

IV Jornadas Internacionais de Tunas: Livro de Resumos

JiT24

Editores

Clarisse Pais
Bruno Gonçalves
Vítor Gonçalves



IV JORNADAS
INTERNACIONAIS DE TUNAS | 03/24

abril de 2024

FICHA TÉCNICA

Título

IV Jornadas Internacionais de Tunas: livro de resumos

Editores

Clarisse Pais	Instituto Politécnico de Bragança
Bruno Gonçalves	Instituto Politécnico de Bragança
Vitor Gonçalves	Instituto Politécnico de Bragança

Tema

A necessidade de adaptação das Tunas aos novos tempos

Edição

Instituto Politécnico de Bragança

Editorial

Localidade: Bragança, Portugal
Fecho de edição: março de 2024
ISBN: 978-972-745-335-1
Handle: <http://hdl.handle.net/10198/29457>
URL: <https://jornadas.rausstuna.pt>
E-mail: jornadastmb@ipb.pt

Tuno que é tuno tem de saber cuidar da voz!

A Tuno who is a tuno must know how to take care of his voice!

Vera Sofia Carvalho Afonso¹, Diana Filipa Pinto Figueiredo², Bruno F. Gonçalves³

¹Instituto Politécnico de Bragança, Portugal, a36715@alunos.ipb.pt

²Instituto Politécnico de Bragança, Portugal, a44665@alunos.ipb.pt

³CIEB, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal, bruno.goncalves@ipb.pt

Resumo

Os membros integrantes de Tunas enfrentam desafios específicos no que toca à preservação da saúde vocal. A expressão artística das Tunas está intrinsecamente ligada à qualidade das vozes, tanto a nível individual como coletivo, sendo vital que os tunos adotem práticas que assegurem a durabilidade e eficácia da sua capacidade vocal. A voz, como instrumento principal, desempenha um papel central na identidade sonora da Tuna. Neste contexto, as técnicas de canto tornam-se relevantes, não só como ferramentas para aprimorar a qualidade musical, mas também como precauções contra possíveis danos à voz. Integrar práticas específicas durante os ensaios é fundamental, pois o objetivo vai além de uma performance musical cativante, procurando assegurar a sustentabilidade da saúde vocal. Considerando estes pressupostos, através desta pesquisa, os investigadores pretendem identificar um conjunto de técnicas úteis à preservação da saúde vocal. Para a concretização da pesquisa efetuou-se uma pesquisa bibliográfica no sentido de se responder ao objetivo investigativo definido. Os resultados sugerem que a prevenção de lesões e fadiga da voz surge como uma consideração crítica, estimulando práticas de moderação vocal e a implementação estratégica de períodos de repouso durante ensaios. Cuidados pessoais, como a atenção à hidratação e ao bem-estar físico e mental, são integrados como componentes essenciais para manter a saúde vocal em níveis ideais. Também as técnicas de respiração, aquecimento vocal e cuidado pessoal, são algumas das formas de preservar a voz, tal como evitar o esforço e reduzir ou eliminar o consumo do tabaco e excesso de álcool. Neste sentido, torna-se fundamental manter uma afinação precisa, realçando a ligação intrínseca entre a paixão pela música, o aprimoramento da voz e a preservação da saúde vocal. Isso assegura que as Tunas perpetuem a sua proeminência e êxito no cenário musical académico.

Palavras-Chave: Tuno, saúde vocal, sustentabilidade musical, sucesso académico.

Abstract

Tunas members face specific challenges when it comes to preserving their vocal health. Tunas' artistic expression is intrinsically linked to the quality of their voices, both individually and collectively, and it is vital that tunas adopt practices that ensure the durability and effectiveness of their vocal capacity. The voice, as the main instrument, plays a central role in the Tuna's sound

identity. In this context, singing techniques become relevant, not only as tools for improving musical quality, but also as precautions against possible damage to the voice. Integrating specific practices during rehearsals is fundamental, as the goal goes beyond a captivating musical performance, seeking to ensure the sustainability of vocal health. Taking these assumptions into account, the researchers intend to identify a set of useful techniques for preserving vocal health. In order to carry out the research, a bibliographical survey was carried out in order to respond to the defined research objective. The results suggest that the prevention of injuries and voice fatigue is a critical consideration, encouraging vocal moderation practices and the strategic implementation of rest periods during rehearsals. Personal care, such as attention to hydration and physical and mental well-being, are integrated as essential components for maintaining vocal health at optimal levels. Breathing techniques, vocal warm-ups and personal care are also some of the ways to preserve the voice, as are avoiding exertion and reducing or eliminating the consumption of tobacco and excess alcohol. In this sense, it is essential to maintain precise pitch, highlighting the intrinsic link between passion for music, improving the voice and preserving vocal health. This ensures that Tunas perpetuate their prominence and success on the academic music scene.

Keywords: Tuno, vocal health, musical sustainability, academic success.