

**ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO**  
**PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

# OFICINA USO MICROFONE

**Princípios básicos de impostação de voz, interpretação,  
leitura dinâmica e utilização de microfone**



# **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO** **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

## **1 - CONCEITOS DE COMUNICAÇÃO DE MASSA**

A **comunicação existe**, desde que existe a humanidade e ela ocupa um lugar de destaque na vida do ser humano, tanto que evolui de acordo com a evolução do homem.

Nos dias atuais e dentro do contexto de nosso encontro, queremos destacar a comunicação de massa, ferramenta da qual nos utilizamos para levarmos a mensagem de CRISTO aos nossos ouvintes.

Dentro da comunicação de massa podemos destacar: o rádio, a televisão, os sistemas de som, o jornal e revistas, a Internet etc..

Mas neste segmento vamos nos concentrar mais na comunicação falada.

## **2 - FERRAMENTAS DA COMUNICAÇÃO FALADA**

Como em todo trabalho que se desenvolve, quando conhecemos bem as ferramentas que utilizamos para realiza-lo, tudo se torna mais fácil.

Para uma **boa comunicação** falada precisamos de alguns elementos básicos e já bastante conhecidos de todos nós. São eles: boa voz, boa dicção, leitura dinâmica, boa interpretação, boa disposição física e mental, domínio do assunto e um bom equipamento de som (nos casos de comunicação coletiva ).

## **3 - VOZ**

Em linhas gerais, o termo **VOZ** está relacionado às vibrações laríngeas, com contribuição dos ressonadores. Do ponto de vista do ouvinte, o termo incorpora impressões gerais, que distinguem as vozes dos diferentes indivíduos. Pode-se considerar que a voz revela a personalidade e o estado de espírito das pessoas.

Além de se ter uma boa voz, é necessário **saber prepara-la** para o trabalho.

É indispensável executar as seguintes observações antes de qualquer trabalho: As **cordas vocais** devem estar aquecidas, a **musculatura abdominal** deve estar preparada para flexionar o diafragma, os pulmões devem estar saudáveis e limpos, ( evite fumar ou ingerir bebida alcoólica antes de falar em público ).

## **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO** **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

Nunca se deve falar com os músculos da laringe relaxados; imposte a voz. **Impostar a voz** é obter o máximo rendimento ou intensidade vocal, com o menor esforço.

Adquira o hábito de falar no tom correto e evitar notas extremas.

Procure fazer com que a **ressonância** ocorra na máscara da face, nem no nariz, nem na garganta.

Não force a voz, fale com **volume** médio, na medida da necessidade aumente o volume, mas dentro dos limites possíveis.

Adquira hábitos corretos de **respiração**.

Adquira correta coordenação e adaptação da articulação com a respiração.

**Nunca fale ou leia longos trechos no mesmo tom.** Durante a leitura de um texto, sua voz deve modular em diversos timbres. Essa modulação ajuda na compreensão e torna a tarefa de ouvir mais agradável.

Com o auxílio de um gravador, você poderá detectar problemas em sua voz que poderão ser facilmente resolvidos com simples exercícios.

Não se assuste, nossa própria voz que estamos acostumados a ouvir é resultado de ressonâncias ambientais e internas das cavidades ósseas, portanto não é a mesma voz que seu ouvinte ouve. Quando você ouve sua voz gravada, está ouvindo a mesma voz que as outras pessoas estão acostumadas a ouvir de você, aí então você terá um bom parâmetro para criticar e ou corrigir suas falhas.

### **4 - BOA DICÇÃO**

Aquele que se propõe a ler ou falar em público deve ser acima de tudo consciente de suas limitações. Um **bom leitor** ou **bom orador** deve observar se tem uma boa dicção. A dicção é um dos fatores responsáveis pela boa compreensão do texto que se está dizendo. Muitos problemas de dicção são facilmente corrigidos com simples exercícios fonéticos. Um bom fonoaudiólogo pode nos ajudar a resolver esses problemas. A sonoridade da voz de quem fala ao microfone deve ser agradável aos ouvintes.

Antes de iniciar qualquer trabalho com sua voz, utilize algumas técnicas de **aquecimento** para as cordas vocais (como vocalizes) e relaxamento para a musculatura da face.

# **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO**

## **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

### **5 - FRASES ESPECIAIS**

- 1 – O prestidigitador prestativo e prestatário está prestes a prestar a prestidigitação prodigiosa e prestigiosa.
- 2 – a prataria da padaria está na pradaria prateando prados prateados.
- 3 – As pedras pretas da pedreira de Pedro pedreiras são pedregulhos com que Pedro apedrejou três pretas prenhes.
- 4 – quero que o clero preclaro aclare o caso de Clara e declare que ela se engana no que clama e reclama.
- 5 – O cricrilar do grilo é devido ao atrito de seus élitros.
- 6 – fraga deflagra um drible, Franco flanqueia o campo, o povo se inflama e enfrenta o preclaro júri, que declara grave o problema.
- 7 – Três pratos de trigo para três tigres tristes.
- 8 – Se o arcebispo de Constantinopla que se desarcebispoconstantinopolizar, quem desarcebispoconstantinopolizar o arcebispo de Constantinopla, um bom desarcebispoconstantinopolizador ficará.
- 9 – Um pinto dentro da pia, pia quando a pia pinga, Se a pia pinga, o pinto pia. E o pinto dentro pia, piando a entupia...

### **6 - LEITURA DINÂMICA**

Não é necessário ser um expert em leitura dinâmica para se fazer uma boa leitura em público, mas é sempre bom conhecermos alguns métodos que nos ajudarão nessa tarefa.

Antes de apresentarmos um texto ao público é indispensável que o leiamos quantas vezes forem necessárias para que possamos compreendê-lo. Se você não compreende o que está lendo, como é que pode imaginar que quem o ouve o faça?, devemos ensaiar e repetir várias vezes aqueles frases ou aqueles que possamos ter dificuldades de pronunciar.

Com um pouco de empenho e alguns exercícios poderemos nos utilizar desta ferramenta que é altamente utilizada por comunicadores de massa como: locutores, atores, políticos etc...

Com conhecimento de causa, ainda que superficial, e depois do texto ensaiado, como já dissemos anteriormente, devemos nos concentrar no texto de forma que enquanto falamos a 1ª linha, simultaneamente estamos memorizando a 2ª. Parece coisa de maluco, mas não é, é assim que no rádio, na televisão ou frente ao público, podemos ler um texto nunca anteriormente visto, sem que o espectador descubra que estamos alheios àquele assunto.

# **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO** **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

## **7 - BOA INTERPRETAÇÃO**

A interpretação aqui em questão não é apenas aquela que aprendemos nas aulas de português, que trata-se da compreensão do texto. Compreender o texto é muito importante, mas quando falamos de interpretação estamos nos referindo também a fazer-se compreender e para que isso ocorra é necessário algumas observações antes de apenas, frente ao microfone, lermos o que está escrito.

Depois do texto compreendido, nossa tarefa é nos fazer compreender aos nossos ouvintes, então lembre-se:

Respeite corretamente a pontuação, os sinais gráficos contidos no texto, são formas que o escritor tem para se fazer compreender, portanto o leitor deve respeitá-las, mas em muitas situações e sentindo apto para tanto, modifique a pontuação, se isso facilitar sua compreensão.

Respeite as pausas, elas tem os importantes papéis de: aliviar o aparelho respiratório, facilitar a decodificação da mensagem e de facilitar o bom aproveitamento das idéias transmitidas.

De o devido valor ou importância a cada palavra ou cada frase, conforme o peso do conteúdo do texto. Fique atento, uma única palavra pode revelar várias intenções, dependendo de como ela é dita durante a leitura.

Seja um pouco ator ou atriz enquanto interpreta, isso o ajudará a contagiar a platéia.

Fale ou leia sempre com um bom ritmo; não atrole as idéias mas também não seja lento para não causar desinteresse ao ouvinte. A velocidade imprimida na leitura de um texto não deve ser decidida pelo estado de espírito do leitor no momento da leitura, mas sim pelo conteúdo do próprio texto.

A timidez e a inibição são os inimigos número um da comunicação. Quando falar em público mantenha sua cabeça ereta, coloque-se em posição de sentido, fale preferencialmente olhando em direção ao espectador. (depois de um pouco de treino isso será possível).

# **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO**

## **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

### **7.1 - EXEMPLOS DE INTERPRETAÇÃO**

Uma mesma frase pode ter sentidos diferentes, dependendo da interpretação dada por quem a fala. E podem merecer respostas diferentes.

- A – O amigo vai hoje a cavalo, à cidade, com seu filho?  
- Não, mando o criado.
- B – O amigo vai hoje a cavalo, à cidade, com seu filho?  
- Não, irei amanhã.
- C – O amigo vai hoje a cavalo, à cidade, com seu filho?  
- Não, irei a pé.
- D – O amigo vai hoje a cavalo, à cidade, com seu filho?  
- Não, vou ao campo.
- E – O amigo vai hoje a cavalo, à cidade, com seu filho?  
- Não, vou só.
- F – O amigo vai hoje a cavalo, à cidade, com seu filho?  
- Não, vou com o filho do compadre zeca.

### **7.2 - EXEMPLOS DE INTERPRETAÇÃO**

Leia a frase abaixo de várias formas, de acordo com o significado entre parênteses:

- A – Eu ‘fui a cidade ( respondendo a pergunta : onde você foi? )
- B – Eu fui a ‘cidade ( respondendo a dúvida sobre sua ida à cidade)
- C – ‘Eu fui a cidade ( respondendo a pergunta: quem foi a cidade? )

Leia a frase seguinte, acentuando e enfatizando a palavra de valor, que é precedida pelo sinal ‘ :

- A – ‘Deus fez o mundo em seis dias e no sétimo descansou.
- B – Deus ‘fez o mundo em seis dias e no sétimo descansou.
- C – Deus fez o ‘mundo em seis dias e no sétimo descansou.
- D – Deus fez o mundo em ‘seis dias e no sétimo descansou.
- E – Deus fez o mundo em seis dias e no ‘sétimo descansou.
- F – Deus fez o mundo em seis dias e no sétimo ‘descansou.

Leia as seguintes frases e enfatize diferentes palavras de valor, mudando assim, o seu significado:

- A – Maria minha empregada ainda não chegou.
- B – Roberto nosso pequeno gato preto morreu.
- C – Você vai para o Rio amanhã.
- D – João o irmão de Tomas esteve lá ontem depois da meia-noite.

**ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO**  
**PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

**7.3 - Fernando Sabino**

**CONVERSORINHA MINEIRA**

É bom mesmo o cafezinho daqui meu amigo?

**Sei dizer não senhor, não tomo café.**

Você é o dono do café e não sabe dizer?

**Ninguém tem reclamado dele não senhor...**

Então me dá um café com leite, pão e manteiga.

**Café com leite só se for sem leite.**

Não tem leite?

**Hoje, não senhor.**

Por que hoje não?

**Porque o leiteiro não veio.**

Ontem ele veio?

**Ontem não.**

Quando é que ele vem?

**Tem dia certo não senhor. Às vezes vem, às vezes não vem, Só que no dia que devia vir em geral não vem.**

Mas ali fora está escrito "Leiteria"!

**Ah, isto está sim senhor.**

Quando é que tem leite?

**Quando o leiteiro vem.**

Tem ali um sujeito comendo coalhada, é feita de que?

**O que: coalhada? Então o senhor não sabe de que é feita a coalhada?**

Está bem, você ganhou, me trás um café com leite sem leite. Escuta uma coisa: como é que vai indo a política aqui na sua cidade?

**Sei dizer não senhor: não sou daqui.**

E há quanto tempo você mora aqui?

**Vai para uns quinze anos. Isto é, não posso garantir com certeza: um pouco mais, um pouco menos.**

Já dava para saber como vai indo a situação, não acha?

**Ah, o senhor fala da situação? Dizem que vai bem.**

Para que partido?

**Para todos os partidos, parece.**

Eu gostaria de saber quem é que vai ganhar a eleição aqui.

**Eu também gostaria. Uns falam que é um, outros falam que é outro, nessa mexida...**

E o prefeito?

**Que é que tem o prefeito?**

Que tal é o prefeito daqui?

**O prefeito? É tal qual eles falam dele.**

Que é que falam dele.?

**Dele? Uai, esse trem todo que falam de tudo quanto é prefeito.**

Você com certeza já tem candidato.

**Quem, eu? Estou esperando as plataformas.**

Mas tem ali o retrato de cidadão dependurado na parede, que história é essa?

**Aonde, ali? Gente: penduraram isso aí...**



# **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO**

## **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

### **8 - BOA DISPOSIÇÃO FÍSICA E MENTAL**

Antes de ir a público efetuar qualquer trabalho, lembre-se que sua expressão é resultado de seu estado de espírito. No dia anterior cuide-se bem, durma cedo, levante cedo e faça seus exercícios de vocalize e relaxamento facial, ensaie o texto várias vezes, não coma demais, caminhe um pouco, pense somente em coisas boas, prepare-se psicologicamente.

### **9 - EQUIPAMENTO A SER UTILIZADO**

É de fundamental importância que o equipamento a ser utilizado seja adequado ao trabalho ao qual nos propomos a fazer.

Cada equipamento tem uma aplicação específica.

As **mesas de som** devem ser ajustadas de acordo com cada ambiente; num ambiente de grande reverberação, como é o caso da maioria das igrejas, não devemos trabalhar com altos níveis de volume, isso faz com que o som emitido pelas caixas acústicas reverbere no ambiente e volte ao microfone multiplicando este efeito. Num ambiente como esses devemos espalhar o maior número de caixas acústicas possíveis e trabalharmos com o menor nível possível, fazendo com que o som chegue a todos os pontos pretendidos sem intensidade suficiente para reverberar nas paredes e causar o desagradável efeito de reverberação ambiental.

Os **controles de graves, médios e agudos** ( equalizador ) nunca devem ser travados num mesmo ajuste para diversas utilizações. Eles existem na parte externa da mesa, justamente para serem operados conforme as necessidades. Existem equipamentos específicos que prestam grande colaboração nesses ajustes como: decibelímetro, frequencímetro, analisador de spectrum etc...um tratamento acústico apropriado ao ambiente também é de grande valia para termos um som agradável, mas na maioria dos casos, nas igrejas, não temos acesso a nenhum desses recursos e tampouco a profissionais capacitados para nos orientar sobre o assunto, tudo isso custa caro e nossos recursos são sempre limitados. Essas limitações nos obriga a caminhar com nossas próprias pernas, o que nos coloca, muitas vezes, em situações delicadas, mas por outro lado faz com que nos enteressemos pelo assunto e, sejamos honestos, muitas vezes até que nos damos bem. Ler publicações sobre o assunto, trocar idéias com amigos, fazer experiências fora dos horários de missa, também pode enriquecer nossos conhecimentos.



## **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO** **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

A régua de equalização da mesa deve ser ajustada conforme o ambiente, o tipo de microfone e a voz de cada leitor. É por esse motivo que em show's e grandes apresentações a mesa de som é instalada sempre no meio do público, porque o operador (sonoplasta), aquele que cuida da plástica do som, está sempre efetuando correções, conforme as necessidades de cada momento.

Algumas **mesas de som** são equipadas com o "vu meter" instrumento de grande utilidade que nos mostra os níveis do pacote de saída, através dele podemos saber se o nível do nosso sinal está baixo ou distorcendo, independente do que estamos ouvindo. Outro dispositivo de grande valia nas mesas de som é o controle de "trim" normalmente localizado no alto de cada régua de entrada, ele é o responsável pelo ajuste do nível de entrada da mesa antes do primeiro pré amplificador, o indicador de "overload" nunca pode trabalhar aceso, quando isto acontecer, feche o "trim" até o overload apagar e compense o volume até o "vu meter" indicar zero db, através fader principal da régua de mixagens

### **10 - MICROFONIA**

Muitas vezes nos deparamos com a terrível "MICROFONIA", aquele apito terrível que incomoda a todos que se encontra no recinto. A microfonia é resultado do excesso de volume de um ou mais microfones. Um som ambiental ou até mesmo a própria deslocção de ar entra pelo microfone, é amplificado e sai nas caixas com uma intensidade maior que a desejada, capaz de chagar de volta ao microfone e ser amplificada novamente, causando um circulo sonoro que nosso cérebro identifica como apito. Basta descobrir qual microfone está com excesso de volume e diminui-lo ligeiramente, o problema será resolvido.

### **11 - OS TRANSDUTORES ELETROACÚSTICOS ( MICROFONES )**

A **família dos microfones**, ferramenta que praticamente todos utilizam, a grande, cada microfone é recomendado pelo fabricante para uma utilização específica. Há microfones apropriados para captação de sons de instrumentos musicais, para captação sons ambientes, para captação vozes humanas cantantes e falantes, cada qual dirigido a sua finalidade. Bom seria se na realidade de nossas paróquias nós pudéssemos contratar um especialista para analisar nosso ambiente e indicar-nos o equipamento correto que atenda nossas necessidades, mas esse é uma situação utópica nas igrejas. Mas a falta desse profissional não pode nos deixar sem o som nosso de cada dia, então vamos conhecer um pouco sobre os 03 irmãos mais famosos da família dos microfones. Se tivermos uma noção, ainda que superficial, do funcionamento desses equipamentos, poderemos resolver vários problemas no som de nossas igreja.

## **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO** **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

Existem basicamente **dois tipos microfones**: o “DINÂMICO e o CAPACITIVO (ou condensador)”.

Os **microfones dinâmicos** são geradores de energia elétrica, transformando o som (energia sonora ) em áudio ( energia elétrica ).

Já os **microfones capacitivos** requerem uma alimentação externa, muitas vezes fornecida através de pilhas. Esses microfones, ao contrário dos dinâmicos, não geram energia, mas modulam a energia das pilhas conforme a incidência sonora em sua

película. Eles são altamente sensíveis e pouco recomendados para ambientes com altos níveis de reverberação. Os mais recomendados para igrejas são os dinâmicos.

A família dos microfones dinâmicos é dividida em três grupos: “CARDIÓIDE, SUPERCARDIÓIDE E HIPERCARDIÓIDE”, esses títulos não referem-se a marcas ou modelos de microfones, mas sim ao seu ângulo de captação.

Os microfones cardioides ( omnidirecionais) tem seu ângulo de captação no formato de um coração, por isso o nome cardióide.

Obedecendo este mesmo formato na captação ( coração ) temos os supercardioides (mistos) com sua captação ligeiramente dirigida ao centro de sua capsula e os hipercardioides, chamados direcionais, com a captação totalmente dirigida ao centro da cápsula.

### **12 - UTILIZAÇÃO DO MICROFONE**

Agora que conhecemos um pouco mais sobre nossos amigos, podemos falar de sua utilização na prática.

Ajustes, captação de informações, testes, nunca devem ser feitos com a igreja cheia; se você é o responsável pelo som ou conhece o responsável, procure alinhá-las suas máquinas com a igreja vazia isso evita constrangimentos ao pessoal do som e às pessoas que foram até lá com o intuito de participar da missa ou da reunião.

Quando falamos ao microfone devemos procurar respeitar suas características, nosso posicionamento diante deste equipamento depende de uma prévia análise. Normalmente os microfones trazem escrito em seu corpo a que grupo ele pertence. Através desta informação saberemos como nos comportar diante dele.

## **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO** **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

Microfones devem funcionar sempre no pedestal, nunca na mão, isso evita ruídos provocados pelos movimentos do cabo e ajuda a manter a uniformidade do som durante a celebração.

Um grande vilão e motivo de grandes críticas aos leitores é o chamado “puff”. Este é um efeito que ocorre devido a aplicação de excesso de ar sobre a membrana do microfone, como ele é um gerador de energia, uma pressão súbita sobre sua membrana resulta na geração de uma tensão súbita em sua saída. É necessário que, ao falar no microfone, mantenhamos uma distância média a ponto de conseguirmos um bom resultado sonoro sem que os indesejáveis “puffs” aconteçam.

Encher os pulmões e pressionar o diafragma antes de começar a falar e controlar o volume de ar que emitimos enquanto falamos aliado ao controle de distância do microfone nos possibilita um ótimo resultado sonoro. Se emitirmos excesso de ar enquanto falamos além de provocar puff's, atrapalhamos a interpretação do texto, geramos ruído frente ao microfone e desperdiçamos uma matéria prima importantíssima para nosso trabalho, o ar perdido no puff nos fará falta mais tarde, em outro ponto do texto. Respire sempre levemente, procure desviar a boca e o nariz do microfone enquanto respira, o fluxo de ar passando pelas narinas provoca um alto nível de ruído.

Procure encontrar pontos de respiração no texto e não respirar simplesmente quando sentir necessidade, isso facilitará a compreensão do texto e lhe dará fôlego para chegar ao final do texto com sucesso.

### **13 - DICAS QUE PODEM SER BASTANTE ÚTEIS**

- 1 – Fale naturalmente, controle a emissão vocálica modulando sua voz adequadamente. Não force a expressividade.
- 2 – Treine bastante sua fala ao microfone. Acostume a ouvir e gostar de sua própria voz. Grave textos e ouça sua voz várias vezes.
- 3 – Fale utilizando técnicas corretas de respiração, respeitando a pontuação.
- 4 – Use linguagem adequada à seus ouvintes.
- 5 – Seja objetivo, utilizando um vocabulário rico e efetivo, a fim de não desperdiçar tempo.
- 6 – Articule bem todos os sons.
- 7 – Se cometer algum erro, não chame atenção para o fato. Tenha bom humor e continue.
- 8 – Faça exercícios de “relaxamento” dos órgãos fono-articulatórios como “aquecimento”.
- 9 – Evite o fumo, bebidas geladas, “forçar a voz”, sereno, umidade ( cuide de sua voz).
- 10 – ( ***evite o improviso*** ) Use o improviso apenas quando necessário.
- 11 – Ensaie o texto antes de ler, Conheça o assunto sobre o qual você irá falar. Faça um esquema previamente ( roteiro ).

## **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO**

### **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

#### **14 - REGRAS SIMPLES QUE CADA UM PODERIA SEGUIR**

Há certas medidas gerais que cada um de nós poderia tomar, para ter uma boa voz e desenvolver suas qualidades positivas. São regras simples que nos ajudariam a manter nossa voz boa e forte e a protegê-la de abusos físicos. Tente seguir estas seis sugestões e você terá sua voz resguardada, forte e sadia.

**1** – Mantenha sempre sua cabeça ereta quando fala. Lembre-se disso especialmente quando você fica no telefone. Mães e pais deveriam ter o cuidado de fala assim com seus filhos. Advogados, Políticos, Professores, Vendedores, etc..., deveriam lembrar disso quando falam. A razão é que quando você fala, a laringe se eleva, e se você inclina a cabeça para um lado ou para baixo, pressiona a laringe. Esta posição também interfere na respiração e causa grande tensão. Há sempre meios de manter sua cabeça ereta enquanto fala. Quando você fala em público e precisa ler, você pode olhar para o papel e depois levantar a cabeça e falar.

**2** – Sempre deixe seu abdômen se mover livremente. Um cinto ou cinta apertados poderia interferir na respiração abdominal que é necessária para melhor uso da voz. Não use um colar que aperte a laringe. Comer muito atrapalha sua respiração, por isso como pouco quando você tiver que falar muito em seguida.

**3** – No lugar de pigarrear ou tossir, tente engolir fazendo uma pausa e respirando profundamente. Se você não puder evitar de pigarrear, faça isso o mais leve possível, sem sonoridade, particularmente se você já tem problema de voz.

**4** – Tente manter sua boca fechada quando você está fora, no frio ou na neblina. Quando você precisar falar, esteja certo de abrir a boca bastante, porque o trincamento dos dentes causa tensão.

**5** – Evite falar muito quando você está cansado, quando sua garganta está seca ou quando você está raivoso. Se você sabe que está sob tensão emocional, tente não conversar muito. Você deve também evitar falar muito depois de ter tomado alguns drinks, pois sua laringe torna-se dessensibilizada e você prejudica sua voz, embora emita melhor alguns sons. Isto é uma ilusão, da mesma maneira que parecem benéficas as pastilhas, os gargarejos, os sprays. Estes podem ser usados para infecções específicas.

**6** – Quando você tem que falar sob constante barulho, num subway, num carro, ou simplesmente numa rua, tente descansar sua voz freqüentemente. Se você trabalha numa fábrica, num departamento de vendas, perto de aviões ou em lugares barulhentos, você deve descansar sua voz um mesmo período, durante o dia ou à noite, para compensar o esforço. Por exemplo: uma precaução que um cantor deveria tomar, seria não falar durante o dia, se ele for cantar a noite.

# **ARQUIDIOCESE DE RIBEIRÃO PRETO** **PASTORAL ARQUIDIOCESANA DE COMUNICAÇÃO**

## **Índice:**

- 1 – Conceitos de comunicação de massa
- 2 – Ferramentas da comunicação falada
- 3 - Voz
- 4 – Boa dicção
- 5 – Frases especiais
- 6 – Leitura dinâmica
- 7 – Boa interpretação
  - 7.1 - Exemplos de interpretação
  - 7.2 - Exemplos de interpretação
  - 7.3 - Fernando Sabino
- 8 – Boa disposição física e mental
- 9 – Equipamento a ser utilizado
- 10 - Microfonia
- 11 – Os transdutores eletroacústicos ( MICROFONES )
- 12 - Utilização do microfone
- 13 - Dicas que podem ser bastante úteis
- 14 - Regras simples que cada um poderia seguir

## **Coordenadores:**

Márcio Smiguel Pimenta [arquidioceserp@netsite.com.br](mailto:arquidioceserp@netsite.com.br)  
José Geraldo Marcão (Gera) [gerabignose@bol.com.br](mailto:gerabignose@bol.com.br)  
Layr Luchesi Júnior [luchesi jr@terra.com.br](mailto:luchesi jr@terra.com.br)

## **Realização:**

Arquidiocese Ribeirão Preto

R. Tibiriça, 879 – Centro –  
Cx.Postal 105  
14001-970 - Ribeirão Preto – SP

Fone/Fax (16) 610.8477 – 610.1288  
[arquidioceserp@netsite.com.br](mailto:arquidioceserp@netsite.com.br)