

## **AÇÃO PIANÍSTICA E CONTROLE MOTOR. A PRÁTICA DE ESTRATÉGIAS TÉCNICAS NO ESTUDO DO REPERTÓRIO COM VISTAS À INTERDISCIPLINARIDADE: Movimento e Força da Gravidade <sup>1</sup>**

Marina Bortoluzzi Sobral<sup>2</sup>, Maria Bernardete Castelan Póvoas<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Vinculado ao projeto “Ação pianística, análise e coordenação motora - Aplicações Interdisciplinares na organização da prática e desempenho musical”

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Bacharelado em Música (Opção Piano) - Bolsista PROBIC

<sup>3</sup> Orientadora, Departamento de Música – CEART – bernardetecastelan@gmail.com

O trabalho de pesquisa aqui resumido está vinculado ao projeto Ação pianística, análise e coordenação motora – Aplicações Interdisciplinares na organização da prática e desempenho musical. Durante essa pesquisa, a análise fisiológica e conscientização dos movimentos tornaram mais evidentes a importância da interdisciplinaridade na academia e neste caso, na atuação pianística. Com o conhecimento acerca de minha própria estrutura fisiológica (o corpo humano), tornou-se mais fácil identificar e entender os aspectos envolvidos na produção de movimentos mais eficientes e os movimentos causadores de tensões e rigidez (SILVA, PÓVOAS2008).

O objetivo com a consciência corporal é evitar a rigidez ao invés de remediá-la com relaxamento. Um dos causadores da rigidez é o interrompimento forçado de um movimento, a energia se acumula no local, causando a tensão do músculo. “Força é a capacidade de um indivíduo mover uma massa (o seu corpo ou um engenho desportivo), ou ainda a capacidade de superar uma resistência ou de se opor através do trabalho muscular”. (ALVES, 2013, p.13) Por exemplo, se um movimento do braço iniciado de uma certa altura, em que este se move para baixo, aproveitando a energia gravitacional é de repente interrompido, “freado”, toda aquela energia que estava no movimento tem que ir para algum local, e esse local será, seguramente, o músculo. Com isso, uma solução é não interromper o movimento e procurar identificar padrões de movimentos que possibilitem evitar lesões e a obtenção de uma prática eficiente. “Ao se utilizar a combinação de certos músculos, nós nunca iremos nos tornar rígidos ou tensos” (SANDOR, 1981, pg.18). Identificar e aplicar esses padrões de movimentos necessários, que são as ferramentas para a prática pianística, para obter maior eficiência e expressividade sem gestos circulares “relaxantes” exagerados ou aplicação de força desnecessária nos dedos causando rigidez. Cada membro ou segmento corporal possui seu papel. Os dedos são os que estão em contato com o teclado, porém, as outras atividades das mãos, do antebraço, braço e ombros são as que ajudarão os dedos a completarem sua meta, seu objetivo.

No trecho música a seguir da parte do Piano I do Concertino do Ronaldo Miranda, o movimento de “queda livre” utilizando a força da gravidade e movimento circular do punho são necessários para a realização pianística de vários trechos. Onde há acordes com acento, se utiliza a força da gravidade para provocar o efeito requisitado do acento. Esse movimento e sua energia são iniciados durante a queda e transferirão para as teclas, produzindo o som e outra parte da energia será direcionada para um movimento circular do punho para a esquerda, em um leve desvio ulnar, para tocar a próxima tecla com o polegar. Depois o membro se ergue novamente com a posição inicial do punho alinhado com o antebraço para repetir o gesto sem interrupções do movimento e sem rigidez. Outro fato importante é a resistência das falanges

e articulações ao tocar o teclado após a queda do membro (braço), a fraqueza e/ou relaxamento destes pode causar lesões.

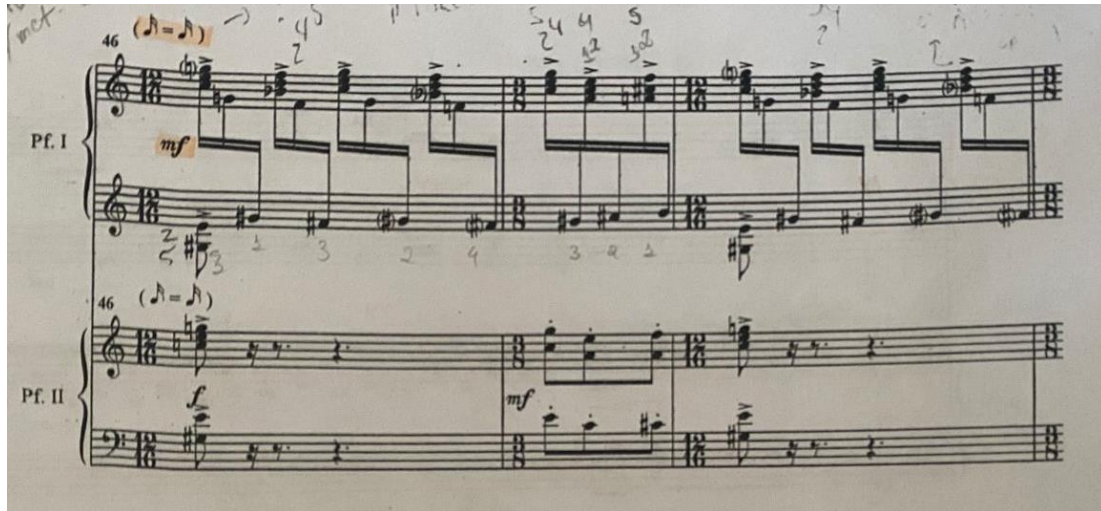


Figura 1. Concertino (Ronaldo Miranda), compassos 46-48).

O movimento de queda livre consiste na mão na forma ideal de descanso sobre teclas, alinhada como antebraço e este, perpendicular ao braço. Para os dedos caírem em uma linha vertical reta, deve-se ativar o braço e ombro. O ombro tem como finalidade levantar o braço, guiá-lo e controlar seu peso.

A compreensão de como são executadas as atividades sincronizadas dos dedos, mãos e braços, entendendo os movimentos básicos como os movimentos horizontais e verticais dos dedos, ou circulares da mão, são essenciais para o caminho da alta eficiência dos movimentos. A compreensão do contexto da prática instrumental unidas a interdisciplinaridade levam a um melhor entendimento das ações e, conseqüentemente, a um desempenho mais eficiente com conscientização corporal e otimização do tempo.

**Palavras-chave:** Força muscular, movimento, prática pianística.