



BENEMÉRITA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE PUEBLA

Facultad de Artes

Licenciatura en Danza

Tesina para obtener el título de Licenciada en Danza

Análisis del proceso creativo de una obra de danza, como estructura narrativa del cortometraje documental: “La tristeza es como la noche, tiene su propia belleza”

Presenta:

Samantha Espinosa Castro Matrícula:201132760

Asesores:

**Dra. Jaesy Alheli Corona Zapata
Mtra. Ana Lucía Piñán Elizondo
Mtro. Jonathan Reyes Núñez
Mtro. Eduardo San Martín García**

**Puebla, México
Noviembre 2019**

Agradecimientos

En primer lugar quiero agradecer a mi esposo Eduardo, por brindarme su apoyo a cada paso que doy, y por ser parte importante de este proyecto. Esto no hubiera sido posible sin el amparo incondicional que me otorga y el amor que me brinda. A mi familia, papá y mamá, que siempre están en mi camino llenándolo de amor y comprensión, y quienes son mis cimientos. A mi hermana Caro, por que ha sido símbolo de fortaleza e inspiración para mi vida.

A mis asesores de tesis, Jaesy, Ana, John, Lalo. Les agradezco por haberme brindado su apoyo en este proyecto, por su paciencia, por su valiosa dirección y amistad en todo el tiempo que tengo de conocerlos, A mis maestros, los que cambiaron mi forma de ver la danza y la vida, gracias por la atención, la paciencia y la valiosa guía que me ayudó a terminar este proyecto. A la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. A mis compañeros y amigos de la licenciatura, que sin un orden en particular; Kritzia, Molina, Cristi, Fey, Fer, Isaí, Ameer, Ney, Malú, Mayr. A Metamorfosis Danza, y todos los que estuvimos en el camino.

Índice

RESUMEN	5
INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO I.....	9
1.1 JUSTIFICACIÓN	9
1.2 OBJETIVO GENERAL.....	10
1.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	10
1.4 PROBLEMA.....	10
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	12
2.1 DOCUMENTAL	12
2.1.1 <i>Modos de documental</i>	14
2.2 LENGUAJE CINEMATOGRAFICO	16
2.3 CINEDANZA	20
2.3.1 <i>Elementos del cinedanza</i>	21
2.4 LENGUAJE COREOGRAFICO	22
2.5 COMPOSICIÓN COREOGRAFICA DESDE UNA VISIÓN CINEMATOGRAFICA.....	24
2.6 ANSIEDAD Y DISTIMIA	25
CAP III MÉTODO DE INVESTIGACIÓN	28
CAPÍTULO IV ANÁLISIS Y RESULTADOS.	30
4.1 DESCRIPCIÓN DEL DOCUMENTAL.	30
4.2 TRABAJO DE MESA DE LA OBRA DE DANZA.	31
4.3 MAPA CREATIVO COMO ESTRATEGIA PARA EXTRAER Y ORGANIZAR INFORMACIÓN.	31
4.4 DEL MAPA AL CUERPO.....	33
4.5 EXPLORACIÓN ENFOCADA	34
4.6 CONSTRUCCIÓN Y MONTAJE DE LA OBRA.....	36
4.7 PUESTA EN ESCENA	37
4.8 TRATAMIENTO VISUAL DE LA OBRA MONTADA EN EL DOCUMENTAL	38
CAPÍTULO V CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	41
5.1 CONCLUSIÓN	41
5.2 RECOMENDACIONES	43

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	44
ANEXOS : LISTA DE ILUSTRACIONES	46

Resumen

El deseo de estar al día respecto a las nuevas formas de representar al mundo, contribuye a la formación de cada modo de representación de la danza.

A través de este proyecto de investigación, se propuso analizar el proceso creativo de una obra de danza contemporánea creada como estructura narrativa de un cortometraje documental. Creando así el estudio y experiencia con un enfoque entre la relación cine y danza (cinedanza). A través del cruce del lenguaje cinematográfico, y más específico del cine documental y el coreográfico contemporáneo, ofrece una línea de creación particular en las que se abre un universo de expansión sobre las creaciones coreográficas sincrónicas. Buscando estimular cuestionamientos y reflexiones sobre el cuerpo, la danza, los procesos creativos, y su expresividad dentro del medio cinematográfico o audiovisual. Así mismo visualizar los trastornos mentales de la ansiedad y la depresión, por medio de este proceso.

Se consideró un planteamiento de interrelación de nociones propuesta en una investigación teórico práctico, desde la realización del trabajo de mesa y estrategias sobre la obra para la estructura narrativa, hasta la edición audiovisual de la obra dentro del cortometraje documental. La metodología al haber sido cualitativa fué construyendo el conocimiento y permitió flexibilidad para integrar información inesperada en el proceso de creación. Las etapas que se desarrollaron con esta metodología fueron el análisis descriptivo; articulando los datos obtenidos, y el análisis relacional; estableciendo las diferentes conexiones entre los contenidos tanto de la práctica como de la teoría respecto al cine y la danza.

La tristeza es como la noche, tiene su propia belleza.

INTRODUCCIÓN

Actualmente los medios digitales y las tecnologías son producto de las condiciones sociales, culturales y políticas de un contexto mundial, en el que las artes en general, y en específico la danza contemporánea. Hoy en día se localizan en este mundo mediático en donde se encuentran conectadas a la interacción del uso de los medios, lo cual da como resultado nuevos entendimientos espaciales y temporales mediante el uso de dispositivos electrónicos y tecnología de alcance.

La danza contemporánea vista como una manera de investigar el cuerpo, el espacio, la percepción de la misma con el público y la representación escénica con el uso de las interacciones multimedia, abren un abanico de nuevas condiciones de posibilidades para la danza, en donde a través del uso de la tecnología o de hacer interacciones con la misma, se busca encontrar otras maneras de interpretar, de estar en escena y cambiar la forma de representación de la danza.

Hoy en día la danza contemporánea no se encuentra regida por una estética particular o lenguajes establecidos, se encuentra más bien planteando el cómo innovar y re-mediar sus formas de creación, abarcando diferentes campos en los cuales incursiona. Uno de éstos es el cinematográfico o de tecnologías digitales, el cual ha funcionado como un detonador para indagar en otras líneas narrativas con un nuevo lenguaje multimedia, conteniéndose dentro las posibilidades que la cámara ofrece, generando nuevos espacios y juicios subjetivos al espectador.

Estudiando los trabajos de Merce Cunningham de los años 70's, pasando a la siguiente década con video-artistas como: Jean Louis Le Tacon, Rafael Montáñez Ortiz, Daniel Larrieu, Robert Cahen; es así como la video-danza obtiene una gran relevancia y transformación visual dotando a la danza de nuevos significados, ubicando al cuerpo en movimiento dentro de un medio audiovisual que le brinda la posibilidad de salir de los métodos convencionales de exhibición y así poder encontrar una infinita gama de representaciones. Al pensar la danza a través de la cámara, el espacio se transforma en bidimensional, sin embargo, si se juega con nuevas lógicas, es posible habitar el espacio desde otras alternativas innovadoras de

proyección. Nuevos modos surgen, en parte, como respuesta a deficiencias percibidas pero la percepción de deficiencias se produce, en parte, a partir de una noción de lo que implica representar al mundo desde una perspectiva particular en un momento dado.

Por otra parte y no menos importante, con este proyecto se busca un acercamiento con las personas que tienen ansiedad y depresión, o a quien lo tiene y no lo sabe y pueda darle un nombre a eso que siente, y a las personas que viven o conviven con alguien que vive estos trastornos.

Es importante externar lo que se siente y sentirte comprendido en la manera de lo posible por las personas que te rodean, más aún a las que amas para tener la fuerza de afrontar el día a día. Y tener la seguridad de que no estás solo en esto.

Saber que la ansiedad es una condición humana y concientizar es algo que puede salvar vidas.

Yo, Samantha Espinosa, tengo depresión y ansiedad y es importante para mi expresar y explorar de manera creativa estos trastornos que se manifiestan de diferentes formas en quienes los padecemos.

CAPÍTULO I

1.1 Justificación

Este trabajo surge de la necesidad de expandir la visión de la coreografía contemporánea, por esta razón, se realiza el proceso de creación de una obra de danza que funciona como estructura narrativa de un cortometraje documental, que tiene como tema el trastorno de ansiedad y depresión. También busca estimular cuestionamientos y reflexiones sobre el cuerpo, la danza y sus posibilidades expresivas dentro del medio audiovisual.

El documental es una vía para impactar a más personas con el tema ya que lo que busca es tener un acercamiento con quienes tienen estos trastornos, o a quien lo tiene y no lo sabe y con esto pueda darle un nombre a eso que siente, y a las personas que viven o conviven con alguien que tiene ansiedad y depresión.

1.2 Objetivo General

Analizar el proceso creativo de la obra de danza contemporánea creada como estructura narrativa principal del cortometraje documental “La tristeza es como la noche, tiene su propia belleza”, del cual, su discurso es, visualizar los trastornos de ansiedad y depresión que vive Samantha, protagonista y coreógrafa del documental.

1.3 Objetivos Específicos

- Realizar trabajo de mesa de investigación.
- Realizar un mapa mental como estrategia para extraer y organizar información sobre el tema de ansiedad y depresión desde la experiencia propia.
- Explorar en movimiento los conceptos obtenidos del mapa mental.
- Montaje Coreográfico de la obra.
- Explorar la coreografía a través del lenguaje cinematográfico.
- Grabación de la obra.
- Edición audiovisual de la obra en el documental.

1.4 Problema

Desde la experiencia como estudiante de la licenciatura en danza de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, la danza se enseña casi en su totalidad como técnicas de movimientos a dominar de una forma descontextualizada, ya que la visión de la danza que se enseña busca la repetición de pasos para exaltar el virtuosismo de la técnica, sin poner énfasis en la mirada creativa del intérprete y

dejando a un lado la importancia de los procesos y el análisis de estos, tanto en la formación profesional de bailarines como en la creación de la danza.

Durante una estancia en el Centro de Investigación Coreográfica del INBA se comprendió que un proceso creativo puede ser metodológico, procedimental o técnico, y analizado objetivamente. Que el proceso creativo puede ser objeto de investigación, ya que además de poder ser metodológico, es reflexivo y analítico. Es algo intransferible de individuo a individuo, ya que solo ocurre en la mente de quien crea una idea. Abrirse a un proceso, permite vincularse con él y el conocimiento que conlleva hacerlo, ya que se conecta creatividad y reflexión.

Es por esto que parece, existe un gran valor urgente en la investigación de los procesos creativos y el interaccionismo simbólico, desde el punto de vista metodológico y epistemológico que nos permita teorizar también el movimiento, la danza, el conocimiento adquirido a partir de estos conceptos y el cuestionamiento sobre los procesos de creación artística; así como la mirada acerca de las nociones de coreografía y creación, entre otras, ya que son un verdadero punto de reflexión sobre sus procesos y significación. Es por ello que se busca en ésta investigación, un enfoque teórico-práctico en el proceso creativo de una obra que abrace un movimiento particular, tomando como base determinados conceptos desde el lenguaje cinematográfico, la cinedanza, el proceso creativo de la danza, y el tema sobre ansiedad y distimia. Permitiendo conceptualizar la obra, desde diferentes enfoques. Presentar la relación del cine y la danza como un medio alternativo de creación.

CAPÍTULO II Marco Teórico

En este capítulo se explicará de manera concisa el resultado de la primera etapa de la investigación. La teoría que fundamenta el proyecto. Consiste en analizar y presentar las teorías que existen sobre: el documental, el lenguaje cinematográfico, cinedanza y sus elementos, el lenguaje coreográfico y su visión cinematográfica, y por último, se explica los trastornos de ansiedad y depresión.

2.1 Documental

Nichols (1997) señala que, el cine documental no ocupa precisamente un código establecido en concepto de técnicas, temas, formas, estilos o modalidades. El propio término, documental, debe construirse de un modo muy similar al mundo que conocemos y compartimos. Intenta hacer que el espectador pueda sentir la realidad a través de la imagen y lograr empatizar con él. Busca un acierto que capta esa esencia del documental, con el objetivo de abordar las cuestiones de importancia. Consideremos pues el documental desde el punto de vista del realizador, el texto y el espectador.

Existen indicadores de posición que transmiten el argumento del documental al espectador, los principales son: sonido e imagen.

Nichols (1997) nos dice que hablar de la mirada de la cámara es, en esta locución en concreto, mezclar dos operaciones distintas: la operación mecánica, literal, de un dispositivo para reproducir imágenes, y el proceso humano, metafórico de mirar el mundo.

Con esto podemos deducir que a través de la mirada de la cámara y el sensorio humano, se puede visualizar o revelar el mundo y sus preocupaciones, la subjetividad y los valores del registro fotográfico. Todo esto atiende a la estética e ideología de quien maneja la cámara, lo que da la noción de estilo. El estilo está ligado íntimamente a un punto de vista, la mirada de la cámara puede indicar la perspectiva ética, política e ideológica del realizador.

El cine documental se ha inclinado a contar historias asociadas a movimientos sociales, acontecimientos históricos, o de denuncia, que poseen una cualidad que nos permite generar memorias cinematográficas, en las cuales podemos reconocernos en la contemporaneidad.

De esta manera podemos relacionar al cine documental como una expresión artística y también como una herramienta social, que tiene el objetivo de crear consciencia de un tema específico.

En la construcción del documental podemos definir tres herramientas básicas del cómo contar la historia:

Primero tenemos, la investigación. Requiere de elementos puntuales y cognitivos que permitan tener un amplio campo para el desarrollo del argumento. Se debe conocer a fondo el objeto de estudio sobre el contexto social, espacial y temporal, fundamental para tener una buena base para asentar el discurso.

En segundo lugar tenemos, el o los personajes, son otra parte fundamental para la construcción del documental. Hacer investigación a fondo sobre el o ellos es esencial para tener un mejor enfoque de la narración en escena, ya que son el hilo conductor para contar la historia.

Un tercer punto es el punto de vista o hipótesis del documental, relacionado directamente con la forma de exponer el tema, como se mencionó anteriormente, encontrar el estilo del realizador que dará un carácter autoral, que refleje sus

intenciones en relación con la historia. Para esto debe responder tres cuestiones: ¿De que se trata la película?, ¿Que quiere decir?, ¿Cómo lo quiere decir?

2.1.1 Modos de documental

Modo poético

El modo poético sacrifica las convenciones de la edición de continuidad y la impresión de una locación específica en tiempo y lugar, resultante de tal edición. El compromiso del cineasta es para con la forma de la película, así como, o en mayor medida, para con los actores sociales. Este modo explora asociaciones y patrones que implican ritmos temporales y yuxtaposiciones espaciales. Los actores sociales rara vez asumen de manera vigorosa la forma de personajes con complejidad psicológica y un punto de vista específico sobre el mundo (Nichols p.187)

Modo Expositivo

Este modo reúne fragmentos del mundo histórico en un marco retórico, más que en un marco estético o poético. Es el modo que primero combinó los cuatro elementos básicos del cine documental: imágenes indiciales de la realidad; asociaciones poéticas, afectivas; cualidades narrativas, y persuasión poética. El modo expositivo se dirige directamente al espectador, con títulos o voces que proponen una perspectiva o postulan un argumento. Las imágenes sólo ilustran.

Modo Observacional

El modo observacional postula una serie de consideraciones que involucran al acto de observar a los demás mientras siguen con sus asuntos. Suele colocar al espectador en una posición incómoda ya que se presenta la experiencia vivida con personas reales, y que de alguna manera como espectadores nos convertimos en testigos. Esto da al espectador la oportunidad de reconocer e interactuar con lo que se presenta en pantalla.

Método Participativo

Según Nichols (2013) el modo participativo ha llegado a incluir al espectador también como participante. Los portales y las instalaciones interactivos permiten al espectador hacer un mapa del espectro de posibilidades que el cineasta hizo posible algunos “documentales de base de datos” interactivos, convirtió el pietaje (código de tiempo), en una instalación. Una computadora controla la proyección del pietaje, de una película a una pantalla amplia, pero ahora los miembros del público pueden interactuar con la computadora para tomar decisiones respecto a cómo se muestra el pietaje, optando por seguir diferentes líneas o temas en el pietaje original.

Modo Reflexivo

El documental reflexivo lleva al espectador a una forma incrementada de conciencia respecto a su relación con el documental y lo que representa y el modo en que construimos nuestro conocimiento del mundo.

Modo Expresivo

Como el modo poético de la representación documental, el modo expresivo desde esta perspectiva, el conocimiento puede ser transferido o intercambiado libremente, y quienes hacen la transferencia o intercambio son

sólo vehículos del conocimiento, el cual permanece inalterado por el involucramiento personal de esos vehículos con él. Se avoca a demostrar cómo el conocimiento encarnado da entrada a un entendimiento de los procesos más generales que están en funcionamiento en la sociedad. (Nichols 2013).

2.2 Lenguaje Cinematográfico

El lenguaje cinematográfico se puede pensar con características únicas de un lenguaje exclusivamente audiovisual, en él que intervienen diversas técnicas y elementos que constituyen un mensaje meramente trabajado y estructurado.

Sin embargo Edgar, Marland y Rawle (2015) Nos hablan de que el lenguaje cinematográfico puede estar formado por muchos lenguajes, ya que en este se pueden integrar todas las artes, tales como la pintura, escultura, la danza, el teatro, fotografía, música y la escritura.

Todos estos lenguajes abordados desde un solo medio. La información transmitida por este canal, es una información creada conscientemente, estudiada y tratada en cada detalle, en cada elemento constitutivo del lenguaje audiovisual.

A continuación se presentan elementos esenciales de la gramática cinematográfica, que nos dará elementos para comprender de una forma más completa la construcción narrativa de una historia. Y por ende permitirá una amplia comprensión de la construcción de la danza en el documental.

La semiótica del cine

El cine así como cualquier otro lenguaje, está compuesto por signos que permiten visualizar el cómo las imágenes y el sonido construyen significados. Mismos que entendemos en nuestro código de comunicación, y que permiten que el cine cree un

sentido que el espectador pueda entender más allá de lo que se ve y se oye.” Las imágenes cinematográficas nunca son vagas, son persistentemente concretas “ (Edgar et al. 2015)

La Narración

Deducir ciertos significados requiere también de cierta comprensión, la narración se propone averiguar cómo este significado lo deduce quien lo ve.

(Edgar et al. 2015) El estudio de la narración cinematográfica se ha llevado a cabo en gran profundidad por una gran cantidad de teóricos y profesionales de diferentes áreas. La narración fílmica ha sido estudiada, usada y apropiada , por sociólogos, psicólogos, antropólogos, semiólogos, así como los teóricos de los estudios culturales. Sin embargo, la fuente más abundante del análisis narrativo, sin lugar a dudas, proviene de académicos con un trasfondo literario, quienes trabajan con frecuencia sobre la suposición de que todas las narraciones funcionan de la misma manera. (p. 43).

Todo esto partiendo de la idea del sistema Aristotélico, la cual es la más común dentro de la narración , más no la única. Que nos cuenta la historia con un planteamiento, desarrollo y desenlace.

Detalles del Cortometraje

Un cortometraje es una sucesión de imágenes con o sin sonido que dan la sensación de movimiento, fijadas en un soporte ideal, como actualmente es el digital. En general, esto significa que los cortometrajes según (Edgar et al. 2015), tienden a ser:

- pocos personajes caracterizados a detalle, y otros personajes que hacen de figurantes.
- No hay tramas secundarias.
- Pocos cuadros y pocas locaciones.
- Cortes entre escenas importantes de la trama.

Categoría estética

El cine tiene características estilísticas al igual que todo el arte, estas se reconocen en el género. El ambiente físico, los colores, los personajes, las locaciones, los objetos significativos e incluso la fotografía cinematográfica, nos da la clave para enfocar el constructo de las diferentes estéticas dentro de un filme.

Según Jacques Aumont (1996). Resumiendo estas categorías estéticas tenemos:

- Lo bello, perfección técnica para ser agradable a los sentidos.
- Lo sublime, muestra lo impotente y lo excelso de la fuerza natural, en torno al ser humano.
- Lo cómico, busca apreciar la comicidad a pesar del conflicto.
- Lo feo, busca sensación de desagrado y repulsión.
- Lo grotesco, alude a lo exagerado, con elementos como la deformidad, la indignidad e incluso lo bajo de los personajes.
- Lo trágico, realidad humana en su aspecto doloroso.

Montaje, construcción de significado

El espacio, tiempo, narración, y el estilo se crean mediante el uso de técnicas de montaje, que convierten una serie de imágenes aisladas en un todo coherente. El método ideológico o intelectual según Eisenstein (1994) consiste en tomar dos ideas

en apariencia no relacionadas para que al juntarlas se obtenga una connotación ideológica y simbolismo.

Tesis + Antítesis = Síntesis

Según (Edgar et al. 2015). El efecto Kuleshov consiste en tomar un fotograma con cierta imagen y montarla con planos de diferentes contenidos. Esto crea una ilusión mental provocada por el montaje cinematográfico, en la que el público le da un significado diferente a una misma toma dependiendo de la imagen a la que esté unida.

Como la edición funciona por medio de la yuxtaposición de imágenes, el orden en el que éstas se presentan puede alterar el significado que les da el espectador, incluso si se trata de las mismas imágenes pero en diferente secuencia.

El montaje ideológico hace su aparición en el momento de la síntesis. Eisenstein (1994), desarrolló otros métodos de montaje con el propósito de producir resonancias emocionales, temáticas y visuales. Estos métodos son los siguientes:

- Métrico: la duración de planos está determinada por factores no representados en la imagen.
- Rítmico: el ritmo de los planos está determinado por el contenido de los mismos.
- Tonal: determinado por el tono emocional dominante de la secuencia.
- Sobretonal: es la oposición entre los diferentes tipos de montaje.

2.3 Cinedanza

Según Guadarrama (et.al.2017) En la actualidad cinedanza o danza para la pantalla es el término , en donde exponiendo las teorías del lenguaje cinematográfico, alude al espacio- tiempo en donde podemos relacionar y expresar a través de una filme, situaciones en donde el espacio, movimiento, cuerpo, se pueden enlazar en tiempos y periodos que no podrían ocurrir en un teatro. Así es como el cine se convierte en un vehículo para el arte de la danza, pudiendo encontrar más estímulos dentro de esta mezcla de lenguajes, entre el cine y la danza.

Sánchez y Naverán, (2008) nos hablan de la danza en el cine, la cual propone una experiencia viva e inmediata entre los cuerpos del artista y del espectador, una experiencia que activa su capacidad de afectar y de ser afectados por el cuerpo del otro. Por eso, cuando la escena recurre al cine no lo hace con la finalidad de crear una ilusión sino para poner en marcha los modos de pensamiento que ambas formas de escritura generan.

Al poner los elementos de sus realizaciones en otros contextos y lugares, el coreógrafo les da una dinámica totalmente nueva y amplifica la energía del conjunto. La película le permite saltar en el tiempo y en el espacio, traspasar los límites del escenario. Teatro y danza se transforman en cine y conviven gracias a su forma tan particular de crear.

La situación actual en el cine, se genera a partir de los nuevos medios y la tecnología tan cambiante, que los artistas o coreógrafos han entrado en la escena y proporcionan nuevas perspectivas tanto a los creadores como al público.

La danza en la gran pantalla está en tendencia desde hace varios años, ejemplos como Pina de Wim Wenders, el festival de Cinedansde Ámsterdam o el festival Danse et Cinéma en Francia, entre otros, nos lo demuestran, pero a menudo pasan desapercibidos.

2.3.1 Elementos del cinedanza

Lenguaje de la imagen y lenguaje del cuerpo

El Cinedanza constituye un formato que ofrece numerosas posibilidades estéticas, el cual combina el ámbito de lo pensable y de lo visible tanto desde el campo de la danza, como de las artes visuales.

Nos brinda un gran abanico de posibilidades narrativas, utilizando las diferentes formas de montaje cinematográfico, que nos permite asociar distintas ideas que ofrecen una apertura al imaginario y percepción, tanto del Director como del espectador. (Pérez, 2009)

Espacio

El cine puede jugar con el espacio de manera más arbitraria y simbólica, puede devolver una base de realismo, transformar los decorados, escenografías e instalaciones en localizaciones exteriores, lugares no artificiales. El tratamiento del espacio es un elemento fundamental. La libertad que produce bailar fuera del escenario recalca el subtexto emocional de sus coreografías, orienta la lectura del público y refuerza los temas. Se busca abrir el espacio al mismo tiempo que los sentidos así como desarrollar la acción en un lienzo realista. (Zorita, 2010)

Montelli (2004) nos señala que el cuerpo en el espacio fílmico lleva consigo una carga simbólica y significativa. Creando un imagen. que gracias al lenguaje cinematográfico, como la técnica de los planos y la composición en cuadro, podemos dirigir la atención a un espacio específico. Un simple gesto adquiere una perspectiva diferente, vista desde la pantalla.

Tiempo

Según Zorita (2010) El montaje fílmico rompe con la realidad del reloj lógico del tiempo, la película nos muestra un tiempo discontinuo y manipulado por un guión que responde entre otras cosas a las convenciones que arrastra el lenguaje del cine.

Mientras que en la danza la coreografía se desarrolla a partir de los movimientos del cuerpo. En la unión cine-danza los movimientos ya no son exclusivamente corporales, se extienden al proceso de articulación audiovisual desde la grabación hasta el montaje. Esto nos permite jugar con las posibilidades temporales, los montajes y los efectos añadidos manipulan el tiempo y modifican la percepción del cuerpo y de los movimientos.

“Tanto la danza como los métodos y medios técnicos están uno al servicio del otro, de manera interrelacionada, colaborando en la creación de una forma híbrida” (Pérez, 2009).

2.4 Lenguaje Coreográfico

Para hablar sobre la coreografía y su composición, es necesario enunciar los elementos que esta contiene. Los más relevantes son: la composición, la coreografía, el tiempo, el espacio, energía, lenguaje y corporalidad.

Según Luarte (2012)

- La composición define como un procedimiento de elección y combinación de acciones motoras para elaborar secuencias de movimiento que poseen una lógica interna y que se denomina frase de movimiento y que además pueden ser combinadas entre sí. Este es un proceso técnico de construcción de frases de movimiento.

- La coreografía se define como el resultado de las acciones motrices en frases y del proceso de composición de los mismos, por un coreógrafo, que les da sentido e intención. La coreografía utiliza las frases articuladas en un proceso de composición.
- El tiempo se desarrolla en una forma cronológica, pero para el espectador es un tiempo psíquico e individual, conforme la temática, técnica y otros elementos, este tiempo puede percibirse tremendamente veloz o lento. No es un tiempo lineal ni tampoco circular, sino un tiempo que se rebate a sí mismo, un solo y único momento que se concreta en una unidad témporo-espacial única e irreplicable, difícil de ser descrito linealmente en forma homogeneizada.
- El espacio escénico como un elemento de la percepción en el que los cuerpos y los objetos delimitan el espacio y a la vez lo multiplican.
Tomar la composición de danza como una totalidad que va más allá del análisis predominante sobre el fluir kinético, concentrando la búsqueda en un contexto que otorgue el mismo rango al “espacio interior del intérprete” y al espacio escénico o exterior.
Partir del concepto de que el espacio escénico no es una envoltura, una cáscara que organiza o contiene al espacio interno del intérprete o espectador, sino que se proyecta a lugares escénicos significativos que rompen los límites de la escena.”desbordar la escena para comprender la escena”. (G Breyer)
- La energía cinética de un cuerpo es la energía que surge en el fenómeno del movimiento. Trabajo necesario para acelerar un cuerpo de una masa dada, desde el reposo hasta la velocidad que posee.

- El lenguaje es la forma que tienen los seres humanos para comunicarse. Se trata de un conjunto de signos, tanto orales como escritos, que a través de su significado y su relación permiten la expresión y la comunicación humana.
- La corporalidad es la percepción, integración en la consciencia del individuo, del cuerpo y de sus partes en función de la experiencia que tiene a través del movimiento o en situaciones estáticas, en un cierto equilibrio en el espacio-temporal y en sus reacciones con el mundo circundante.

2.5 Composición coreográfica desde una visión cinematográfica

Los instantes privilegiados son una base de composición tomada de Deleuze en el cine, que funciona perfectamente para la composición en la danza, puesto que ambas manifestaciones conllevan los términos de tiempo, espacio y movimiento. Teniendo como herramientas clave: bases cognitivas y prácticas para la composición en tiempo real y el trabajo con imágenes.

En sus estudios sobre el cine y el movimiento, Gilles Deleuze(1983) expone que las características del movimiento son: que es presente, puesto que siempre se está dando; es indivisible, pues cada movimiento es completamente singular, al dividirlo cambia su naturaleza y se trata de un nuevo movimiento; y es heterogéneo, puesto que no hay dos movimientos iguales. Pensemos que componer es establecer relaciones, ya sea con uno mismo, con el espacio y los objetos que lo conforman, o con compañeros de trabajo.

El objetivo de esta forma de composición, es desarrollar las capacidades asociativas que permiten una labor creativa con las conexiones establecidas a lo largo del proceso creativo de la composición coreográfica, esto es, con la consciencia corporal desde el punto de vista interno, y con los principios pre-expresivos que incitan a atender también al punto de vista externo. Integrando lúdicamente las posibilidades

de composición a través de improvisaciones con consignas simples que surgen a partir del trabajo y que se estructuran con diferentes roles, en la mayoría de ocasiones, quien propone y quien acompaña.

En una continua búsqueda de alejarse de la estabilidad, y de la creación de instantes privilegiados, es decir: momentos, imágenes, atmósferas que sean presentes, indivisibles y heterogéneas. Estos instantes, reforzados con el trabajo de conciencia corporal previo, y su posterior análisis, permiten el desdoble de la potencia creativa en tanto articulan los elementos que una búsqueda de la unidad, coherencia y tensión dinámica estructural que posee la persona para llevar a cabo composiciones en tiempo real que posteriormente pueden ser codificadas. Siempre en una búsqueda de la unidad, coherencia y tensión dinámica estructural.

2.6 Ansiedad y Distimia

Según el El Instituto Nacional de Salud Mental (2001). La ansiedad se define como una sensación de inquietud, terror, o de malos presagios. También se le llama tensión o estrés, y popularmente se le conoce como nerviosismo o tembladeras. Puede ser muy difícil separar los síntomas de ansiedad y depresión cuando se presentan conjuntamente. La persona siente un episodio agudo de miedo y de inquietud, que resulta impredecible, y que tiene una duración menor de una hora.

Estos episodios generalmente se acompañan de manifestaciones físicas variadas: palpitaciones, sudoración, dificultad para respirar, malestar en el pecho, mareos, pérdida de la sensibilidad en brazos o piernas, molestias gastrointestinales y sentimientos de fatalidad. Aunque la frecuencia de episodios de pánico es variable, generalmente las personas que los padecen están preocupadas por sufrir un episodio y sienten que no tienen control sobre su vida, lo cual les inquieta constantemente. Inclusive estas personas pueden presentar temor a estar en espacios abiertos y salir a la calle (agorafobia). El trastorno de pánico puede presentarse durante meses o durante años.

Finalmente, un trastorno que también puede acompañarse de depresión, es el de tensión o de estrés postraumático que se presenta después de un hecho que ha afectado profunda y dramáticamente la vida de una persona (agresiones sexuales, accidentes, desastres naturales, situaciones de conflicto armado y otros eventos altamente estresantes). Se manifiesta a través de intensa ansiedad, temores, pesadillas, recuerdos repentinos que no pueden controlarse y sentimientos de abatimiento y confusión. Al igual que los trastornos depresivos, los trastornos de ansiedad que no son tratados adecuadamente, pueden llegar a afectar la vida de las personas y finalmente, convertirse en incapacitantes.

Los síntomas del trastorno de ansiedad generalizada incluyen:

- Sentirse inquieto, arrollado o nervioso
- Estar fácilmente fatigado
- Tener dificultad para concentrarse; mente en blanco
- Estar irritable
- Tener tensión muscular.
- Dificultad para controlar los sentimientos de preocupación.
- Tener problemas para dormir, como dificultad para conciliar el sueño o permanecer dormido, inquietud o sueño insatisfactorio.

Durante un ataque de pánico, las personas pueden experimentar:

- Palpitaciones del corazón, latidos cardíacos fuertes o ritmo cardíaco acelerado
- Transpiración
- Temblor o temblor
- Sensaciones de falta de aliento, asfixia o asfixia.

- Sentimientos de muerte inminente
- Sentimientos de estar fuera de control.

Personas con fobia:

- Puede tener una preocupación irracional o excesiva por encontrarse con el objeto o la situación temida
- Tome medidas activas para evitar el objeto o la situación temida.
- Experimente ansiedad intensa inmediata al encontrarse con el objeto o situación temida
- Soportar objetos y situaciones inevitables con ansiedad intensa.

Los trastornos no se ven, pero existen. Y es importante que en la manera de lo posible, ser comprendidos por quienes conviven con personas que los viven día con día.

Cap III Método de investigación

Los autores Taylor, S.J. y Bogdan R.(1989), sintetizan los criterios definitorios de los estudios cualitativos de la siguiente manera:

La investigación cualitativa es inductiva: Así, los investigadores:

- Comprenden y desarrollan conceptos partiendo de pautas de los datos, y no recogiendo datos para evaluar hipótesis o teorías preconcebidas.
- Siguen un diseño de investigación flexible
- Comienzan un estudio con interrogantes vagamente formulados

Por esta razón, este trabajo tomó como herramienta de análisis, el método de investigación cualitativa. El cual consistió en recoger información basada en la observación de comportamientos naturales de quienes interactúan para la investigación, los discursos sobre el proceso de la obra, respuestas abiertas para la posterior interpretación de significados. También analizó el conjunto del discurso entre los sujetos y la relación de significado para ellos, según cada uno de sus contextos culturales, ideológicos y sociológicos. Digamos que el método de investigación cualitativa no descubrió, sino que construyó el conocimiento, gracias al comportamiento entre las personas implicadas y toda su conducta observada.

Elegir este método para el presente trabajo de investigación ofreció un diseño metodológico flexible que permitió integrar información inesperada, lo cual fué ideal para el proceso de creación ya que durante las exploraciones y al momento de articular la información surgieron resultados inesperados que cambiaron el rumbo del proceso.

Las etapas desarrolladas dentro de esta metodología fueron:

- El análisis descriptivo: el cual codificó los datos obtenidos y articuló la recopilación de estos.
- Análisis relacional: El cual estableció las relaciones o conexiones entre los diferentes contenidos que arrojaron los resultados descriptivos obtenidos.

CAPÍTULO IV ANÁLISIS Y RESULTADOS.

En este capítulo se describirán los datos obtenidos en la descripción del documental, el trabajo de mesa y el mapa creativo, conforme al análisis descriptivo. Siguiendo a esto también se realiza el análisis relacional que establece las relaciones entre el análisis descriptivo del proyecto y la exploración del movimiento, el montaje coreográfico, la coreografía a través del lenguaje cinematográfico, grabación de la obra, la puesta en escena y la edición o montaje audiovisual. Lo cual es el resultado obtenido de esta investigación.

4.1 Descripción del documental.

“La tristeza es como la noche, tiene su propia belleza” es un cortometraje documental de carácter intimista, híbrido entre el género artístico y narrativo. El cual tiene como punto de partida , presentar una pareja en la vida cotidiana, situándolos desde una condición que afecta esta cotidianidad de manera individual y de pareja.

Samantha, la protagonista, tiene trastorno de ansiedad y distimia. Ella encontró en la danza un espacio sanador.

La estructura narrativa propuesta, es que a través del registro de un proceso creativo de una obra de danza como representación metafórica de vivir con estos trastornos, se entreteje con un dispositivo: el video- diario, el cual refleja los cambios físicos y emocionales de Samantha al despertar cada día. Y culmina con la presentación de la pareja y de ella situada en su espacio sanador.

El tema universal del documental es el amor, el amor a uno mismo y el amor de pareja.

4.2 Trabajo de mesa de la obra de danza.

Con el trabajo de mesa se construyó la planeación de la investigación para el desarrollo de la obra, dividiéndose en cinco etapas: construcción del mapa creativo, del mapa al cuerpo, exploración enfocada, construcción de la obra y puesta en escena. Teniendo un acercamiento a la idea central de la misma, concretando también: el tema, argumento, discurso, premisa y estilo de la obra.

Ver ilustración 1.(Anexo)

Tema: el cuerpo, ansiedad, distimia, la fuerza interna, la voluntad.

Argumento: dos personas que presentan la lucha interna de la ansiedad y la depresión, para poder liberarse.

Premisa: Tomar toda la voluntad que se tiene para romper lo que nos hunde.

Discurso: La voluntad.

Estilo de la obra: Contemporánea.

4.3 Mapa creativo como estrategia para extraer y organizar información.

El desarrollo del mapa creativo es una forma interesante de procesar y abordar toda la información de un proceso, trabajo, conocimiento, experiencia, etc. Dando como resultado final una imagen visual que facilita la comprensión de toda la información que encierra y analizarla, para seguir desarrollando y complementarla.

Se utilizó como un método o herramienta para la creación coreográfica, de modelo rizomático, donde la estructura es anti-jerárquica y todos los puntos deben estar de

una u otra forma conectados entre sí, influenciándose y creando nuevas variables formando un sistema integrado. Permite que las ideas generen otras ideas y podamos ver cómo se conectan, se relacionan y se expanden libres de cualquier tipo de organización lineal y al mismo tiempo hacer consciente nuestra forma de trabajar.

Ver ilustración 2 (ANEXO)

El mapa mental se realizó entre las dos perspectivas de quienes crearon la obra. Vivenciar el desarrollo del mapa creativo de otra persona, permite identificar y relacionar ideas con la experiencia propia y de alguna manera generar nuevas estrategias, ya que mejora la capacidad analítica y ayuda a la creación de pensamiento colectivo: mientras un grupo de personas crea o interpreta en conjunto un mapa mental, cada participante hace suyas cada una de las ideas y sus relaciones.

Ver ilustración 3. (Anexo)

Para poder vincularse con el propio mapa creativo y el del otro, se puede ayudar de distintas acciones; como: observar las trayectorias, encontrar empatía, sostener ideas, involucrarse sensorial y reflexivamente, permitir siempre rangos de libertad en el pensamiento y la acción del cuerpo, dejar siempre abierta la posibilidad de la duda para que de este modo pueda seguir en constante crecimiento, como una expansión de pensamientos, ideas y reflexiones.

Las ideas compartidas centrales de este mapa creativo para la obra de danza, fueron relacionadas con los trastornos de ansiedad y distimia. Trastornos que las dos intérpretes experimentan día a día. Por lo cual se obtuvo un autoanálisis y empatía por la sensibilidad del otro. Y de esta manera encontrar una sintonía en el cuerpo, que permita una apertura a la exploración corporal.

Ver ilustración 4, 5 y 6. (Anexo)

4.4 Del mapa al cuerpo

NO SOY UNIDAD, SOY PARTE DE UNA TOTALIDAD

El cuerpo en el mapa, el mapa del cuerpo, el cuerpo que sale del mapa y el mapa que sale del cuerpo. Un cuerpo cinético. Cuando el cuerpo se encuentra en movimiento y toma contacto con el mapa, es capaz de afectar de modo tal que modifica su trayectoria, la cual es experiencia que fluye desde el cuerpo. La experiencia da una porción de conocimiento irremplazable necesaria para el proceso creativo. El espacio del mapa y dentro del mapa, determina corporalmente lo que siente, quien hace el mapa como quien recibe experiencia a través de él. El cuerpo frente al mapa, toma un papel importante, que lleva a una corporalidad dispuesta, o a una con dificultad de conectar con él, así como en quien la corporalidad toma sentido hasta tocar el mapa. Tocar lo físico y emocionalmente. Sentir ligereza al quitar lo que más pesa, o lo que menos, o lo que simplemente se necesita quitar; generando un espacio (borrar) dentro del mapa, en la reflexión y en la acción. Borrar no es deshacerse de la información que se ha encontrado, borrar es encontrarse. Encontrarse en aquello que defiende, es encontrarse en el momento en el que la persona está situada dentro de el mapa, es llenarse más que vaciarse. Un difícil proceso que requiere tomar decisiones.

NADA ES DEFINITIVO, ES INFINITO-----TODO ES CAMBIANTE.

El mapa como el método básico de construcción de la obra de danza, tiene la finalidad de guiar la exploración y reflexión sobre la manera de hacer y concebir la creación de movimiento. Participa en el conocimiento del cuerpo y el repertorio de movimientos, también desarrolla la capacidad creativa de cada intérprete.

El movimiento guiado por el mapa creativo es una creación espontánea que busca desarrollar un lenguaje propio para la obra de danza.

La exploración se basa en la improvisación libre y la improvisación enfocada.

Cada una de las intérpretes posee un conocimiento propio sobre el tema de la ansiedad y depresión teniendo con ellas un registro corporal de movimientos, sensaciones e imágenes bastante claras. Que en este proceso respondieron al desarrollo físico, cognitivo, psicosocial de la obra.

Ver ilustración 7, 8 y 9. (Anexo)

4.5 Exploración enfocada

La improvisación condujo a un proceso de indagación en las raíces del movimiento y su significación, así como en las relaciones posibles que la obra pudo sostener con las estructuras que la conformaban para elegir lo que, ante el criterio de dirección fuese el más comunicable y expresivo para los fines del documental.

Se abrió una exploración libre a manera de conexión con el mapa y entre las intérpretes. Se visualizó el mapa observándolo desde el punto o lugar en el que se sintiera más cómodo para poder leerlo en todas sus partes.

Al hacer una lectura mapeada de todo lo que éste contiene, se busca que esta información se lleve al cuerpo, al movimiento, a la sensación. Regresando a él las veces que sea necesario, con la finalidad de siempre encontrar diferentes lecturas que nos lleven a lo más cercano de la experiencia de las intérpretes con la ansiedad y depresión.

Se dividió en lecturas y exploraciones individuales y de interacción entre las dos actantes. Extrayendo del mapa palabras clave para la investigación de la acción.

Algunas de estas palabras fueron: contractura, equilibrio, aportar, ausencia, ansiedad, eco, sombra, tiempo e ira.

Estas palabras en movimiento sirvieron como catalizadoras de emociones y sensaciones, llevando la acción a una energía explosiva a un nivel personal.

En la forma de interacción colectiva, estas palabras en movimiento, moldeaban a la otra persona según su percepción del seguimiento de sensaciones, provocando una reacción en el cuerpo de la otra persona. Habitando las sensaciones desde la experiencia con el trastorno en la cotidianidad.

Que el mapa atravesase al cuerpo es la importancia del proceso, por esto, como práctica de exploración se indujo con acciones lo asociado físicamente con la ansiedad a la otra persona, provocando una reacción, encontramos similitudes con una crisis real de ansiedad y depresión. A su vez, el proceso se vuelve más empático y dispuesto a recibir la información necesaria desde la vulnerabilidad de las intérpretes, quedando sensible a él.

Ver ilustración 10, 11 y 12. (Anexo)

Algunos ejemplos de estas similitudes son:

- El contacto de pesos y contrapesos, relacionadas con el equilibrio constante , de la estabilidad mental y física que se busca cada día con este trastorno, y que queda como un eco. Mantener la fuerza necesaria para sostenerse.
- Enfocado a las cosas físicas que se sienten en una crisis como: los espasmos musculares, choques eléctricos que recorren el cuerpo, temblores, mareo y náusea. Todo esto, para después sentir la calma.

Expresar con palabras aquello que aqueja es un dispositivo usado dentro de la exploración. por lo cual se escribió un texto para después grabarlo, desde la visión de Samantha, directora del documental y guía del proceso coreográfico.

Cayendo lento

“Es como un monstruo que vive en mi cabeza y se alimenta de adrenalina, me avisa cuando hay peligro. Como cuando estás en la punta de un edificio y te quieres aventar desde lo más alto. Y en automático, una descarga de adrenalina. Y ese monstruo que estaba dormido se despierta, y me deja inmóvil. Siempre viviré con el riesgo de que no se va a ir, tendré que acostumbrarme a escuchar esa voz en mi cabeza. ¿Y si me da un ataque al corazón?, ¿Y si me vuelvo loca y dejo de respirar? ¿O si se me bloquea la garganta para siempre? ¡Lucha, huye, no pienses! Y eso, pese al miedo que siento.”

A su vez, cada actante escribió frases cortas que engloban lo que para ellas es vivir con este trastorno. Que posteriormente tomarán fuerza dentro de la obra.

- Es luchar con el pensamiento que sabotea los procesos.
- Hay un vacío interno que no se logra llenar.
- Se siente una pausa física, pero un alboroto mental.
- Tener la voluntad necesaria para levantarte cada día.
- Cosquilleo de inestabilidad.
- Perder el control de tu cuerpo y de tu mente, te pierdes en ese caos constantemente.
- A veces quisieras que te abrazaran todo el día.
- Es un vaivén infinito de emociones.
- Es pasar de sentir ¡tan rico!... a sentir un vacío tan frío.
- Se siente como estar acompañado, y al mismo tiempo sentirse completamente solo.
- Solo pides ya no sentirte así.
- Tener tanto amor a la vida, y pensar constantemente en morir.

4.6 Construcción y montaje de la obra

La composición escénica se conformó por la progresión de los elementos (sistemas escénicos) encontrados en las exploraciones que se vinculan, lo que hace precisa la

intención de armonizar y crear un orden entre los componentes que hacen posible la existencia concreta de la obra, y su gesto particular.

El silencio es el único que contesta las preguntas del pensamiento, pues es lo que habla cuando las palabras no pueden hacerlo. En la obra se decidió por el silencio en dos escenas, como retórica a la soledad que se siente al vivir el trastorno. El uso y el sentido del silencio, ofrecían matices diferenciales y enmarcaban los momentos en los que se rompía. Dando una mejor comprensión de la realidad escénica del momento.

La obra se construyó en tres escenas:

1. La introducción, en la cual el escenario está vacío y solo se escucha el audio del texto “cayendo lento” con la intención de ser un pensamiento colectivo, entre la obra y el público. Algo con lo que puede comenzar a identificarse o sensibilizarse, según sea el caso.
2. Las intérpretes se levantan de entre el público para comenzar a decir esas frases antes mencionadas, explicándole al público que es lo que ellas viven diariamente e interactuando con el.
3. La construcción física de la coreografía, la cual muestra la lucha por no caer en desequilibrio físico y mental, lo cual acerca al público a las sensaciones físicas y estados emocionales de una crisis de depresión y ansiedad. Cerrando como una sombra o un eco, de eso que nunca se va a ir, aún cuando llega la calma.

Ver ilustración 13, 14 y 15. (Anexo)

4.7 Puesta en escena

La pieza de danza tiene un valor intimista al igual que el documental, que como se habló anteriormente, la obra es una estructura narrativa de este. Por esta razón se decidió presentarla en un foro cerrado aforado en negro que permitiera la grabación

documental con las características técnicas necesarias, para mantener la continuidad y la intimidad propuesta para la obra, como para el documental. Se presentó ante 24 personas, sentadas alrededor del escenario para mantenerlos internos con los personajes y las sensaciones evocadas.

Lo obra fue presentada tres veces en la presentación, esto para cumplir con lo antes establecido con la dirección del documental, para reforzar el discurso.

El escenario se dividió en dos ejes, cada eje se grabó a tres cámaras, dos fijas en las esquinas, y una en movimiento montada en un dolly que recorría toda la acción en lateral. Una tercera con cámara en mano libre y siguiendo muy de cerca el movimiento de las intérpretes para causar un efecto de intimidad ante la cámara.

Ver ilustración 16, 17 y 18, 19. (Anexo)

4.8 Tratamiento visual de la obra montada en el documental

Dentro del documental podemos visualizar a la danza en tres momentos diferentes, los cuales ayudan a la construcción narrativa del mismo. Cada uno tiene sus peculiaridades técnicas visuales.

Trabajo de mesa

En el trabajo de mesa se tuvo una temperatura de color mixta, con luz fría entrando desde el exterior por la ventana, y luz cálida perfilando a los personajes desde el interior de la casa. Buscando el contraste en la luz, para reforzar el contraste en la vida de los personajes. (ansiedad y depresión). La paleta de color del vestuario fue para resaltar a los personajes respecto al fondo, que es muy colorido y cálido.

Los personajes tienen una luz principal que viene desde la ventana, y una luz a contraluz para perfilar y separar los personajes del fondo.

Los personajes están sentados en una mesa, por lo tanto el plano más abierto es en medium shot two shot (abarca dos personajes), para ver la relación entre los personajes. Después tenemos medium close up para los diálogos y close up, para los diálogos más fuertes.

El dispositivo sonoro utilizado es el sonido directo para tener un registro nítido de la conversación.

Ensayos

La temperatura de color en los ensayos es fría, por que se buscaba una intención dramática de acuerdo al tema de la obra, que se acentuó con el recurso del humo. La paleta de color también es fría y desaturada que refuerza el discurso del ensayo. Se tenía una luz que entraba por la ventana del set para simular una entrada del sol y una luz principal de lado izquierdo para iluminar a los personajes. En esta ocasión se decidió hacer las tomas con cámara en mano y ópticas angulares, con la intención de dar una sensación de cercanía e inestabilidad. El dispositivo sonoro fue con un micrófono ambiental, para captar los sonidos naturales del movimiento.

Puesta en escena

Puesta en escena tiene tres momentos:

En la introducción se utilizó una luz cálida de 3000 grados Kelvin, colocada en cenital iluminando solo el centro de lo que se marcó como escenario, con el objetivo de tener un ambiente íntimo. En la segunda parte, que son los diálogos de las intérpretes la luz cenital se mantiene y se incluyen tres luces laterales de temperatura de color fría de 5000 grados Kelvin. Cuando comienza la acción física la luz cenital sale, quedando solo las luces laterales que provocan un ambiente sobrio.

Al final de la obra salen luces laterales, y vuelve a encender la luz cenital, para dar un ambiente de tranquilidad.

El origen de la paleta de color proviene del vestuario, rosa (suavidad) y verde (serenidad) buscando un contraste con lo que muestra la obra, que son las etapas de una crisis de ansiedad y depresión. Se colocaron dos cámaras a las esquinas con planos generales, y en otras dos esquinas con planos medios. Además de una cámara en travelling recorriendo dos laterales del escenario para generar dinamismo e ir con la acción que sucedía dentro de la obra. El dispositivo sonoro fué sonido directo, con micrófonos colocados desde arriba. Las cámaras se alternaban para captar el movimiento de cada intérprete según su posición.

El proceso creativo de la obra de danza como estructura narrativa filmica del documental.

Es la trayectoria de la acción. Debe presentar una continuidad y fluidez narrativa a lo largo de la acción fílmica. Los diferentes encuadres son los que marcan la narración semántica del film.

Toda estructura narrativa fílmica pasa por tres fases (sea cual sea el género cinematográfico):

- **Arranque** de la acción: es el principio, el comienzo de la acción.
- **Desarrollo** de la acción: debe guardar la unidad semántica-narrativa.
- **Culminación y Desenlace** de la acción: representa el momento culminante de la narración (“Climax”).

La estructura semántica narrativa puede lograrse técnicamente por movimiento fílmico externo e interno.

CAPÍTULO V Conclusiones y recomendaciones

5.1 Conclusión

Lo expuesto a lo largo de esta investigación permite arribar las siguientes conclusiones:

El desarrollo del arte actualmente combinado con los medios y las tecnologías son producto de los diferentes contextos de las artes en general, hablando de esta investigación específicamente de la danza contemporánea y sus procesos de creación, inmersos en formatos diferentes de producción y exhibición. En este caso en particular, la función de una obra como estructura narrativa de un cortometraje documental.

Como coreógrafa y/o creadora, es importante desarrollar y diversificar las propuestas dancísticas con ayuda de las relaciones interdisciplinarias. En esta ocasión, con el cine. Tomando en cuenta las teorías sobre los diferentes lenguajes y la interrelación que existen al mismo tiempo entre estas dos disciplinas artísticas, la danza y el cine se oponen conceptualmente al simple registro dancístico. Esta relación implica una elaboración estética con los códigos establecidos en los propios términos del cine, documental, de coreografía, el tipo de narración y cómo crear significados a partir del montaje y la puesta en escena.

La danza y el cine comparten todos estos puntos mencionados, aún cuando cada uno tenga sus propias características los procesos creativos existen en ambas disciplinas, y comparten aún más: tiempo, espacio y cuerpo. Más allá de las posibilidades que cada una pueda brindar al discurso de una obra. En ese encuentro inevitable entre el cine y la danza no cesa de ampliar los campos de experimentación y renovación de producciones artísticas.

El documental “la tristeza es como la noche, tiene su propia belleza” demuestra un camino acertado en la composición de un formato diverso de contenidos

audiovisuales a partir de un tratamiento narrativo visual. Cabe destacar que no es una videodanza, es una captura que acerca a una realidad.

La danza y el cine no reemplazan uno al otro, y tampoco se limitan, son autónomos y no pueden ser encasillados.

El tema de este documental, que es sobre los trastornos de ansiedad y depresión, se considera de suma importancia para para quienes lo padecemos, y específicamente como creadora de la obra y directora del mismo. El poder encontrar una forma en la que se podrá llegar a una mayor audiencia, y comunicar la esencia del tema, es algo que ofrece la unión de estas disciplinas, el cine y la danza. Ya que enriquecen y ofrecen formas nuevas de experimentar y expandir fronteras.

5.2 Recomendaciones

Con base en los resultados y conclusiones se dan las siguientes recomendaciones:

- Desarrollar dentro del programa académico de la institución, proyectos dirigidos a reforzar el aprendizaje para que exista una mejora continua en la currícula del alumno, implementando clases teórico-prácticas sobre nuevas tecnologías y la vinculación de la danza con estas.
- Enfatizar el estímulo creativo del alumno, dotando al docente de herramientas pedagógicas actuales, que le permitan ver y enseñar al alumno de una manera distinta.
- Potenciar en cada clase los procesos creativos, para poder analizar y también teorizar la danza. No solo buscar el movimiento perfecto, si no también encontrar la reflexión y el cuestionamiento.

Referencias Bibliográficas

Contreras, Sabugal,Guadarrama,Salomón, Guy, González, Jatib, Ceriani.(2017) Videodanza: Creación Híbrida. (1° edición) México. Editorial UDLAP.

Docs MX. (2018) Taller Nacional de desarrollo y creación documental. México. FONCA

Edgar,R, Marland,J ,Rawle,S.(2016) El lenguaje Cinematográfico. (1° edición) España. Parramón Paidotribo.

Eisenstein (1994) El montaje escénico. México. Grupo Editorial Gaceta, S.A.

Gilles Deleuze (1983) La imagen-movimiento Estudios sobre cine 1. Barcelona, Editorial Paidós.

Jacques Aumont (1996) La Estética del cine: espacio fílmico, montaje y narración. Paidós.

Luarte, B. (2012) Glosarios. Recuperado de: <http://composicion-coreografica-2012.blogspot.com/?view=classic>

Monteil, N. (2004). Danse et vidéo. Dossier, vol.3. Recuperado de http://www.crdp-reims.fr/artsculture/dossiers_peda/dossier_pop3.pdf

National Institute of Mental Health (NIH) ¿Está siempre preocupado? Trastorno de Ansiedad Generalizada. NIH: Maryland, 2001. <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/anxiety-disorders/index.shtml>

Nichols B,(1997) Cap. 1, El dominio del documental. La representación de la realidad (pp 42-44) Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica S.A.

Nichols B,(1997) Cap. 3, Axiografía: el espacio ético en el documental. La representación de la realidad (pp 119-127) Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica S.A.

Nichols B, (2013) Introducción al documental, México, Universidad Nacional Autónoma de México.

Pérez, I. (2009). Algunas consideraciones sobre la (re) presentación del cuerpo en movimiento. Un encuentro posible entre la danza y las artes visuales. En D. Carrera (Coord.), Estudios sobre danza en la universidad. Grupo de estudio e investigación "Cuerpo Tecnología", 119-133. Recuperado de: <https://cuerpoytecnologia.files.wordpress.com/2010/02/estudios-sobre-danza-en-la-universidad.pdf>

Sánchez, J. A. y Naverán, I. (Ed.) (2008). Cairon 11 Revista de estudios de danza. Madrid: Universidad de Alcalá.

Taylor, S. y R.C. Bogdan (1989). Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Paidós, Barcelona.

Zorita Aguirre, I. (2010). Teatro Contemporáneo y Medios audiovisuales: primer acercamiento teórico. (Tesis doctoral inédita). Departamento de Filología Catalana, Universidad Autónoma. Barcelona. Recuperada de: <https://core.ac.uk/download/pdf/13296101.pdf>

Anexos : Lista de ilustraciones

FECHA Y HORA	LOCACIÓN	ESCENA	CAST Y CREW	IMAGEN	SONIDO	CATERING	PRODUCCIÓN
FECHA Y HORA	LOCACIÓN	ESCENA	CAST Y CREW	IMAGEN	SONIDO	CATERING	PRODUCCIÓN
REC	Domingo 5 Mayo 5:00 - 8:00 pm	Depto. Eduardo	Trabajo de mesa	Samantha Amy Claudia Lalo Mapache Christopher Eduardo	Cámara 1 con Accesorios 1 Tripié Cámara 2 Con Accesorios 1 tripié 2 Luces LED 2 Tripiés 2 extensiones	2 Lavalier 1 Tascam 8 baterías AA 2 baterías 9V 2 XLR	
Ensayo	Lunes 6 Mayo 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA Usos Múltiples CINEMA	Del mapa al cuerpo	Smanatha Amy	n/a	n/a	n/a
REC	Martes 7 Mayo 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA	Del mapa al cuerpo	Samantha Amy Claudia Lalo Mapache Christopher Eduardo	Cámara 1 con Accesorios 1 Tripié Cámara 2 Con Accesorios 1 tripié 3 Luces LED en parrilla	2 Lavalier 1 Tascam 8 baterías AA 2 baterías 9V 1 Boom 1 Caña y XLR	
REC	Lunes 13 Mayo 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA	Exploración Enfocada	Samantha Amy Claudia Lalo Mapache Christopher Eduardo	Cámara 1 con Accesorios 1 Tripié Cámara 2 Con Accesorios 1 tripié 3 Luces LED en parrilla	2 Lavalier 1 Tascam 8 baterías AA 2 baterías 9V 1 Boom 1 Caña y XLR	
Ensayo	Martes 14 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA Usos Múltiples CINEMA	Exploración Enfocada	Smanatha Amy	n/a	n/a	n/a
Ensayo	Jueves 16 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA Usos Múltiples CINEMA	Exploración Enfocada	Smanatha Amy	n/a	n/a	n/a
Ensayo	Lunes 20 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA Usos Múltiples CINEMA	Exploración Enfocada	Smanatha Amy	n/a	n/a	n/a
REC	Martes 21 Mayo 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA	Exploración Enfocada	Samantha Amy Claudia Lalo Mapache Christopher Eduardo	Cámara 1 con Accesorios 1 Tripié Cámara 2 Con Accesorios 1 tripié 3 Luces LED en parrilla	2 Lavalier 1 Tascam 8 baterías AA 2 baterías 9V 1 Boom 1 Caña y XLR	
Ensayo	Miércoles 22 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA Usos Múltiples CINEMA	Exploración Enfocada	Smanatha Amy	n/a	n/a	n/a
REC	Lunes 27 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA	Puesta Escénica	Samantha Amy Claudia Lalo Mapache Christopher Eduardo	Cámara 1 con Accesorios 1 Tripié Cámara 2 Con Accesorios 1 tripié 3 Luces LED en parrilla	2 Lavalier 1 Tascam 8 baterías AA 2 baterías 9V 1 Boom 1 Caña y XLR	
Ensayo	Miércoles 29 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA Usos Múltiples CINEMA	Puesta Escénica	Smanatha Amy	n/a	n/a	n/a
REC	Viernes 31 4:00 - 8:00 pm	Foro CINEMA	Puesta Escénica	Samantha Amy Claudia Lalo Mapache Christopher Eduardo	Cámara 1 con Accesorios 1 Tripié Cámara 2 Con Accesorios 1 tripié	2 Lavalier 1 Tascam 8 baterías AA 2 baterías 9V 1 Boom 1 Caña y XLR	

	FECHA Y HORA	LOCACIÓN	ESCENA	CAST Y CREW	IMAGEN	SONIDO	CATERING	PRODUCCIÓN
					3 Luces LED en parrilla			
Ensayo	Lunes 3 Junio 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA Usos Múltiples CINEMA	Puesta Escénica	Smanatha Amy	n/a	n/a	n/a	
Ensayo	Martes 4 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA Usos Múltiples CINEMA	Puesta Escénica	Smanatha Amy	n/a	n/a	n/a	
REC	Miércoles 5 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA	Puesta Escénica	Samantha Amy Claudia Lalo Mapache Christopher Eduardo	Cámara 1 con Accesorios 1 Tripié Cámara 2 Con Accesorios 1 tripié	2 Lavalier 1 Tascam 8 baterías AA 2 baterías 9V 1 Boom 1 Caña y XLR		
					3 Luces LED en parrilla			
Ensayos	6 - 12 Junio 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA Usos Múltiples CINEMA	Puesta Escénica	Smanatha Amy	n/a	n/a	n/a	
REC	Jueves 13 1:00 - 4:00 pm	Foro CINEMA	Ensayo General	Samantha Amy Claudia Lalo Mapache Christopher Eduardo				
REC	Viernes 14 4:00pm - 8:00pm	Foro CINEMA	Presentación Final	Samantha Amy Claudia Lalo Mapache Christopher Eduardo				
REC	Sábado 15 10:00 - 1:00pm	Foro CINEMA	Sesión de Fotos	Samantha Amy Claudia Lalo Mapache Christopher Eduardo				

Ilustración 1. Trabajo De Mesa.



Ilustración 2. Mapa Creativo De Modelo Rizomático.



Ilustración 3. Pensamiento Colectivo





Ilustración 4, 5 y 6. Vincularse Con El Mapa.

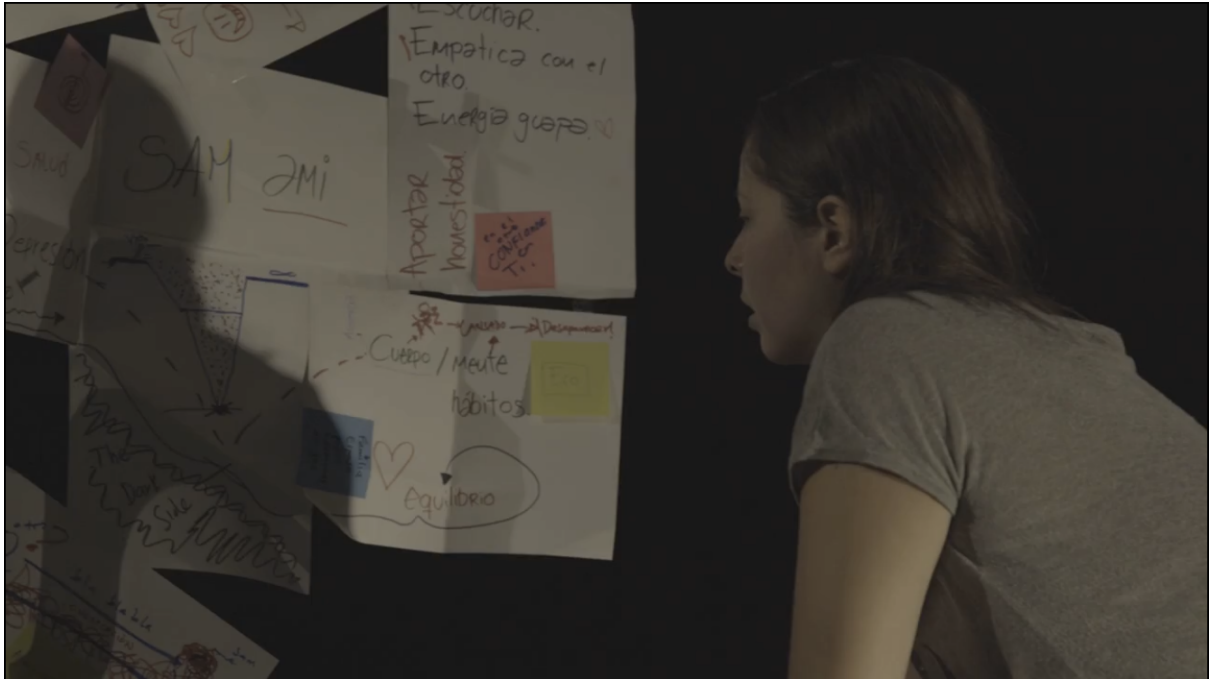




Ilustración 7, 8 y 9: Del Mapa Al Cuerpo.





Ilustración 10, 11 y 12. Exploración Enfocada.





Ilustración 13, 14 y 15. Construcción Y Montaje De La Obra.







Ilustración 16, 17, 18 y 19. Puesta En Escena.