada de forma fragmentada. Cada vez que mudava de registo a expressão facial mudava. Este facto foi possível observar principalmente na nota Sol sobreaguda (Sol_s), onde o aluno se franzia muito. O maior desequilíbrio verificado foi no registo sobreagudo onde o aluno esticava muito os lábios.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão Segundo o aluno os lábios estavam mais contraídos. Para ele, o registo grave foi o mais difícil de obter. Por último referiu que quando o ar estava prestes a terminar sentia a garganta a fechar e chegava a ouvir “a-a-a”.</p>			

Aluno D	Sessão nº 5	Data: 18/5/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno referiu que estava tranquilo, com energia para a aula de flauta transversal.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 13 da página 32 do Método de <i>Check-p</i>, ude Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; Exercício 13 da página 32 do Método de Check-up, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Ao longo do exercício, foi visível uma maior abertura da cavidade oral. O suporte diafragmático esteve ativo ao longo da sessão, embora tenha existido algumas quebras. Apesar disso o estabelecimento do suporte diafragmático permitiu que a transição entre os diferentes registos ocorresse de forma mais natural e fluída. Relativamente à embocadura os lábios estavam mais controlados, sem mudanças bruscas entre registos. O aluno tinha ainda alguma dificuldade em regressar ao registo grave depois do registo sobreagudo. Algumas vezes saía o registo médio, mas foi apenas uma questão de gestão de ar.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno logo a seguir à realização dos exercícios sentiu o seu corpo mais alongado. O exercício que o ajudou a relaxar mais foi o alongamento de braços, pescoço e tronco. Relativamente à prática, o aluno referiu que as notas foram executadas com um som mais bonito e com foco. No registo grave referiu que lhe custava executar esse registo, mas depois de adaptar a gestão de ar conseguiu com boa sonoridade. Com as técnicas referiu ainda que se sentiu mais estável a tocar.</p>			

Aluno D	Sessão nº 6	Data: 1/6/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno encontrava-se bem-disposto. Referiu que estava com pena de ser a última sessão.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 13 da página 32 do Método de <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; Método de <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Foi visível a utilização de pouco suporte diafragmático quando o aluno executava o registo sobreagudo. Nesta sessão, ocorreu novamente a ação de franzir a testa quando o aluno estava no registo sobreagudo. Esta ação direcionava a força e a estabilidade para zonas não pretendidas do corpo, roubando energia ao suporte diafragmático. Para além de franzir a testa, o aluno levantava um pouco a base do pé quando executava o registo sobreagudo, promovendo assim também a instabilidade do corpo. O aluno no exercício voltou a ter dificuldade em atingir o registo grave, principalmente a nota Dó₃ devido a uma questão de focagem indefinida. Quando transitava para as notas sobreagudas também existia uma tendência a apertar em demasia a embocadura. A garganta prendia-se principalmente no registo sobreagudo, produzindo alguns barulhos. Relativamente à embocadura, o aluno colocava os lábios demasiado para a frente, promovendo uma abertura muito fechada. Devido a isto, na passagem do registo sobreagudo para o registo médio existia um corte acentuado. Ao longo da sessão, foi também visível na respiração uma direção de ar para o peito, provocando a contração e tensão desta zona.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno sentiu que tinha os lábios pressionados no registo sobreagudos. Para além disto referiu que sentiu que entre o registo médio e sobreagudo deixava de realizar força na barriga, mas que ao mesmo tempo sentia o corpo preso.</p>			

Estudo de Caso –Aluno E – Adversidades da região orofacial na prática da flauta transversal

Aluno E	Sessão nº 1	Data: 27/2/2023	Procedimento B
Observações O aluno estava um pouco ansioso pois ia ter ensaio com piano logo a seguir à aula.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício da Página 13 do Método <i>Practice Book for flute – Tone</i> – Vol. 1 de T. Wye.			
Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; Método <i>Practice Book for flute – Tone</i> – Vol. 1 de T. Wye.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Sem a utilização de dispositivo de silicone.			
Observação direta do estagiário A embocadura do aluno não se encontrava centrada com o porta-lábios. O lábio superior teve uma tendência a ficar tenso e verificou-se uma resistência do mesmo a descer (muito também devido às barquetes que levava a um movimento mais lento na descida do lábio). O aluno teve tendência a baixar a cabeça para ver melhor o exercício. Quando acontecia isto, verificava-se que o pescoço do aluno contraía, contribuindo para o estabelecimento de uma garganta fechada. Ouviam-se alguns sons vocais, devido à pressão da garganta. O aluno modificou a sua posição labial à medida que mudava de registo. Quando o aluno transitava para o registo agudo verificou-se um fechar da boca, com simultânea pressão no lábio superior. O som quando o aluno apertava a embocadura saía mais fino, sujo e indefinido.			
Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que já está acostumado ao aparelho ortodôntico. Contudo, nos primeiros tempos toda a adaptação foi muito difícil. Referiu que teve várias feridas no lábio, sensação de boca dormente e algumas dores que a obrigavam a parar. Referiu ainda que quando vai às consultas apertar o aparelho, volta a sentir desconforto que só desaparece ao fim de dois ou três dias. O aluno no final referiu que teve mais dificuldades na obtenção das notas agudas, pois sente que ainda não tem a sua embocadura totalmente definida e que o aparelho acaba sempre por atrapalhar um pouco a execução.			

Aluno E	Sessão nº 2	Data: 13/3/2023	Procedimento B
<p>Observações A zona do maxilar inferior é mais curta, levando a que tivesse sido necessário cortar um pouco da película de silicone.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício da página 13 do <i>Practice Book for flute - Tone</i> - Vol.1 de T. Wye</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Practice Book for flute – Tone</i> - Vol.1 de T. Wye.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Realização do exercício com o protetor bucal de silicone.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Fase de exploração e aperfeiçoamento. Inicialmente houve uma fase de adaptação. O dispositivo não fixou sobre o aparelho ortodôntico, podendo esta situação estar relacionada com a fisionomia do aluno. Os dentes inferiores do aluno são curtos, ou seja, o espaço entre os dentes e os lábios é reduzido. O aluno não conseguia sequer falar com o dispositivo na boca, aspeto que não era previsto.</p> <p>Depois de cortar o dispositivo de silicone: Após a fase de adaptação, ao cortar a película, tal como sugere a própria marca do dispositivo de forma a moldar ao utilizador, o aluno conseguiu fixar a flauta num ponto e focar o ar. Nesta fase já conseguiu tocar e até falar normalmente.</p> <p>Ao elaborar o exercício da página 13 do <i>Practice Book for flute - Tone</i> - Vol.1 de T. Wye, o aluno conseguiu obter o registo grave e agudo, porém era notória uma sensação de estranheza, pois ainda se estava a habituar ao dispositivo. Como ainda estava numa fase muito precoce a sonoridade da flauta apesar de existir ainda estava muito dispersa e desfocada.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão Na fase de adaptação o aluno referiu que sentiu mais facilidade em adaptar-se ao aparelho, mesmo causando algumas feridas, do que à própria película, uma vez que esta não fixava totalmente. Como tal, para a mesma não deslocar foi necessário um pouco mais de pressão no instrumento e encontrar uma nova embocadura para conseguir produzir som. Ainda nesta fase de adaptação, as principais dificuldades sentidas pelo aluno foram: deslocação do dispositivo; incapacidade de colocar o lábio inferior sobre o dispositivo e incapacidade em encontrar uma posição estável para focagem do som. Porém, o aluno referiu que conseguiu facilmente fixar a película e realizar o exercício com um som definido, sem a presença de dores e com flexibilidade entre os registos.</p>			

Aluno E	Sessão nº 3	Data: 27/3/2023	Procedimento B
<p>Observações O aluno queixou-se que tem feridas na boca por causa do aparelho.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 14 do Método <i>Check-up</i> de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; Método <i>Check-up</i> de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem utilização do dispositivo de proteção de silicone</p>			
<p>Observação direta do estagiário O aluno quando transitava para os registos agudo e sobreagudo apertava muito a garganta e em resultado disso ouvia-se a sua voz. Para além disto foi possível verificar que apertava o porta-lábios contra os lábios e esticava muito os últimos mencionados. Queixou-se de alguma dor, principalmente nos lábios uma vez que realizava uma certa pressão sobre as barquetes. A própria flauta não estava estável e houve algumas paragens ao longo do exercício uma vez que a mesma tremia um pouco. Para além da pressão que existia na cavidade oral também foi possível verificar tensões nos músculos ao redor da testa. Em todos os registos verificou-se pressões sobre a embocadura, até no registo grave onde era visível uma descida lenta do lábio superior.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno quis referenciar que assim que colocou o aparelho custava-lhe muito obter o registo agudo, porém na atualidade depois de alguma adaptação, refere que tem mais dificuldade em obter o registo grave devido à descida dos lábios. Ao realizar o exercício evidenciou que as transições para os diferentes registos eram forçadas e nada progressivas.</p>			

Aluno E	Sessão nº 4	Data: 9/5/2023	Procedimento B
<p>Observações O aluno referiu que depois da adaptação ao dispositivo já conseguia tocar com o mesmo.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 14 do Método <i>Check-up</i> de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; Método <i>Check-up</i> de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Realização do exercício com o protetor bucal de silicone.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Conseguiu realizar todos os registos com boa sonoridade e flexibilidade. Apenas no registo sobreagudo é que o aluno realizou um pouco de pressão no instrumento para fixar a película. O exercício foi realizado sem qualquer tipo de manifestação de dor nem desconforto. Depois de realizar o exercício foi proposto ao aluno tocar uma pequena melodia ou peça em que se sentisse à vontade, porém com a utilização do dispositivo. Como resposta ao desafio o aluno tocou um pequeno excerto do <i>Concerto in G Major</i> de G. Pergolesi com boa sonoridade e agilidade. O aluno apenas apertou a embocadura no registo sobreagudo ao longo do exercício. No registo grave e médio existiu uma estabilização da embocadura, com som estável, flexível e afinado.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que entre a utilização de ceras e o dispositivo, recomendaria a utilização do dispositivo porque não causa dor nem desconforto. Relativamente às ceras, o aluno referiu que algumas partículas da mesma circulavam pela cavidade oral promovendo um desconforto e paragens constantes ao tocar. O aluno evidenciou que sentiu que já estava mais habituado a tocar com a película de silicone, o que desencadeou numa maior flexibilidade na obtenção de registos.</p>			

Aluno E	Sessão nº 5	Data: 16/5/2023	Procedimento B
<p>Observações O aluno referiu que depois do 5º <i>FLAUTUÉ</i>, iniciativa em que participou, tocou com o dispositivo, estando já a conseguir tocar todo o repertório utilizando o mesmo. Contudo, admitiu que se desleixou na utilização do dispositivo devido à exigência técnica das peças de orquestra, deixando de utilizar o mesmo. Este período coincidiu com o período de baixa usufruído pela Docente Cooperante.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 5 da Página 21 do <i>Desarollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; Método do <i>Desarollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem a utilização de dispositivo de silicone.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Os músculos ao redor da garganta mexiam muito ao longo do exercício, de tal forma que era possível ver os músculos a contrair, principalmente quando o aluno executava o registo sobreagudo. Foi visíveis alterações na embocadura, como o cerrar da boca e o apertar dos lábios contra os dentes neste registo. O lábio superior causou resistência ao descer sobre os dentes/barquetes. As narinas do aluno expandiam quando o aluno executava também o registo sobreagudo. No registo grave e médio também existia uma certa tendência a apertar a embocadura, contudo as pressões excessivas eram mais visíveis no registo sobreagudo.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão Da observação do aluno, o mesmo evidenciou que sentiu mais pressão contra o aparelho no registo sobreagudo. Apesar disto, sentiu mais dificuldade na focagem do registo médio porque o lábio superior não descia. Como tal, esta situação acabou por afetar de uma maneira geral todos os registos, porque até ao transitar do registo agudo para o grave o aluno sentia um desconforto. Quando repetia o exercício, como era exigido pelo mesmo, o aluno sentiu que realizava melhor uma primeira vez do que numa segunda, porque na repetição sentia o seu ar mais desfocado. No final do exercício o aluno referiu que ficou com dor no lábio superior devido a toda a resistência sentida. Essa dor era uma dor localizada na região dos incisivos superiores onde há um maior contacto dos dentes com a embocadura no porta-lábios da flauta.</p>			

Aluno E	Sessão nº 6	Data: 30/5/2023	Procedimento B
<p>Observações O aluno referiu que não estudou com o dispositivo.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 5 da Página 21 do <i>Desarollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Estante; Espelho; <i>Desarollo mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Com a utilização de dispositivo de silicone.</p>			
<p>Observação direta do estagiário O aluno depois de abandonar a prática com o dispositivo, quando tocou com o mesmo já não conseguia produzir som. O próprio dispositivo já nem sequer fixava na região orofacial, estando sempre a mexer dentro da boca, sem prévia estabilização. Uma resposta para este facto, era que os dentes do aluno deslocaram-se com o auxílio do aparelho e, como tal, a posição do dispositivo, que nas primeiras sessões era uma, já não se adequava à nova disposição da cavidade dentária. Assim sendo, seria necessária uma nova moldagem, tal como a marca do dispositivo aconselha e permite. No dia da sessão, não se encontravam condições, nem materiais para a realização nova moldagem, não existindo novo processo de adaptação. Apesar do aluno não ter conseguido realizar o exercício com o dispositivo, o investigador achou importante salientar um novo dado, sendo ele que, de períodos a períodos de tempo é necessária uma nova readaptação do dispositivo à disposição dentária.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno voltou a referiu que no início do 3º período ainda tocou várias vezes ao longo do seu estudo com o dispositivo, conseguindo produzir já um som de qualidade. Contudo, a orientadora cooperante ficou de baixa e o aluno admitiu que se desleixou um pouco com a aplicação do dispositivo, ficando sem tocar com o mesmo. Os dentes neste período movimentaram e o dispositivo já não encaixava sobre os dentes. O aluno ainda quis acrescentar que logo a seguir à sessão nº 4, conseguiu tocar várias horas com o dispositivo sem sentir qualquer dor nem desconforto.</p>			

Estudo de Caso – Aluno F – Adversidades da região orofacial na prática da flauta transversal

Aluno F	Sessão nº 1	Data: 27/2/2023	Procedimento A
Observações Aluno muito motivado para a aula, mostrando-se logo disponível para o estudo de caso.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 4 da página 14 do Método de <i>Check-up</i> , de Peter-Lukas Graf.			
Recursos para a execução da aula Afinador; Estante; Espelho; Método de <i>Check-up</i> , de Peter-Lukas Graf.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.			
Observação direta do estagiário O aluno executou pela primeira vez os exercícios de relaxamento orofacial, Sentiu-se no aluno um sentimento de “estranheza” quando estava a alongar toda a região. Contudo era visível o alongamento dos seus constituintes, principalmente na região do pescoço e garganta que, em comparação ao início da aula estavam muito mais relaxados. O aluno como não estava familiarizado com os exercícios necessitou de um grande período de tempo de explicação o que já só lhe permitiu trabalhar a afinação no registo médio e agudo. Quando executou o exercício no registo médio notou-se logo imediatamente um relaxamento a nível labial, atingindo uma afinação estável. No registo agudo a afinação estava um pouco alta, mas à medida que o exercício decorria começou a estabilizar. Existiu uma maior flexibilidade e controlo na afinação dos registos. Quando executou o movimento do maxilar para a frente, sentiu-se alguma tensão sobre as bochechas o que fazia subir muito a afinação, quando havia a retração verificou-se um relaxamento da região. Quando movimentou a cabeça para cima e para baixo foi diretamente notório o relaxamento da garganta com conseqüente expansão dos músculos do pescoço potenciando uma afinação mais estável e com um espetro sonoro mais rico em amplitude. Quando movimentou a flauta para a frente e para trás, foi visível o estado natural dos lábios, que só alterou o mínimo possível para a sua adaptação. Dentro desta sessão a observação mais marcante foi a ação dos exercícios de relaxamento sobre a região da laringe e garganta, ao qual permitiu uma abertura maior da cavidade oral.			
Observações do aluno sobre a sessão O aluno sentiu alguma estranheza na elaboração dos exercícios, uma vez não estar habituado. Contudo, apesar disso sentiu que o seu som e afinação tenderam a melhorar.			

Aluno F	Sessão nº 2	Data: 13/3/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno queixou-se de dores nos ombros.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 4 da página 14 do Método de <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Afinador; Estante; Espelho; Método de <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação somente do exercício de afinação.</p>			
<p>Observação direta do estagiário No registo médio ao executar o movimento e flexibilidade do queixo notou-se uma maior tensão nas pontas dos lábios. O lábio superior estava mais preso, proporcionando uma pequena abertura da cavidade. No exercício em que era necessário levantar e baixar a cabeça notou-se que o aluno respirava mais vezes (de forma ofegante) com respirações mais forçadas, com direção ao peito em vez da região abdominal. Ao rodar flauta o lábio inferior estava mais preso. Relativamente à afinação verificando-se uma tendência a ficar baixa. No registo agudo ao executar o movimento e flexibilidade do queixo notava-se um fluxo de ar mais interrompido. Na movimentação da cabeça, abriu mais o som em relação ao registo médio. Ao rodar a flauta, notou-se uma maior tensão no lábio superior, existindo uma tendência a este registo ficar alto. No registo grave, na flexibilidade do queixo, observa-se literalmente ao tremer dos lábios, revelando-se um reflexo de instabilidade. Ao subir e descer a cabeça, o som estava mais preso e surgiu o som eólico sem ser esse o objetivo. De todos os registos, o registo grave foi aquele em que se verificou uma maior oscilação de afinação. O aluno ocupava muito mais espaço no porta-lábios do que o desejado. Ao rodar a flauta, cortou o fluxo de ar potenciando os <i>whistle tones</i>. Relativamente à elaboração dos exercícios notou-se que sem técnicas de relaxamento os constituintes estavam mais presos e influenciaram o exercício.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que por ordem decrescente o que lhe custou mais foi, registo grave, sobreagudo e por fim o médio. O aluno referiu que ao longo do exercício sentiu necessidade de alongar toda a região orofacial tal como fez na sessão nº 1. Referenciou que sentiu maior tensão nos maxilares (mais no superior). Admitiu que no sobreagudo não se sentiu propriamente a mover o maxilar mas sim a empurrar o mesmo sobre a flauta. Na opinião do aluno achou que em relação à 1ª sessão, a 1ª foi mais natural pois quando realizou o exercício sentiu o corpo mais conscientemente preparado para a prática. Nesta sessão sentiu que tinha novamente os ombros tensos.</p>			

Aluno F	Sessão nº 3	Data: 27/3/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno antes da aplicação das técnicas estava muito tenso pois estava preocupada com a audição que teria poucas horas depois.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício de glissandos da página 27 – <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i>- R. Dick</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Afinador; Estante; Espelho; Método <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i>- R. Dick</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação somente do exercício de afinação.</p>			
<p>Observação direta do estagiário No registo grave o aluno conseguiu estabilizar a sua afinação de uma forma mais segura pois promoveu uma boa abertura da cavidade oral com um fluxo de ar constante e relaxamento do lábio superior. No registo médio foi possível verificar uma expansão maior da garganta com a obtenção de um som mais amplo e rico em harmónicos. A estabilização da afinação entre o registo grave e agudo aconteceu de uma forma mais presente e bem definida. No registo sobreagudo, mesmo antes da elaboração dos glissandos o aluno conseguiu estabilizar a sua afinação, apesar de ter alguns momentos em que a nota lisa tendia a ficar mais alta. Tinha presente um maior espaço na cavidade oral e apenas o lábio superior teve um pouco de tendência a apertar um pouco. Porém, mesmo assim foi possível verificar um correto direcionamento de ar como os músculos circulares ao redor das bochechas relaxados.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão Sentiu que a mandíbula e os lábios tiveram uma boa resposta ao longo do exercício. Depois da realização do mesmo referenciou que foi mais fácil afinar o registo sobreagudo, mesmo sentido um maior relaxamento. O aluno no final da sessão quis ainda referenciar que leva com bastante seriedade o aquecimento corporal, tanto nas aulas como no desporto e que sente diferenças significativas entre as aulas que realiza técnicas de relaxamento e as aulas em que esses momentos não acontecem.</p>			

Aluno F	Sessão nº 4	Data: 9/5/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno estava bem-disposto apesar de se queixar de dores nas costas. Estava entusiasmado com a semana pois estava inserido em atividades de intercâmbio com alguns alunos da Grécia e França.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício de glissandos da página 27 – <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> - R. Dick</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Afinador; Estante; Espelho; <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> - R. Dick.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento.</p>			
<p>Observação direta do estagiário O aluno apresentou uma boa sonoridade, contudo a sua afinação estava um pouco instável, tendo tendência a ficar sempre alto no registo médio e registo sobreagudo. Em termos de postura, o aluno tinha a flauta muito para baixo, tendo sido alertado para a situação. Em termos de embocadura, o lábio superior e o próprio queixo tremiam. No registo grave, verificou-se novamente no aluno uma ocupação maior do orifício do porta-lábios. Cada vez que se dirigia para o registo médio a tensão no lábio aumentava. Como tal, o aluno para estabilizar a afinação nos finais de frase franziu muito a testa. No registo sobreagudo, a afinação tinha também tendência a ficar muito alta. De uma forma geral, o suporte diafragmático não esteve totalmente presente. A postura corporal não esteve totalmente equilibrada e o fluxo de ar não foi totalmente eficiente.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que quando faz glissandos de forma ascendente sente o peito a fechar, ou seja a contorcer-se. No registo sobreagudo teve muita dificuldade em realizar os glissandos, pois ficava a doer-lhe principalmente o queixo. O aluno referiu ainda que teve muito mais dificuldade em estabelecer o equilíbrio da afinação nesta sessão.</p>			

Aluno F	Sessão nº 5	Data: 15/5/2023	Procedimento A
Observações O aluno no início da aula sentia-se bem e com energia para o decorrer da aula.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 12 da Página 30 do Método de Check-up, de Peter-Lukas Graf.			
Recursos para a execução da aula Afinador Estante Espelho			
Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação somente do exercício de afinação.			
Observação direta do estagiário O aluno no registo grave teve tendência a desfocar um pouco o ar e a ficar tendenciosamente baixo. Nos harmônicos do registo médio, foi onde foi visível uma maior estabilização da afinação, mas nos finais de frase o aluno tinha tendência a ocupar uma grande parte do orifício do porta-lábios, o que à partida provocava o baixar da afinação. Por outro lado, nos harmônicos sobreagudos, o aluno teve tendência a apertar a embocadura e a fazer uma tensão desmedida nos ombros, o que desencadeou uma afinação muito alta. Apesar de produzir um som bonito, existiram oscilações na afinação, como podemos ver anteriormente. O aluno teve necessidade de ajustar a sua afinação móvel. O fluxo de ar parecia não ser suficiente, o que nos levou a verificar que o suporte não estava totalmente ativo. Na segunda parte do exercício, em que o aluno tinha de transitar do harmónico para a nota natural (nos sobreagudos) o aluno ficava muito alto na nota natural.			
Observação do aluno sobre a sessão O aluno considerou que a afinação no início estava mais estável, porém à medida que avançava no exercício verificava que ficava cada vez mais instável. Verificou que no registo sobreagudo tinha um som mais ventoso e com tendência a ficar muito alto.			

Aluno F	Sessão nº 6	Data: 29/5/2023	Procedimento A
Observações O aluno referenciou que estava com dores na Articulação Temporomandibular logo no início da aula.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 12 da Página 30 do Método de Check-up, de Peter-Lukas Graf.			
Recursos para a execução da aula Afinador Estante Espelho			
Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação de técnicas de relaxamento			
Observação direta do estagiário A observação que se verificou logo foi na obtenção de um som mais definido e amplo. De todas as sessões foi onde teve a sua melhor prestação no que toca à sonoridade. O aluno abria muito mais a boca nas respirações e foi notável o relaxamento da região orofacial. Mesmo assim, o aluno ocupou um pouco mais do orifício da porta lábios, tendo uma afinação mais baixa no registo grave. Depois de alertado, o aluno estabeleceu um melhor posicionamento dos lábios, conseguindo subir logo a afinação. A região peitoral estava mais aberta e ampla, assistindo-se a uma passagem do fluxo de ar mais natural e fluída. O registo sobreagudo não estava tão alto e o aluno conseguiu equilibrar a sua afinação. Um dos aspetos que mais se destacou na afinação do registo sobreagudo foi o relaxamento da garganta e um uso visível do suporte diafragmático que se encontrava ativo. Os ombros estavam mais para baixo, relaxados e com as pernas livres de tensões.			
Observação do aluno sobre a sessão A dor que inicialmente sentia na ATM, depois da aplicação das técnicas de relaxamento orofacial e corporal tendeu a desaparecer. O aluno revelou que o seu som estava mais cheio, com ressonância e amplo. Ficou extremamente contente com o resultado, pois sentiu que estava mais direita e não marcou tanto o tempo com o corpo - promovendo assim o equilíbrio. Sentiu que a sua afinação estava mais estável ao longo do exercício, ficando muito contente com o seu som.			

Estudo de Caso Aluno G – Adversidades da região orofacial na prática da flauta transversal

Aluno G	Sessão nº 1	Data: 27/2/2023	Procedimento A
Observações O aluno não tinha descansado bem na noite anterior.			
Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 4 da página 14 do Método de <i>Check-up</i> , de Peter-Lukas Graf.			
Recursos para a execução da aula Afinador; Estante; Espelho; Método de <i>Check-up</i> , de Peter-Lukas Graf.			
Metodologias/Estratégias aplicadas Aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.			
Observação direta do estagiário O aluno estava um pouco tenso antes da aplicação das técnicas. Ao longo da aplicação das técnicas ouviam-se alguns “estalos” em resultado do alongamento corporal e orofacial. No registo médio foi onde o aluno revelou um maior relaxamento geral dos constituintes orofaciais e consequentemente melhor afinação. Quando aplicou o exercício ao rodar a flauta permitiu verificar que a garganta e os lábios estavam mais flexíveis. Quando conjugou todas as formas propostas pelo exercício teve alguma dificuldade, uma vez que não estava familiarizado com o exercício e teve uma tendência a ter a região orofacial mais fechada e consequentemente uma afinação mais alta, no registo sobreagudo. Quando elaborou o exercício no registo agudo, os lábios responderam com maior flexibilidade e relaxados ao mesmo tempo contribuindo para uma afinação mais estável e um som mais aberto. No registo grave, os constituintes estavam mais relaxados e a afinação equilibrada. A única dificuldade que se sentiu na primeira vez de execução foi a interrupção do fluxo de ar, porém com rápida ultrapassagem da mesma. Quando houve a conjugação dos três tópicos verificou-se um som aberto e com afinação mais estável uma vez que o aluno conseguiu concentrar-se melhor e relaxar todos os constituintes. De modo geral, foi possível verificar uma maior influência das técnicas de relaxamento na abertura dos lábios e garganta aberta, enquanto a rotação do maxilar inferior foi um pouco mais resistente a relaxar. (Contudo também se pode dever ao facto do aluno não contactar frequentemente com estes exercícios e ter ficado um pouco constringido).			
Observação do aluno sobre a sessão Longo a seguir à aplicação das técnicas de relaxamento o aluno evidenciou que se sentia muito mais “livre e relaxado”. O aluno referenciou que mesmo sentido o maxilar ainda um pouco preso, sentiu que as técnicas de relaxamento permitiram “solta-lo” um pouco mais. A maior diferença verificada foi o facto de se ter sentido mais solto e com maior flexibilidade a direccionar o ar para baixo, tendo-se verificado uma ação mais natural na sua afinação.			

Aluno G	Sessão nº 2	Data: 20/3/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno revelou que estava muito cansado, uma vez que estava prestes a culminar o 2º período.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 4 da página 14 do Método <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Afinador Estante Espelho <i>Check-Up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário No exercício ao mover o queixo verificou-se uma grande oscilação do lábio superior e muita pressão nos músculos circulares, verificando-se a produção de um som muito fino, tornando a afinação instável (mais alto). Ao subir e descer a cabeça, o aluno exerceu pressão na testa (ficou toda enrugada) e verificou-se uma pressão no lábio superior. Para além disto, a garganta estava presa com um som muito fino. Na rotação da flauta voltou-se a verificar a tensão na testa e pouca ação do suporte diafragmático. O som ao longo do exercício ficava mais fino. Com a utilização de todas as componentes juntas o som encontrava-se muito indefinido e quebrava a meio. No registo sobreagudo, na retração do maxilar o queixo tremeu e voltou-se a verificar a pressão na testa, atingindo afinações ainda mais altas que as normais, com som fechado e sujo. Ao oscilar a cabeça, as bochechas tremiam e era possível verificar uma tensão contínua no lábio superior. Na rotação da flauta, a mesma tremia, revelando um sinal de instabilidade no apoio. Quando conjugou todas as componentes o fluxo de ar era interrompido, fruto de uma embocadura tensa. No registo grave, na retração do maxilar os lábios superiores estavam mais esticados do que no registo médio e agudo, proporcionado uma afinação mais baixa, acompanhada por muitas oscilações na embocadura. Ao movimentar a cabeça, verificou-se que o aluno levantava sempre as sobrancelhas na movimentação para cima. A garganta encontrava-se presa, sentindo-se mesmo quebras na gestão do ar. Na rotação da flauta o lábio inferior estava estático - sem flexibilidade e a afinação estava muito instável. O aluno mudava de expressão a cada instante.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno revelou que sentiu nesta sessão, mais tensão na cara. Referiu ainda que o apoio estava a custar muito mais e ao finalizar o exercício sentia os seus músculos mais tensos.</p>			

Aluno G	Sessão nº 3	Data: 27/3/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno no início da aula encontrava-se um pouco mais tenso pois estava preocupado com algumas atuações que iria acontecer ao longo da semana.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício de glissandos da página 27 do Método <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Afinador; Estante; Espelho; Método <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> de R. Dick.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Com aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário O aluno após a aplicação de técnicas de relaxamento ficou mais relaxado e com a cavidade oral mais ampla. Ao iniciar o exercício foi possível verificar uma maior centralidade dos lábios em relação ao porta-lábios. Ao executar os glissandos verificou-se também que a mobilidade da mandíbula e queixo estavam muito mais flexíveis. Esta flexibilidade permitiu ao aluno depois do glissando estabilizar a sua embocadura num ponto em que a sua afinação permaneceu estabilizada. Ao contrário do que foi verificado noutras sessões, o posicionamento da flauta parecia estável. As bochechas e a flauta conseqüentemente não tremeram. Na afinação do registo grave o aluno demonstrou uma boa abertura de boca, sem a presença de pressão nos músculos da testa (aspeto que o aluno fazia com regularidade). Na afinação do registo médio após o final do glissando verificou-se uma maior abertura da cavidade oral, com um lábio superior relaxado e mais estável. Em resultado disso verificou-se também um som mais aberto e limpo. Na afinação do registo sobreagudo teve tendência a fechar um pouco o que levou a uma instabilidade na afinação. Porém autonomamente ao longo do exercício procurou abrir mais. Quando abriu a cavidade oral foi possível verificar uma abertura maior da garganta e o relaxamento do lábio inferior, permitindo um posicionamento mais centrado dos lábios.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno não sentiu qualquer dor durante o procedimento. Apenas sentiu que teve mais domínio e flexibilidade na estabilização da afinação. Ficou feliz também com a qualidade do seu som, que por sua vez se encontrava mais limpo. O aluno quis ainda acrescentar que, ao contrário da sessão nº 2 em que não realizou técnicas de relaxamento, que desta vez não se sentia cansado no final do procedimento.</p>			

Aluno G	Sessão nº 4	Data: 8/5/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno sente-se constipado, referindo achar estar meio adoentado.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício de glissandos da página 27 - <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> - R. Dick</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Afinador; Estante; Espelho; Exercício de glissandos da página 27 - <i>El desarrollo del sonido mediante nuevas técnicas</i> - R. Dick.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Os lábios estavam esticados ligeiramente para cima. Na rotação da flauta para fora (norma exigida pelo exercício) o fluxo de ar era interrompido. Os cantos da boca ficavam mais pressionados quando iam para dinâmicas mais fortes. Os maxilares tremiam nos finais de frase, o que espelhava numa instabilidade no posicionamento da flauta. Em termos de respiração, o aluno mesmo com os fatores apresentados anteriormente, teve consciência de respirar melhor, abrindo mais a boca e deixando cair mais o queixo. No registo grave conseguiu estabilizar a afinação - porém com um som muito fino e delicado, revelando estar a fechar muito a garganta. Já no registo médio, por vezes ouvia-se som eólico (o que não era pretendido) e em termos de afinação ficava sempre ligeiramente alto. No registo sobreagudo franzia muito a testa e levantava as sobrancelhas. O registo estava também muito alto.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que como já tinha feito o exercício ao longo das semanas em casa já estava melhor, mas evidenciou que na aula teve vários momentos de pressões em excesso nos constituintes da região orofacial.</p>			

Aluno G	Sessão nº 5	Data: 15/5/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno encontrava-se com energia para a aula e sessão.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 12 da Página 30 do Método <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Afinador; Estante; Espelho; Método <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Com aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Nos primeiros minutos de prática, depois da aplicação das técnicas de relaxamento verificou-se uma maior flexibilidade nos constituintes orofaciais do aluno (lábios, língua, maxilas e garganta). A embocadura estava estável, não existindo mudanças, sem serem consideradas normais de adaptação, ao longo dos vários registos. Como tal, isto levou a que a afinação estabilizasse ao longo dos registos. No registo sobreagudo teve tendência a estar alto, mas não tanto como noutras sessões. O som estava mais cheio, amplo e associado a isto verificou-se uma boa gestão de ar. O aluno teve uma tendência de subir as pontas dos pés na passagem do registo médio para o registo sobreagudo. A última observação levava a que o suporte diafragmático ficasse instável e a afinação consequentemente ficasse alta. Depois de ser alertado, conseguiu estabilizar o posicionamento e equilibrar a afinação.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que nesta sessão teve mais controlo da afinação, em relação a outras sessões. Teve mais atenção à postura, apesar de por vezes de forma involuntária o seu corpo desequilibrar.</p>			

Aluno G	Sessão nº 6	Data: 29/5/2023	Procedimento A
<p>Observações O aluno estava com algumas irritações na pele. Estava preocupado que fosse varicela, pois nunca tinha tido e estava um grande surto na sua cidade. O mestrando desde logo mostrou preocupação e sugeriu ao aluno realizar a sessão noutra data. Contudo o aluno insistiu realizar a sessão pois mesmo assim, sentia-se confortável para a realização da mesma.</p>			
<p>Exercício a aplicar e execução do mesmo Exercício 12 da Página 30 do Método <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Recursos para a execução da aula Afinador; Estante; Espelho; Método <i>Check-up</i>, de Peter-Lukas Graf.</p>			
<p>Metodologias/Estratégias aplicadas Sem aplicação de técnicas de relaxamento orofacial.</p>			
<p>Observação direta do estagiário Voltou a verificar-se uma maior tensão no lábio superior, principalmente no lado esquerdo da boca. O aluno estava mais curvado nesta aula e teve tendência a marcar o tempo com o corpo, o que levou a uma instabilidade no suporte e consequentemente oscilação na afinação ao longo dos registos. Nos harmónicos mais agudos, teve sempre tendência a estar mais alto, em resultado de estar também a esticar em excesso o lábio superior. Foi verificado alguma tensão na testa principalmente quando executava o registo sobreagudo, porém não tanto como nas primeiras sessões/aulas. O aluno teve necessidade de parar a sessão e estabilizar a sua afinação fixa – devido a alguns desequilíbrios, pois o registo grave estava muito baixo em contraste com o registo sobreagudo que estava muito alto. O aluno ao longo de toda a sessão encontrava-se com muita saliva, o que em excesso também dificulta a articulação. Em termos de respiração, o aluno quando respirava, para quem o ouvia, parecia respirar mais em “a” do que a pensar na vogal “o”. Isto levava a que os músculos tivessem dispostos de maneiras diferentes e como tal, a cavidade não estava tão aberta. Ao passar do harmónico para a nota natural o aluno teve tendência a ficar alto, pois estava a apertar muito. Depois de alertado para abrir mais a boca e a relaxar conseguiu estabilizar.</p>			
<p>Observação do aluno sobre a sessão O aluno referiu que a sessão nº 5 foi mais acessível. Referiu ainda que teve mais facilidade em direccionar o ar. Na fase final desta sessão sentiu que correu melhor depois ter sido alertado para abrir mais a boca.</p>			