

1 INTRODUÇÃO

Ainda nos dias de hoje, poucos instrumentistas têm consciência clara de seus gestos, de sua postura e de sua movimentação corporal durante a performance de um instrumento musical. Mais ainda, muitos instrumentistas não consideram que isso seja importante. Esta falta de consciência corporal tende, ao longo do tempo, a gerar uma postura repleta de tensões que pode comprometer a qualidade da execução e a longevidade da carreira do músico.

Durante minha vida como instrumentista, tive várias dificuldades que representaram obstáculos para minha performance. A partir da auto-observação, da ajuda de flautistas mais experientes e de profissionais de saúde (EXERSER¹ - Núcleo de Atenção Integral à Saúde do Músico) consegui encontrar caminhos para superar muitas dessas dificuldades. O resultado obtido foi e tem sido satisfatório a ponto de me motivar a estudar mais profundamente esses problemas para que um maior número de flautistas possa ser beneficiado.

A falta de consciência corporal e os vícios de postura que dela decorrem geram muitos desconfortos físicos e dificultam o estudo e a performance da flauta. Partindo dessa premissa, procurei investigar a incidência dos desconfortos físicos que acometem os flautistas e suas repercussões no estudo e na performance.

¹ Núcleo de Atenção Integral à Saúde do Músico. Belo Horizonte. www.exerser.com.br

Para fundamentar esta investigação tomaremos como ponto de partida um estudo sobre a biomecânica² da postura e uma conceituação de postura saudável.

No capítulo 2 faremos uma conceituação de postura e todas as implicações ligadas a este conceito. Discute-se a definição de postura de uma forma geral. Definiremos o que é uma postura normal e sua biomecânica. A seguir, faremos um estudo sobre os desequilíbrios posturais mais frequentes buscando suas causas e conseqüências.

No capítulo 3 faremos a transposição dos assuntos tratados no capítulo anterior para o universo da performance da flauta. Faremos uma breve introdução histórica sobre a evolução da preocupação com a postura ao tocar flauta. A seguir, realizaremos um estudo sobre as alterações posturais mais frequentes decorrentes da performance da flauta.

No capítulo 4 trataremos do enfoque metodológico que será explicado e justificado. Optamos pela utilização de um questionário estruturado para obter os dados necessários para a pesquisa. Esse questionário foi enviado para flautistas brasileiros e estrangeiros. Ainda nesse capítulo analisaremos os dados obtidos através dos questionários, com base na fundamentação teórica exposta nos primeiros capítulos.

Esperamos que este trabalho possa contribuir para conscientizar os flautistas de que a consciência corporal durante o estudo e a performance é fundamental

² Biomecânica: ramo da biologia que se ocupa da aplicação das leis da mecânica às estruturas orgânicas vivas, especialmente ao sistema locomotor do corpo humano. Houaiss

para prolongar sua vida ativa como músicos. Uma reflexão fundamentada sobre os transtornos físicos mais comuns entre os flautistas poderá também servir como estímulo para estudos posteriores sobre este assunto ainda pouco investigado no meio musical.