



## INFLUÊNCIA DA POSTURA NA EMISSÃO VOCAL DE CANTORES

Anna Luiza de Castro Santos  
Giovanna Frantz  
Rachel Schettert de Camargo

### Resumo

**Introdução:** A postura é resultado da disposição equilibrada dos segmentos corporais, sendo fundamental para minimizar a sobrecarga nos músculos e articulações. Os desvios posturais, principalmente da coluna cervical, podem impactar negativamente a posição do osso hióide e da laringe, causando desconfortos, além de potencialmente causar comprometimentos vocais.

**Justificativa:** As alterações da curva cervical, a anteriorização da cabeça, alterações da coluna torácica e lombar podem influenciar diretamente na emissão e qualidade de voz.

**Objetivos:** Verificar as principais alterações posturais e sua influência na qualidade da voz em cantores, por meio de uma revisão de literatura.

**Metodologia:** Foi realizada uma pesquisa bibliográfica nas bases de dados SciELO e PubMed, em artigos publicados no período de 2008 a 2024, utilizando os descritores postura, cantores e voz, bem como os termos em inglês *posture*, *singers* e *voice*.

**Resultados:** Inicialmente foi realizada uma leitura dos abstracts dos artigos encontrados, foram excluídos aqueles que não apresentavam correlação com o tema da pesquisa, os textos incompletos e os artigos duplicados. Após, foi realizada uma leitura minuciosa dos artigos na íntegra, onde foram identificadas as principais alterações posturais em cantores. Os dados foram organizados em tabelas utilizando o *Microsoft Excel* e analisados por meio de estatística descritiva.

**Conclusões:** Foram identificados 70 artigos no total, dos quais 44 foram encontrados na base de dados PubMed com os descritores *posture AND singers*, sendo que 40 artigos foram excluídos pelos seguintes critérios: textos incompletos, artigos duplicados ou por não se alinharem ao tema da pesquisa. Na base de dados SciELO, utilizando os descritores *posture AND voice*, foram encontrados 26 artigos, onde 19 artigos foram excluídos pelos critérios de exclusão. Vale ressaltar que na base de dados Scielo, não foram encontrados artigos com os descritores em inglês e português. Portanto, foram selecionados 9 artigos, onde as principais alterações da coluna vertebral foram a anteriorização da cabeça e a hiperfíose torácica.

**Conclusão:** Os artigos analisados evidenciam a importância da postura na emissão vocal, visto que ela interfere no posicionamento da laringe devido aos músculos intrínsecos e extrínsecos, revelando que uma postura ereta e equilibrada é ideal para evitar tensões desnecessárias e garantir uma boa projeção vocal. Alguns artigos complementam a relação do tipo respiratório e a postura. O fisioterapeuta é o profissional apto a realizar o alinhamento postural, combinando suas técnicas de alongamentos, terapias manuais com trações e as mobilizações com o principal objetivo de corrigir e fornecer um equilíbrio muscular.

**Palavras-chave:** Postura; voz; fisioterapia; cantores.