

Cuide de sua postura!

Diversos tipos de acessórios que podem ajudar a tocar melhor e também evitar problemas de saúde
por Álvaro Henrique

Para tocar numa postura ergonômica, vários violonistas recorrem ao uso de acessórios. Além do banquinho, há vários apoios à venda, e no Brasil há um número maior de empresas fabricando esses produtos — mesmo que ainda tímido. Um velho conhecido, a correia, está diferente do que a maioria conhece. Com tantas opções no mercado, elaboramos um pequeno guia.

Em vez de comentar sobre cada modelo disponível, agrupamos os que apresentam similaridades. É possível que um violonista sinta-se confortável com um acessório e extremamente desconfortável com outro do mesmo grupo, portanto recomendamos que o músico esteja sempre aberto para testar modelos diferentes. Todos os acessórios comentados foram testados pelo autor.

BANQUINHO

Pode ser utilizado para apoiar o violão tanto na perna direita quanto na esquerda. Fácil de encontrar em diversas lojas de música. Com um modelo de muitas regulagens é possível tocar com igual conforto em cadeiras de várias alturas. No entanto, mesmo com uma boa postura, pode levar a dores na musculatura das costas, pois tocar sempre com um pé acima do outro tensiona um lado dos músculos mais que o outro.

Violonistas que utilizam: Turíbio Santos (atualmente na perna direita), Gilson Antunes.



O violonista madrileno **DIONÍSIO AGUADO** foi o primeiro a se apresentar com um apoio diferente do convencional banquinho. Chamado de 'tripodion' ou 'Máquina de Aguado', consistia basicamente de um suporte com três pés, dotado de dois braços de metal que seguravam firmemente o violão, com o propósito de livrá-lo do contato com o corpo do executante.



APOIO COM PEÇAS DE METAL EM L

Consiste numa armação de metal, normalmente com peças em L, unidas por um pano e que se aderem ao violão por ventosas. A regulagem de altura se dá mudando o comprimento do pano e alterando o ponto em que a ventosa toca a lateral do violão. Deixa o violão bastante estável, porém as ventosas precisam ser limpas e trocadas com frequência para aderir bem ao instrumento. Funciona melhor com a coxa paralela ao solo, ou seja, em cadeiras cujo assento têm aproximadamente a altura do joelho do violonista. Em cadeiras mais altas, talvez seja necessário usar



antiderrapantes ou um banquinho bem baixo para evitar que o apoio escorregue. Permite que os dois pés fiquem no chão, relaxando a musculatura das costas. Mais indicado para apoiar na perna esquerda. Tende a deixar o violão na diagonal.

Marca mais conhecida: A-frame.

No Brasil: www.judsoncastro.mus.br.

Violonistas que utilizam: Everton Gloeden, Graça Alan.

APOIO COM PEÇA ÚNICA E VENTOSA

Uma peça de plástico, madeira ou metal que se adere ao violão numa única ventosa. Alguns modelos que se doblam e podem ficar no violão mesmo guardado no case, como o Gitano, costumam ser firmes. Funciona melhor numa cadeira na altura do joelho do músico. Apresenta um nível de estabilidade similar ao banquinho. Permite tocar com os pés no chão. Pode ser usado para apoiar o violão nas duas pernas. Tende a deixar o violão na diagonal.

Marcas mais conhecidas: Gitano e Efel.

No Brasil: Begut modelo anatômico (www.begut.com).

APOIO COM VENTOSAS E PEÇA FIXA COM REGULAGEM DE ALTURA

Peça única, apenas com regulagem de altura. O violão fica muito estável. As ventosas precisam ser limpas e trocadas com frequência. Recomendado para apoiar na perna esquerda. Possibilidade de regulagem limitada. Alguns modelos, como o Begut, podem ser utilizados em ambas as pernas.

Marca mais conhecida: Ergoplay (modelos Tappert e Troesster).

No Brasil: Begut modelo articulado (www.begut.com).

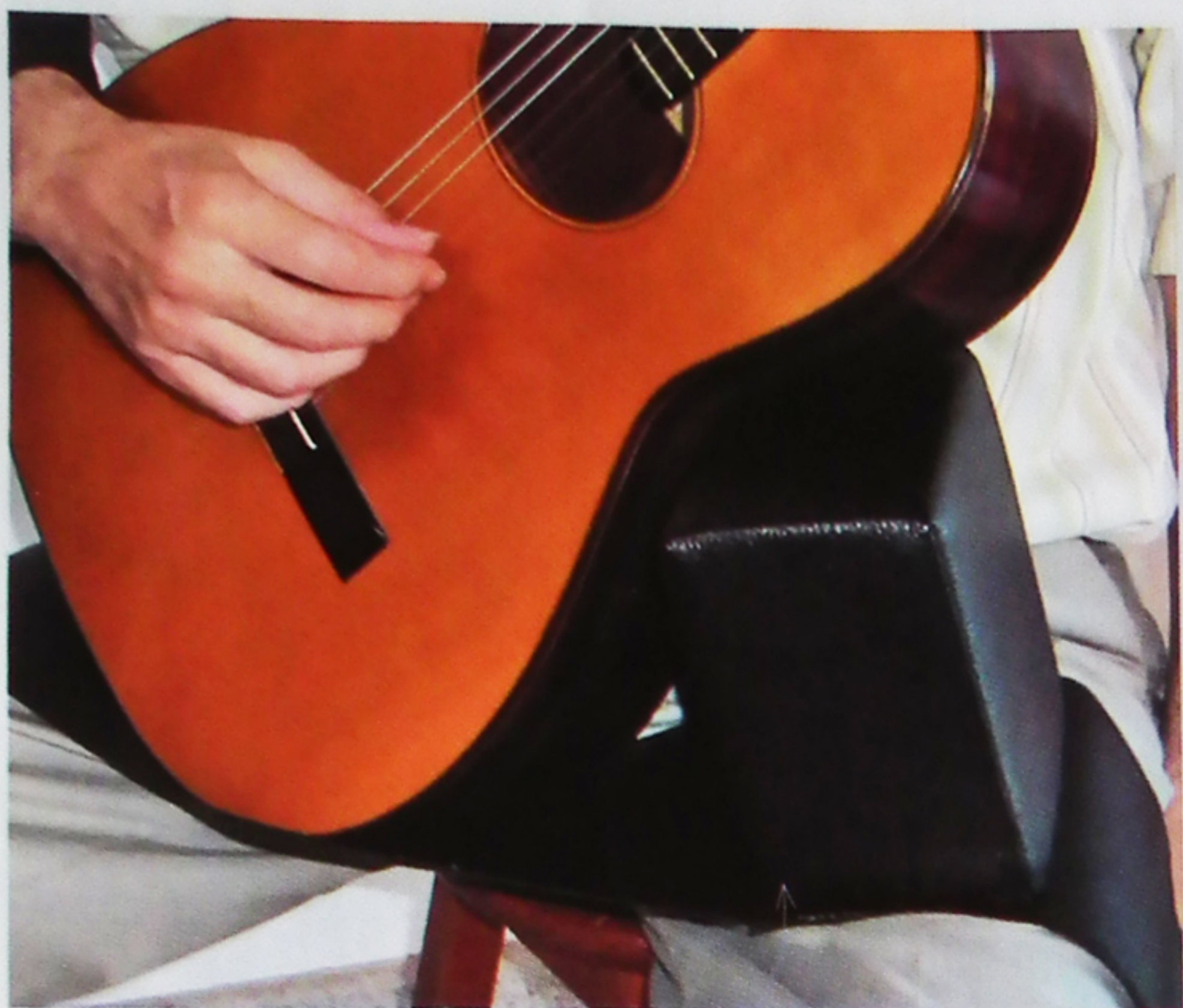


APOIO SEM VENTOSAS

Uma peça arredondada que se apoia na coxa presa a uma haste de metal cuja extremidade tem ganchos que prendem por pressão. É mais confiável que os com ventosa, e o violão tende a ficar na mesma posição que na perna esquerda. Porém, alguns modelos não permitem uma altura muito baixa. O violão tende a ficar na diagonal. Funciona melhor em cadeiras na altura do joelho. Pode ser utilizado nas duas pernas.

Marcas mais conhecidas: Murata e Wolf.

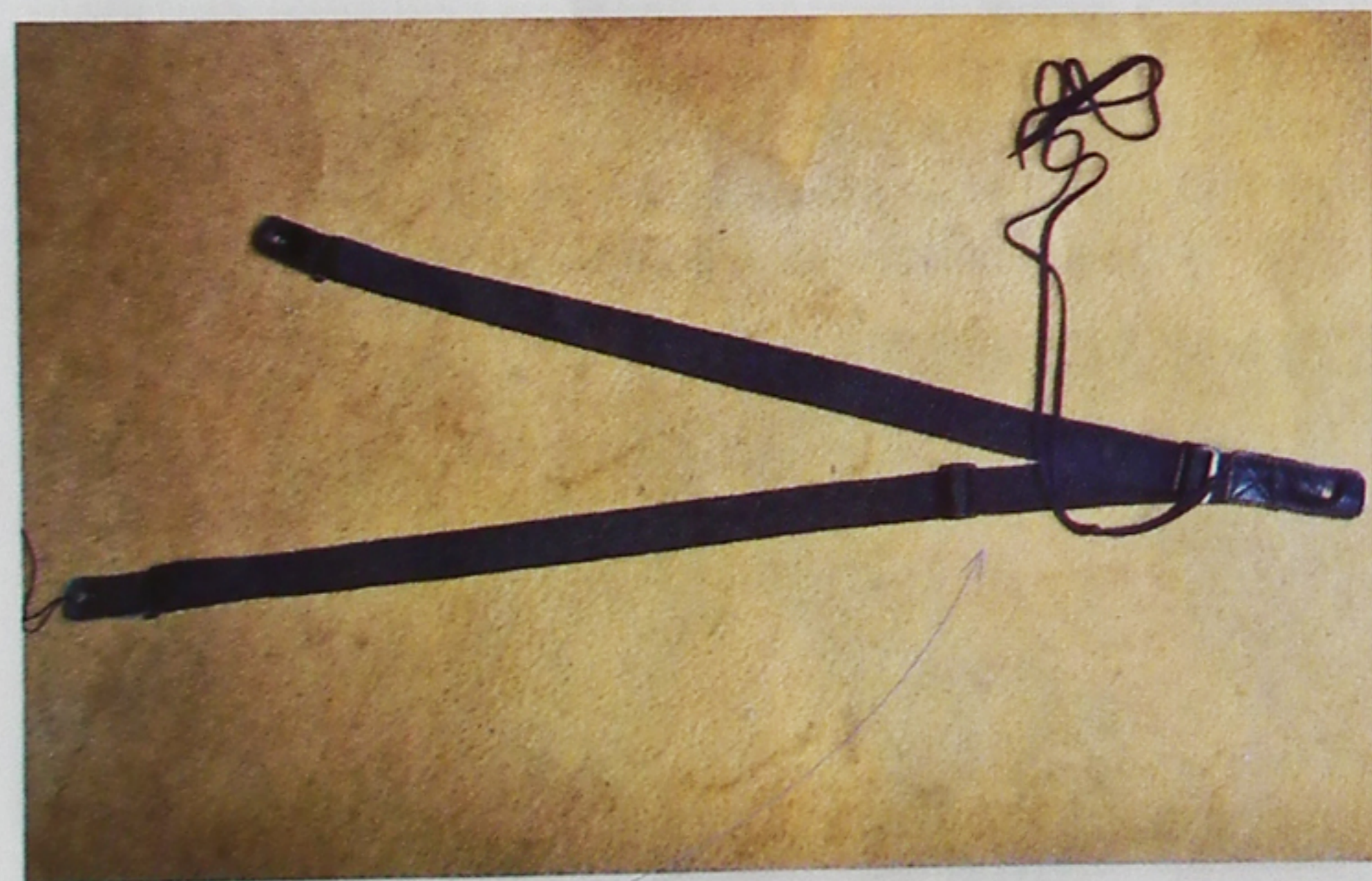




ALMOFADA

Uma almofada em formato fixo que é colocada entre a coxa e o violão. Alguns modelos permitem prender na perna, o que dá maior estabilidade. Possibilidade de regulagem muito limitada. Se posicionada com conforto, reproduz muito bem a sensação de tocar com banquinho.

Marca mais conhecida: Dynarette. No Brasil: Matepis (www.matepis.com.br).



CORREIA

Preferida dos chorões, violeiros e de quem toca instrumentos de época. Permite tocar em pé ou sentado, apoiando na perna esquerda com uma postura similar à apoiada na perna direita. Pode ser utilizada em qualquer cadeira. Modelos que se prendem à boca do violão exigem que o músico segure o instrumento enquanto toca, o que causa tensão excessiva. Correias que se prendem a mais de dois pontos, como as de torba, permitem que o instrumento fique estável sem que o músico o segure.

Correias de dois pontos são encontradas em diversas lojas. No Brasil, correias de três pontos são produzidas pela Iguana (iguana_adventure@hotmail.com).



OUTROS ACESSÓRIOS INTERESSANTES FEITOS NO BRASIL

Para evitar o desconforto da quina do violão no braço direito: Plenodom, luva da Matepis.

Para evitar que o suor do braço direito manche o verniz do violão: luva da Matepis.

Antiderrapante: toalhinha de concerto da Matepis. **VP**

A NECESSIDADE FAZ O APOIO!

Judson Castro, o que o levou a fabricar o apoio ergonômico?

Criei o apoio inicialmente para solucionar problemas posturais pessoais com a banqueta tradicional. Usei por um tempo o fabricado pelo Everton Gloeden. Quando fiz o primeiro apoio, mostrei para alguns alunos e professores e eles pediram que eu fabricasse para eles também. Desde então não parei mais. Ofereci a ideia para um diretor da fábrica RMV, mas ele disse que não seria compensador. O lucro financeiro que tenho é simbólico, mas o lucro musical/pedagógico é imenso.

Você se baseou em algum modelo específico?

Sim, tomei como base um apoio que vi por aqui com um duo americano similar ao Ergoplay.

