

Curta-metragem Vermelha.

O papel do cinema na batalha contra o estigma da esquizofrenia

Eduardo Afonso Matos Gomes

Mestrado em Multimédia - Especialização em Cultura e Artes

Orientador: Professor Doutor Vítor Almeida

Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto 2024

FEUP 2024

O papel do cinema na batalha contra o estigma da esquizofrenia

Eduardo Afonso Matos Gomes

Mestrado em Multimédia da Universidade do Porto

Faculdades Participantes da Universidade do Porto:

Faculdade de Engenharia

Faculdade de Belas Artes

Resumo

A esquizofrenia é um distúrbio mental complexo e crónico que afeta profundamente a percepção, os pensamentos, as emoções e o comportamento de uma pessoa.

Nos últimos anos, tem havido uma crescente atenção e reconhecimento sobre o poder do cinema na redução do estigma associado às condições de saúde mental. Esta proposta de tese acompanhada de uma curta-metragem visa precisamente combater os estigmas e preconceitos enraizados na sociedade.

Através de uma narrativa envolvente e cuidadosamente construída, procura ultrapassar as barreiras do estigma e da ignorância, revelando a humanidade e a resiliência das pessoas afetadas por esta condição.

Ao lançar uma luz sensível e honesta sobre a esquizofrenia, o objetivo é promover a empatia, compreensão e inclusão, transformando a perspetiva coletiva sobre as doenças mentais.

O desenvolvimento deste projeto surge no contexto do meu percurso académico, que me proporcionou as competências necessárias para realizar esta investigação e culminar na produção e desenvolvimento da curta-metragem.

O objetivo deste projeto é estudar e analisar as melhores práticas no contexto cinematográfico e como este pode servir de mediador para a percepção que o espetador tem sobre a esquizofrenia. Adicionalmente, é importante destacar que a sensibilidade e a honestidade na abordagem deste tema são fundamentais para alcançar os resultados desejados.

Abstract

Schizophrenia is a complex, chronic mental disorder that profoundly affects a person's perception, thoughts, emotions and behavior.

In recent years, there has been growing attention and recognition of the power of film in reducing the stigma associated with mental health conditions.

This thesis proposal accompanied by a short film aims precisely to combat the stigmas and prejudices rooted in society. Through an engaging and carefully constructed narrative, it seeks to overcome the barriers of stigma and ignorance, revealing the humanity and resilience of people affected by this condition.

By shedding a sensitive and honest light on schizophrenia, the aim is to promote empathy, understanding and inclusion, transforming the collective perspective on mental illness.

The development of this project comes in the context of my academic career, which has provided me with the necessary skills to carry out this research and culminate in the production and development of the short film. The aim of this project is to study and analyze best practices in the cinematographic context and how it can mediate the viewer's perception of schizophrenia.

In addition, it is important to emphasize that sensitivity and honesty in approaching this subject are fundamental to achieving the desired results.

Agradecimentos

A quem orientou e guiou com sabedoria,
O profundo agradecimento com cortesia.

Aos que apoiaram e ficaram do meu lado
Agradeço com este trabalho dedicado.

Família, a minha eterna harmonia
Com especial carinho, à minha avó Maria.

Afonso Matos

Índice

1	Introdução	1
1.1	Questões de investigação	3
1.2	Objetivos	4
1.3	Estrutura da dissertação	4
2	Tu não me percebes e eu não nos percebo	9
2.1	Recolha	11
2.1.1	Projetos existentes	19
2.2	Documental	27
2.2.1	Arquivo. Cruzamento entre cinema, fotografia, escrita e doenças mentais	27
3	Aspetos metodológicos	43
3.1	Recolha	47
3.1.1	Vermelho	48
3.1.1.1	Musicoterapia	49
3.1.1.2	First rule of fight club	51
4	A construção do guião	55
4.1	Eu, tu, nos, vos, eles	56
4.1.1	Eu	57
4.1.2	Tu, ele	58
4.1.3	Nos	59
4.1.4	Vos ou voz	60
4.2	Atores	61
4.2.1	Vestuário	61
4.3	Cenários	62
5	Produção	64

6	Guião	68
7	Pós produção	77
	7.1 Preparação	77
	7.2 Montagem	78
	7.3 Tratamento do som	78
	7.4 Correção de cor	79
	7.5 Reflexão sobre a curta-metragem	79
8	Conclusão	82
9	Referencias	86
10	Bibliografia de Obras Cinematográficas	91
11	Apêndice da Curta-metragem	94

Lista de Figuras

Figura 1- Frame do Filme "The virgin suicides", Sofia Coppola, 1999	17
Figura 2- Frame do Filme "Donnie Darko", Richard Kelly, 2001	17
Figura 3- FFrame do filme "The Soloist", Joe Wright, 2009	17
Figura 4- "The Schizophrenia Diaries", Louis Quail, 2018	19
Figura 5- "Faces of Mental Illness", Melissa Spitz, 2017	20
Figura 6- Registo "Nigeria's Mentally Ill", Robin Hammond, 2012	21
Figura 7- Frame da curta "The Voorman Problem", Mark Gill, 2011	24
Figura 8- Registo "Crazywise", Phil Borges, 2017	26
Figura 9- Frame do filme "Shutter Island", Martin Scorsese, 2010	33
Figura 10- Frame do filme "A Beautiful Mind", Ron Howard, 2001	36
Figura 11- Frame do filme "One Flew Over the Cuckoo's Nest", Milos Forman, 1975	36
Figura 12- Frame do filme "Silver Linings Playbook", Russell, 2012	36
Figura 13- Frame do filme "Fight Club", David Fincher, 1999	53
Figura 14/15- Registos da produção da Curta-metragem	65/66

“We’ve all been raised on television to believe that one day we’d all be millionaires, movie gods, and rock stars. But we won’t. And we’re slowly learning that fact.”

Chuck Palahniuk, 1996

1. Introdução

Este projeto tem uma componente teórica e outra prática, trata-se de uma investigação sobre a esquizofrenia e como o cinema pode contribuir para atingir os objetivos de investigação delineados, este estudo utilizará uma metodologia de investigação qualitativa.

A etapa inicial consistirá na realização de uma revisão sistemática da literatura.

A revisão da literatura vai procurar identificar os avanços recentes no papel crucial do cinema na formação das identidades individuais, coletivas e no combate aos estigmas, tendo em conta estudos, artigos académicos e documentos publicados nos últimos dez anos.

As listas de referências serão analisadas manualmente para detetar estudos relevantes potencialmente perdidos.

Com base nos conhecimentos obtidos através da revisão da literatura, pretende-se realizar entrevistas em março a pessoas com esquizofrenia.

O principal objetivo destas entrevistas é recolher as perspetivas, experiências e ideias dos mesmos relativamente aos desafios que enfrentaram no dia a dia e na convivência com outras pessoas.

Sabendo que o conjunto de pessoas com esquizofrenia pode ser limitado, haverá conversas com pessoas que não padecem da esquizofrenia abordando o tema, para compreender quais são as perspetivas comuns e estigmas que ainda estão embutidos através dos média.

Para reunir participantes para as entrevistas, haverá uma procura de ajuda por parte de contactos académicos que possuam conhecimentos profissionais no domínio da psicologia.

Antes da demonstração, serão organizadas breves reuniões individuais com os participantes para apresentar a natureza do estudo, clarificar os objetivos e recolher as suas informações.

Estas reuniões serão realizadas remotamente ou presencialmente, dependendo da preferência dos mesmos, onde haverá uma apresentação de diapositivos.

A presente dissertação pretende também realizar uma curta-metragem que explore de forma profunda e crítica as nuances da experiência humana na perspetiva de um indivíduo em processo de deterioração mental. A produção desta obra cinematográfica abrange todas as etapas do processo criativo e técnico, desde a conceção do guião até à conclusão da pós-produção.

Inicialmente, o trabalho foca-se na elaboração de um guião que capte a complexidade emocional e psicológica do protagonista, com o objetivo de criar uma narrativa envolvente.

Em seguida, serão realizadas as gravações, que ocorrerão em cenários cuidadosamente selecionados para refletir o estado mental do personagem principal.

Após a conclusão das filmagens, o foco será a edição, onde cada cena será revista e ajustada para garantir a coesão entre a narrativa e a estética da curta-metragem.

Esta fase inclui também a seleção dos melhores takes, sincronização dos áudios, correção de cor e tratamento sonoro, de forma a garantir que todos os elementos técnicos estão em harmonia com a narrativa proposta.

Já nesta segunda questão, e, em relação às melhores abordagens para o desenvolvimento da curta-metragem que desperte à atenção em relação a estigmas relacionados com a esquizofrenia.

Haverá também, a inclusão de efeitos sonoros e musicais que enfatizam o suspense e a tensão inerentes à história, culminando num trabalho que não só diverte, mas também instiga uma profunda reflexão sobre os temas abordados.

1.1 Questões de Investigação

Esta investigação pretende compreender o papel do cinema na luta contra o estigma da saúde mental estudando a importância do cinema nesta luta, podendo explorar áreas como os estudos cinematográficos, psicologia, sociologia e saúde mental.

O poder da história, a influência das redes sociais nas percepções, o impacto da representação no cinema e o papel do cinema na formação de atitudes sociais em relação à saúde mental.

A curta-metragem procura sobretudo, educar o público sobre a esquizofrenia e sensibilizar para a realidade de viver com esta doença. Ao expor os sintomas e experiências de indivíduos com esquizofrenia.

Assim, a questão foi reformulada da seguinte forma:

De que forma o cinema pode contribuir para moldar a percepção da sociedade sobre a esquizofrenia?

À primeira pergunta foi acrescentada outra:

Quais são as abordagens possíveis para o desenvolvimento de uma curta-metragem capaz de dar conhecimento e sensibilizar o público para o problema da esquizofrenia?

1.2 Objetivos

O projeto tem como objetivo analisar e implementar as melhores práticas cinematográficas para abordar questões de saúde mental, especificamente a esquizofrenia, estudando como o cinema pode atuar como mediador na percepção do espectador sobre essa condição.

Pretende-se criar uma narrativa envolvente construída que revele a humanidade e resiliência das pessoas afetadas pela esquizofrenia, promovendo a empatia, a compreensão e a inclusão.

O objetivo final é transformar a perspectiva coletiva sobre a doença mental, particularmente a esquizofrenia, através de uma abordagem cinematográfica sensível e honesta.

Este projeto permitirá ainda ao autor aplicar as competências adquiridas durante o seu percurso académico na realização de uma investigação aprofundada sobre o tema e na produção da curta-metragem, explorando assim o potencial do cinema como ferramenta para reduzir o estigma associado às condições de saúde mental.

1.3 Estrutura da Dissertação

A dissertação apresentada está dividida em quatro capítulos principais, estendendo-se pelos consequentes subcapítulos e acompanhada de fotografias, imagens e citações que fomentam uma melhor compreensão deste trabalho. Há análises de filmes específicos elaboradas na investigação durante o projeto e, em anexo, documentos e estudos auxiliares recolhidos.

O primeiro capítulo procura fornecer um enquadramento contextual face aos temas da esquizofrenia e dos estigmas a ela associados, sobre os quais incide a presente investigação, as suas preocupações e motivações, de forma a clarificar os propósitos que justificam a relevância deste projeto, especificando o papel do cinema como ferramenta de combate ao estigma.

No segundo capítulo, é feita uma lista de referências teóricas e práticas que, para além de complementarem o objetivo deste projeto de investigação, influenciaram às abordagens e decisões tomadas durante o mesmo.

Entre os universos da psiquiatria, sociologia e cinema, destacam-se alguns estudos e filmes que se revelaram de maior importância dentro do caminho percorrido, estabelecendo paralelos entre a representação cinematográfica e a percepção pública da esquizofrenia.

No terceiro capítulo, são esclarecidas as metodologias aplicadas ao longo da investigação, descrevendo as ferramentas resgatadas e desenvolvidas para alcançar os objetivos propostos.

É neste capítulo que se reflete a orientação do projeto de investigação, ilustrando os diferentes momentos que o compõem – desde a análise de estudos sobre o impacto do cinema nas atitudes face à esquizofrenia até à avaliação de filmes específicos e seus efeitos na redução do estigma.

Finalmente, propõe-se uma breve reflexão sobre a importância do cinema no combate ao estigma associado à esquizofrenia, respondendo à questão de investigação. Considerando igualmente para desenvolvimentos futuros que suscitou, preocupações que surgiram no decurso dos trabalhos realizados e que permitiram identificar obstáculos, mas também vantagens em relação à utilização do cinema como instrumento de sensibilização e de mudança de atitudes em relação à esquizofrenia.

“Film is incredibly democratic and accessible, it’s probably the best option if you actually want to change the world, not just re-decorate it.”

Banksy

2. Tu não me percebes e eu não nos percebo

“A esquizofrenia é uma doença psiquiátrica grave, crónica e incapacitante.

Afeta profundamente a forma de pensar de uma pessoa, a sua vida emocional e o seu comportamento em geral. Para além do próprio doente, todos os que o rodeiam sofrem desta patologia, dadas as dificuldades nas relações sociais e familiares.”¹

A representação da esquizofrenia nos meios de comunicação percorreu um longo caminho desde as primeiras representações sensacionalistas e estigmatizantes. Embora ainda existam muitos desafios, há uma tendência crescente para representações mais precisas, empáticas e matizadas.

O envolvimento de pessoas com experiência vivida, a formação de profissionais de media e o uso inovador de novas tecnologias e plataformas de media oferecem esperança para um futuro onde a esquizofrenia seja compreendida e representada com mais precisão.

No entanto, é um trabalho que nunca terá conclusão. É necessário um esforço contínuo e colaborativo de profissionais de saúde mental, criadores de media e ativistas para continuar a melhorar as representações da esquizofrenia nos media. Só através destes esforços contínuos podemos esperar ver um mundo onde a esquizofrenia seja compreendida mais acertadamente, as pessoas afetadas sejam tratadas com respeito, extinguindo assim o estigma.

O estigma associado à esquizofrenia tem raízes profundas na sociedade, alimentado por décadas de representações mediáticas

¹ Explicação sobre o que é a esquizofrenia segundo a CUF, uma das principais empresas na área de cuidados de saúde em Portugal.

imprecisas e sensacionalistas temos como exemplos as representações em séries de televisão, várias séries populares, como “*Law and Order*” e “*Criminal Minds*”, personagens com esquizofrenia são frequentemente retratados como criminosos violentos ou instáveis, alimentando o medo e o estigma em relação à doença.

Historicamente, o cinema e outros meios de comunicação social têm frequentemente retratado indivíduos com esquizofrenia de uma forma estereotipada e negativa.

Um estudo realizado por Patricia R Owen (2012) “*Portrayals of schizophrenia by entertainment media: a content analysis of contemporary movies*” analisou 41 filmes que retratavam personagens com esquizofrenia e descobriu que 83% desses personagens eram retratados como perigosos ou violentos, perpetuando estereótipos nocivos e medos infundados.

Essas representações não só distorcem a realidade da vida com esquizofrenia, mas também contribuem para o sofrimento e marginalização das pessoas afetadas por esse transtorno.

Neste capítulo, serão abordados alguns exemplos de autores e obras que retrataram este mesmo tema e que têm afinidade temática especialmente no campo audiovisual.

Aqui, procura-se fornecer uma breve contextualização das principais ideias e referências neste vasto e crescente campo de indivíduos interessados na condição humana e apaixonados pela arte do cinema. Estes elementos foram cruciais para fundamentar escolhas que tiveram um impacto direto e indireto nas obras incorporadas neste projeto. Dada a sua natureza complexa, este capítulo será dividido em dois subcapítulos:

No primeiro capítulo, “Recolha”, serão abordadas referências diretamente relacionadas com a investigação, refletindo a nossa intenção de explorar e registar uma multiplicidade de experiências.

No subcapítulo “Documental”, será traçada uma breve história dos conceitos e práticas essenciais ao projeto, no contexto cinematográfico (curta-metragem), abrangendo influências de vários ramos, como a

fotografia, o cinema e a escrita. Simultaneamente, serão apresentados realizadores relevantes e obras que estabeleçam paralelos com este projeto, contribuindo para a desmistificação da esquizofrenia através da linguagem cinematográfica. Esta secção tem como objetivo fornecer uma visão completa das influências e referências que moldaram e enriqueceram o desenvolvimento do projeto.

2.1 Recolha

O cinema, desde o seu nascimento no final do século XIX, tem desempenhado um papel fundamental na formação da opinião pública e na formação de perceções sociais sobre vários tópicos, devendo-se também incluir nessa ação a saúde mental. Quando se trata de esquizofrenia, um transtorno mental complexo e muitas vezes incompreendido, o cinema tem o potencial de ser uma ferramenta poderosa no combate ao estigma e na promoção de uma compreensão mais profunda e empática dessa condição.

Neste capítulo da Recolha, será apresentado o contexto histórico da representação da esquizofrenia nos meios de comunicação, abordando como este transtorno mental tem sido retratado ao longo do tempo em diferentes plataformas, como cinema, televisão, teatro e literatura. Serão analisadas as mudanças nas perceções sociais e científicas da esquizofrenia, bem como a evolução dos estereótipos e narrativas associados a esta doença.

Nas últimas décadas, houve uma mudança gradual na forma como o cinema aborda a esquizofrenia e outros transtornos mentais. Esta evolução reflete uma maior consciência social das questões de saúde mental e um movimento crescente para combater o estigma em todas as suas formas.

Um estudo de Whitley, R., & Wang, J. (2017) “Good News? A Longitudinal Analysis of Newspaper Portrayals of Mental Illness in Canada 2005–2015.” analisou as representações da doença mental na media impressa, especificamente em jornais do Canadá, entre 2005 e 2015. O objetivo do estudo foi examinar como as representações da doença mental mudaram ao longo do tempo e avaliar se essas representações se tornaram mais positivas e precisas. A pesquisa encontrou uma tendência de melhoria na precisão e positividade das

representações, embora alguns estereótipos negativos ainda persistissem.

Este estudo é relevante para compreender como os meios de comunicação influenciam a percepção pública da doença mental.

O cinema, com o seu poder único de contar histórias visuais, oferece uma plataforma ideal para humanizar a experiência da esquizofrenia e desafiar percepções erradas. Através de narrativas cuidadosamente construídas e personagens bem desenvolvidos, os filmes podem proporcionar ao público uma visão mais realista da vida com esquizofrenia, incentivando à empatia e à compreensão.

O estudo “*The effects of news stories on the stigma of mental illness.*” realizado por Corrigan, Powell e Michaels (2011) investigou o impacto das narrativas mediáticas na estigmatização de indivíduos com doenças mentais. A pesquisa concentrou-se em como diferentes tipos de denúncia podem moldar as percepções públicas, influenciando as atitudes em relação às pessoas com transtornos mentais. Os autores realizaram testes em que expuseram os participantes a diferentes tipos de notícias, desde narrativas positivas, negativas e neutras. Os resultados mostraram que as narrativas positivas, que destacam a recuperação e sensibilidade dos indivíduos com doença mental, têm um efeito significativo na redução de atitudes estigmatizadas. Este estudo contribui para a compreensão do papel crucial dos meios de comunicação social na formação das percepções sociais sobre a doença mental, sugerindo que a promoção de narrativas positivas pode ser uma estratégia eficaz para combater o estigma associado a estas perturbações. Além disso, o estudo destaca a importância de haver uma abordagem jornalística consciente e responsável sobre a saúde mental, a fim de promover uma percepção mais justa e informada entre o público.

Primeiras representações (início do século XX)

No início do século XX, quando o cinema estava no seu início e a televisão ainda não existia, as representações de doenças mentais, incluindo a esquizofrenia, foram encontradas principalmente na literatura e no teatro.

Estas representações eram muitas vezes baseadas em equívocos e medos. Otto Wahl (1992) documentou no seu livro "*Media Madness: Public Images of Mental Illness.*" como os filmes do início do século XX retratavam indivíduos com doenças mentais, incluindo esquizofrenia, como violentos e imprevisíveis. Nomeadamente o filme "*Le Cabinet du docteur Caligari*" (1920) é um exemplo notável dessa época, retratando um paciente num manicómio como um assassino controlado por um médico louco. Tratando-se de uma exploração das personagens complexa, entre o estereótipo e a sua desmontagem, pois por um lado apresenta o típico sábio louco e maquiavélico, mas também o louco sonâmbulo, vítima do cientista, que é hipnotizado e manipulado ao ponto de executar acções violentas.

Um dos primeiros filmes que abordaram o problema da saúde mental foi *The Escaped Lunatic*, de Wallace McCutcheon, em 1903. O filme insere-se no género de comédia de perseguição (típico na época) e apresenta um home louco, convencido que é o Napoleão, que mimetiza os seus gestos e aspirações de grandeza. Um dia, parte os móveis da sua cela e foge do asilo, sendo perseguido pelos enfermeiros. Durante a fuga num acto perturbado, lança violentamente um dos enfermeiros ao rio, para depois sem nenhuma razão aparente regressar à cela do asilo. Apesar de se tratar de uma comédia, o filme explora claramente o estereótipo do louco descontrolado, com múltipla personalidade, impetuoso e potencialmente agressivo. (ABEL, Richard. 2005)

Meados do século XX

À medida que a compreensão científica da esquizofrenia melhorou na segunda metade do século XX, as representações dos média começaram a mudar, embora o progresso fosse lento. Refira-se por exemplo filmes como *"The Snake Pit"* (1948) começaram a abordar as condições em hospitais psiquiátricos, mas ainda retratavam os pacientes de forma estereotipada.

Nancy Signorielli (1989). em *"The stigma of mental illness on television. Journal of Broadcasting & Electronic Media"* analisa como a televisão representou a doença mental durante a década de 1980, concluindo que essas representações permaneceram predominantemente negativas. Mais uma vez os personagens com doença mental eram frequentemente retratados como violentos, perigosos ou como alívio cômico. no teatro.

Final do século XX e início do século XXI

O final do século XX viu uma mudança gradual para representações mais realistas. Filmes como *"Beautiful Mind"* (2001) tentaram retratar a experiência da esquizofrenia de uma forma mais precisa e compassiva. No entanto, muitas representações problemáticas persistiram.

Muito para além do nosso entretenimento, os filmes desempenham um papel crucial na nossa compreensão do mundo e das pessoas que nos rodeiam. A história do cinema está intimamente ligada à nossa procura contínua de empatia com grupos que carregam estigmas e marginalização.

Da carga afetiva à promoção de mudanças sociais, o cinema ajuda a moldar as atitudes da sociedade em relação a distúrbios graves de saúde mental, como a esquizofrenia. Os esforços para retratar a esquizofrenia têm sido enormes, tanto em termos de quantidade como de qualidade.

Stephen Harper(2005) em *"Media, Madness and Misrepresentation: Critical Reflections on Anti-Stigma Discourse. European Journal of Communication"* conclui que o género de terror, ao longo da história,

desempenhou um papel significativo na perpetuação do estigma em torno das doenças mentais, especialmente a esquizofrenia, ao frequentemente retratar pacientes psiquiátricos como violentos e perigosos. Ele argumenta que essas representações não apenas refletem, mas também reforçam o medo social e a desinformação sobre a doença mental, contribuindo para uma compreensão distorcida e estigmatizada do transtorno.

“On the other hand, some filmic treatments of serious mental illness containing scenes of violence are much more sensitive treated.” Harper (2005).

O cinema tem várias características que o tornam particularmente eficaz para lidar com o estigma da saúde mental, notadamente:

a) Envolvimento emocional: Os filmes podem criar empatia ao permitir que os espectadores se conectem emocionalmente com personagens que enfrentam desafios de saúde mental. Como exemplo temos o filme *“The Virgin Suicides”* (1999), dirigido por Sofia Coppola, o filme adapta o romance de Jeffrey Eugenides e acompanha a vida de cinco irmãs numa família suburbana que enfrenta uma série de desafios emocionais e psicológicos. O filme explora os sentimentos de isolamento e desesperança das irmãs e a reação da comunidade às suas experiências, permitindo que os espectadores se conectem com o sofrimento das personagens.

b) Narrativa visual: Conceitos e experiências complexas podem ser transmitidos através de metáforas visuais e simbolismo, tornando-os mais acessíveis ao público em geral. O filme *“Donnie Darko”* (2001) de Richard Kelly é conhecido pelo uso de simbolismo e elementos visuais para representar a psicose e distorção da realidade enfrentada pelo protagonista. O coelho gigante “Frank”, que aparece em várias cenas, parece ser uma metáfora para o estado mental perturbado de Donnie e as suas experiências com realidades paralelas.

c) Potencial educativo: Documentários e filmes de ficção baseados em experiências reais podem fornecer informações precisas e desafiar equívocos. O filme "*The Soloist*" (2009), baseado numa história real, retrata a relação entre Nathaniel Ayers e um jornalista que descobre o talento musical de Ayers enquanto ele era sem-abrigo. O filme oferece uma visão empática da esquizofrenia e desafia a ideia incorreta de que as pessoas com transtornos mentais são incapazes de ter vidas produtivas ou criativas. Ele também destaca a importância da compreensão e do apoio social.



Figura 1- Frame do Filme "The virgin suicides", Sofia Coppola, 1999



Figura 2- Frame do Filme "Donnie Darko", Richard Kelly, 2001



Figura 3- Frame do filme "The Soloist", Joe Wright, 2009

Temos como exemplo o filme "*Shutter Island*" que, embora haja um desejo por parte do realizador de evitar, existem semelhanças com a desumanização e estereotipificação de doentes mentais e funcionários numa instituição psiquiátrica. Em "*The Paradox of Self-Stigma and Mental Illness*" por Patrick W. Corrigan e Amy C. Watson, o fenómeno de auto-estigma é explorado, onde os indivíduos com doença mental internalizam os estigmas sociais e nocivos associados às suas condições. Eles discutem como a auto-estigma pode afetar a identidade e a recuperação dos indivíduos, e como as representações da media, como as encontradas em filmes, podem contribuir para esses estigmas. A análise de filmes como "*Shutter Island*" pode ilustrar como a media perpetua estereótipos e desumanização de pacientes e profissionais em instituições psiquiátricas.

No entanto, como mencionado anteriormente, nos últimos tempos os filmes têm representado mais efetivamente uma imagem mais autêntica e abrangente da esquizofrenia. Por exemplo, um catalisador muito expressivo e marcante para essa mudança de atitude é "*A Beautiful Mind*", de 2001. Ao longo dos anos, o público foi apresentado a uma lista impressionantemente crescente de filmes que, sensivelmente, representam com precisão a esquizofrenia. Entre eles estão os lançamentos aclamados de "*Love and Death*", de Woody Allen e "*Mulholland Drive*", de David Lynch. Não menos significativos, tais retratos progressistas da esquizofrenia têm sido cada vez mais valorizados pelos prêmios "Oscar", refletindo um movimento cinematográfico *mainstream*, mas uma tremenda importância para a conscientização e desmistificação em todo o setor do entretenimento.

2.1.1 Projetos existentes

É inegável o poder dos meios de comunicação visuais, em particular do cinema e da fotografia, na formação da percepção pública e no combate ao estigma contra problemas de saúde mental como a esquizofrenia. Ao longo dos anos, inúmeros cineastas, documentaristas e fotógrafos enfrentaram o desafio de retratar a esquizofrenia com precisão, empatia e nuances, contribuindo significativamente para a compreensão e conscientização pública dessa condição complexa.

No campo da **fotografia**, também se pode identificar projetos que têm contribuído significativamente para mudar as percepções sobre a esquizofrenia. Neste contexto da fotografia, um projeto fotográfico notável é **"The Schizophrenia Diaries"** do fotógrafo Louis Quail. Este projeto de longo prazo documenta a vida do irmão de Quail, Justin, que vive com esquizofrenia há mais de 30 anos. As fotografias de Quail, acompanhadas pelos escritos e notas médicas de Justin, oferecem um olhar profundamente pessoal sobre a vida com esquizofrenia.



Figura 4 - "The Schizophrenia Diaries", Louis Quail, 2018.

Refere-se ainda que **"Faces of Mental Illness"** é um projeto fotográfico íntimo e comovente dirigido por Melissa Spitz, que oferece uma visão pública e emocional sobre a vida com transtorno bipolar. Spitz retrata sua própria mãe, Deborah, que vive com essa condição, capturando momentos autênticos e íntimos de seu cotidiano.

Cada imagem em *"Faces of Mental Illness"* conta uma história única, permitindo ao espectador entrar no mundo interior de Deborah e ter as suas lutas e triunfos.

A fotógrafa utiliza uma abordagem franca e autêntica, capta momentos de vulnerabilidade e força com igual sensibilidade.



Figura 5 - "Faces of Mental Illness", Melissa Spitz, 2017.

Além disso, o projeto destaca a relação entre mãe e filha, explorando o impacto do transtorno bipolar na dinâmica familiar.

Spitz partilha não apenas a jornada de vida da sua mãe, mas também a sua própria jornada como cuidadora.

Refira-se também com fotografia, Robin Hammond apresenta a comovente série fotográfica "*Nigeria's Mentally Ill*". O projeto revela as condições cruéis enfrentadas pelas pessoas com doenças mentais em várias regiões da África, destacando a negligência sistemática e as violações dos direitos humanos que muitas vezes acompanham essa população marginalizada.

Hammond mergulha nas comunidades afetadas, capturando imagens poderosas e provocativas que mostram a realidade chocante e muitas vezes desumana enfrentada por aqueles que vivem com doenças mentais na região. As suas fotografias são um testemunho vivo das condições precárias em que estas pessoas são forçadas a viver, expondo as falhas gritantes nos sistemas de saúde mental e a falta de apoio adequado para quem mais precisa.



Figura 6 - Registo "*Nigeria's Mentally Ill*", Robin Hammond, 2012.

Uma das características mais marcantes desta série fotográfica é a sua abordagem humanizada. Hammond recusa-se a retratar os afetados apenas como vítimas passivas da sua condição, optando por mostrar a sua resiliência e dignidade apesar das adversidades. Nas suas imagens, podemos ver sorrisos tímidos, expressões de esperança e gestos de solidariedade, que nos recordam a humanidade por detrás do estigma da doença mental.

No entanto, as fotografias também revelam a realidade crua da vida de muitos indivíduos com doenças mentais em África. Em muitos casos, estas pessoas são sujeitas a tratamentos desumanos e degradantes, incluindo o confinamento em cadeias, o isolamento em celas sujas e sobrelotadas e a falta de acesso a cuidados médicos adequados e a apoio psicossocial.

Uma das imagens mais marcantes da série é a de um homem acorrentado a uma árvore. Nesta imagem, Hammond capta a desumanidade da prática de acorrentar pessoas com doenças mentais, expondo a violação dos seus direitos humanos mais básicos. A expressão em branco nos olhos do homem diz muito sobre o sofrimento e a desesperança que muitas vezes acompanham esta forma de tratamento desumano.

Voltando ao cinema e mais especificamente as **curtas-metragens**, em particular, podem focar as suas narrativas para criar um impacto intenso e memorável em um curto período de tempo.

Dois exemplos notáveis que abordam temas relacionados com a esquizofrenia são “*The Voorman Problem*” (2011) realizado por Mark Gill, é uma curta-metragem baseada num capítulo do romance “*Number Dream*” de David Mitchell. O filme explora a interação entre um psiquiatra e um prisioneiro que acredita ser um deus, tocando em temas relacionados a distúrbios psicológicos.

E “*Rupture*” (2014) de Yassmina Karajah conta a história de um jovem imigrante que lida com os sintomas da esquizofrenia enquanto tenta adaptar-se a uma nova vida num país estrangeiro. O filme explora a intersecção entre a experiência migratória e a doença mental. É relevante também porque destaca como as condições sociais e culturais podem exacerbar os desafios enfrentados pelos indivíduos com esquizofrenia.

Ao focar-se numa personagem que é ao mesmo tempo imigrante e com esquizofrenia, "Rupture" explora temas como a identidade, a pertença e a luta pela normalidade num ambiente desconhecido.

"The Voorman Problem", baseado no romance *"Mr. Vertigo"* de David Mitchell, é uma curta-metragem britânica que explora as fronteiras entre sanidade e loucura através da interação entre um psiquiatra, Dr. Williams, e um prisioneiro, Voorman, que acredita ser um deus. O filme não aborda diretamente a esquizofrenia, mas aborda temas como delírios e percepções distorcidas da realidade, características comuns em transtornos psicóticos.

A curta-metragem começa com o Dr. Williams a ser chamado para avaliar a sanidade mental de Voorman, um prisioneiro que exerce uma influência peculiar sobre os outros presos. Durante a primeira sessão, Voorman declara calmamente: "I am God. I created the world eight days ago, and everything you know is simply a figment of my imagination." Esta declaração de abertura dá o tom do filme, criando uma atmosfera de dúvida e ambiguidade sobre a verdadeira natureza da realidade de Voorman.

A forma como Voorman descreve a sua percepção do mundo pode ser interpretada como uma manifestação de um delírio, um traço por vezes associado a casos de esquizofrenia, onde o indivíduo pode desenvolver falsas crenças de grandeza ou poder.

À medida que a curta progride, o Dr. Williams tenta racionalizar as alegações de Voorman, propondo que ele sofre de uma psicose aguda. No entanto, Voorman continua a desafiar as suposições do médico com uma lógica interna que, embora claramente delirante, é apresentada de uma maneira tão convincente que começa a afetar o próprio julgamento do Dr. Williams. "Why do you assume your world is real and mine is not?" Voorman questiona, forçando o espectador a considerar os limites entre sanidade e loucura. Esta cena é fundamental para o desenvolvimento da história, pois não só ilustra a capacidade dos delírios de confundir até mesmo os observadores mais racionais, mas também destaca o quão subjetiva pode ser a percepção da realidade.

A direção de Mark Gill é eficaz em criar tensão constante ao longo da curta, usando o ambiente claustrofóbico da prisão e grandes planos dos personagens para intensificar a sensação de desconforto.

Embora *"The Voorman Problem"* não seja uma representação direta da esquizofrenia, esta curta-metragem explora em profundidade os

efeitos psicológicos dos delírios, um sintoma comum desta doença. A interação entre Voorman e Dr. Williams pode ser vista como uma metáfora para a luta constante entre a realidade objetiva e subjetiva, um tema central em muitas discussões sobre esquizofrenia. O filme deixa o espectador com mais perguntas do que respostas, uma escolha deliberada que reflete a complexidade da condição mental que está implicitamente sendo retratada.



Figura 7 - Frame da curta-metragem “The Voorman Problem”, Mark Gill, 2011.

Por outro lado, ***"Rupture"*** narra a vida de um jovem imigrante que lida com os sintomas da esquizofrenia enquanto se adapta a um novo país. O trabalho destaca-se pela abordagem de entrelaçar a experiência migratória com os desafios de viver com uma doença mental. A protagonista enfrenta não só as dificuldades típicas de adaptação cultural e social, mas também a luta interna com uma mente que desafia constantemente a sua percepção da realidade. A esquizofrenia é aqui apresentada não apenas como um transtorno psiquiátrico, mas também como uma condição exacerbada por fatores externos, como isolamento cultural e perda de identidade. Este filme torna-se particularmente relevante ao destacar como as pressões

sociais e culturais podem amplificar os desafios enfrentados por indivíduos que já são vulneráveis devido a uma condição mental debilitante. Ao explorar temas como identidade, e procura da normalidade em um ambiente desconhecido, esta curta-metragem oferece uma visão empática e multifacetada da esquizofrenia, diferenciando-se pelo ênfase nos fatores contextuais e sociais que impactam a vida do protagonista.

Enquanto que *"The Voorman Problem"* (2011) tem uma abordagem diferente para explorar a esquizofrenia em que o foco é a interação entre um psiquiatra e um prisioneiro, *"Rupture"* concentra-se nas experiências pessoais e sociais de uma jovem imigrante. Enfatiza os desafios externos e os impactos sociais da esquizofrenia, especialmente em um contexto migratório.

Observando agora **documentários**, *"Living with Schizophrenia: A Call for Hope and Recovery"* (2017), tem uma abordagem diferente das narrativas ficcionais, oferecendo relatos da vida real de indivíduos que vivem com esquizofrenia.

O documentário apresenta entrevistas com pacientes, familiares e profissionais de saúde mental, proporcionando uma visão multifacetada da condição.

O que distingue o projeto é o seu foco na recuperação e esperança. Ao mostrar indivíduos que aprenderam a gerir a sua condição e a levar uma vida gratificante, o documentário desafia as visões muitas vezes fatalistas associadas ao diagnóstico de esquizofrenia.

"Living with Schizophrenia: A Call for Hope and Recovery" não é limitado apenas a documentar os sintomas clínicos do transtorno bipolar, mas procura explorar a complexidade das experiências vividas por Deborah e sua família. As fotografias oferecem uma variedade de movimentos, desde momentos de luto e convecção até momentos de angústia.

Também, os documentários de Phil Borges são obras profundamente inspiradoras para este projeto, que combinam imagens visuais e narrativas para explorar questões sociais, culturais e humanitárias por todo o mundo. Borges é conhecido pelo seu trabalho como fotógrafo e cineasta, com foco em comunidades marginalizadas e quando relacionado à identidade, saúde mental e direitos humanos.

Refira-se ainda um dos trabalhos mais notáveis de Phil Borges é "*Crazywise*", lançado em 2017. Este filme é um reflexo de abordagens alternativas e tradicionais à saúde mental e diferentes culturas em todo o mundo. "*Crazywise*" desafia as normas ocidentais de diagnóstico e tratamento de doenças mentais, explorando como algumas sociedades vêem a experiência da "febre psicótica" como uma potencial rotina de passagem espiritual ou transformação social. Borges mergulha em histórias de indivíduos que lutam com a saúde mental mostrando como as comunidades indígenas e culturas não-ocidentais abordam os desafios.

A habilidade de Borges em contar histórias visuais é evidente com seu uso magistral de fotografias e vídeos para transmitir movimento, conteúdo e significado. Ao mesmo tempo, os documentários não se limitam a uma estética superficial, acompanham profundamente as vidas e lutas das pessoas que são retratadas, oferecendo um olhar perspicaz sobre questões complexas. Ao destacar as histórias e lutas de comunidades marginalizadas por todo o mundo Borges convida-nos a refletir sobre questões de identidade, justiça social e saúde mental, inspirando-nos a agir por um mundo mais inclusivo e compassivo.



Figura 8 - Registo "*Crazywise*", Phil Borges, 2017.

2.2 Documental

2.2.1 Arquivo. Cruzamento entre cinema/fotografia/escrita e doenças mentais

No final do capítulo deverá ser apresentado um resumo com as principais conclusões da revisão e sua utilidade para o desenvolvimento da solução para o problema. A escassez de informação e de estudos científicos sobre o papel do cinema no estigma da esquizofrenia é um espaço em branco significativo na investigação académica sobre o tema. Face a esta realidade, optou-se por uma abordagem mais abrangente, procurando explorar não só os estudos dirigidos à esquizofrenia, mas também uma variedade de trabalhos que abordam o papel do cinema na representação e no combate aos estigmas relacionados com a saúde mental como um todo. Esta escolha foi motivada pela compreensão de que as representações cinematográficas das doenças mentais muitas vezes transcendem as fronteiras de diagnósticos específicos, oferecendo contributos valiosos sobre as perceções sociais e culturais em torno da saúde mental.

Essa abordagem interdisciplinar permite uma análise mais aprofundada das estratégias narrativas, técnicas cinematográficas e discursos sociais presentes nas representações da esquizofrenia e de outras condições mentais no cinema. Além disso, ao explorar o papel do cinema como uma ferramenta potencial para desafiar e subverter estereótipos, espera-se contribuir para um diálogo mais amplo sobre a representação da diversidade e complexidade das experiências humanas no grande ecrã, promovendo assim uma sociedade mais inclusiva e compassiva em relação à saúde mental. Ao continuar a criar e apreciar representações autênticas e sensíveis dessa condição no cinema, podemos contribuir para uma sociedade mais inclusiva e compassiva para aqueles que vivem com doenças mentais.

Retornando à relação entre **cinema e esquizofrenia**, é essencial reconhecer o impacto positivo que filmes como "*A Beautiful Mind*", "*Requiem for a Dream*" e "*Shutter Island*" tiveram na desmistificação dessa condição. Estes filmes desafiam estereótipos e oferecem representações complexas e lançadas da esquizofrenia, permitindo ao público uma compreensão mais profunda dos desafios enfrentados por

aqueles que vivem com essa doença mental.

Ao assistir a estes filmes, os espectadores são convidados a entrar no mundo dos personagens e a vivenciar as suas experiências de uma maneira poderosa e emocional, o que pode ajudar a humanizar a esquizofrenia e a reduzir o estigma associado a ela, promovendo uma maior compreensão e empatia. Otto F. Wahl, no livro *"Media Madness: Public Images of Mental Illness"* (1995), apresenta uma crítica incisiva ao papel dos media com particular ênfase no cinema, na construção e perpetuação de estereótipos relacionados com as perturbações mentais. Wahl argumenta que as representações da media tendem a retratar pessoas com transtornos mentais de maneira distorcida, frequentemente ligando-as à violência ou a atitudes irracionais. Wahl diz que o cinema, devido à sua ampla divulgação e impacto emocional, desempenha um papel crucial na formação dessas imagens distorcidas. *"Os filmes, como outras formas de media de massa, são ferramentas poderosas para moldar a compreensão pública da doença mental. Infelizmente, muitas vezes o fazem de maneira imprecisa e de maneiras que reforçam estereótipos"* (Wahl, 1995, p. 52). Esta afirmação sublinha a responsabilidade ética dos realizadores e a necessidade de uma representação mais precisa e sensível da esquizofrenia.

Um exemplo paradigmático citado por Wahl é o filme *"Psico"* (1960), de Alfred Hitchcock. Nesta obra, o personagem Norman Bates, que sofre de uma doença mental não especificada, mas insinuada como esquizofrenia, é retratado como um assassino violento. Wahl argumenta que tais representações contribuem para uma associação errada entre esquizofrenia e violência, uma percepção que contradiz evidências clínicas substanciais.

Wahl formula a sua análise de maneira crítica, discutindo as implicações práticas dessas representações na vida quotidiana de indivíduos com esquizofrenia. Ele argumenta que a estigmatização resultante dessas representações pode levar a consequências tangíveis, incluindo isolamento social, discriminação no emprego e barreiras no acesso a cuidados de saúde adequados. Esta abordagem abrangente destaca a interligação entre as representações mediáticas e as realidades sociais vividas. E por isso, é importante notar que a crítica de Wahl vai além do cinema, abrangendo várias formas de media. A sua análise inclui representações em jornais, programas de televisão e literatura popular. Além disso, Wahl explora o conceito de

"literacia mediática" como uma ferramenta potencial para mitigar os efeitos negativos de representações distorcidas. Ele argumenta que educar o público sobre como interpretar criticamente as representações da mídia pode ser um passo crucial na redução do estigma associado à esquizofrenia e outras doenças mentais.

No livro *"Madness at the Movies: Understanding Mental Illness through Film"* (2013), de James Charney, é proposta uma análise mais focada e contemporânea, examinando especificamente a representação da esquizofrenia em filmes populares. Charney reconhece o potencial educativo do cinema, mas também alerta para os riscos de perpetuar mitos e desinformação. Charney analisa criticamente filmes como *"A Beautiful Mind"* (2001) e *"The Soloist"* (2009), elogiando os seus esforços para humanizar indivíduos com esquizofrenia, mas também apontando as suas limitações e simplificações.

Por exemplo, em relação a *"A Beautiful Mind"*, Charney elogia a tentativa do filme de retratar as experiências subjetivas da esquizofrenia, mas critica a simplificação do tratamento e a sugestão de que a condição pode ser superada principalmente através da força de vontade e apoio emocional. É relevante pensar na análise de Charney considerando o contexto histórico em que estes filmes foram produzidos. A evolução das representações cinematográficas da esquizofrenia ao longo do tempo refletem mudanças mais amplas na compreensão social e científica da doença. Filmes mais recentes tendem a apresentar uma visão mais realista e menos estigmatizante da esquizofrenia, temos como exemplo *"Words on Bathroom Walls"* (2020), de Thor Freudenthal oferece uma representação significativa e inovadora da esquizofrenia, particularmente no contexto da adolescência. Baseado no romance de Julia Walton, o filme narra a história de Adam, um jovem que enfrenta os desafios impostos pela esquizofrenia durante um período crucial da sua vida. Uma das principais contribuições do filme para a discussão sobre a esquizofrenia na mídia é a humanização do personagem principal. Adam é retratado como um adolescente comum que, além de lidar com os desafios típicos da adolescência, enfrenta as complexidades de viver com uma doença mental severa. O filme evita estereótipos comuns, optando por uma narrativa que enfatiza a luta interna do

personagem, o seu desejo de normalidade e a procura por uma identidade além do diagnóstico.

Além disso, pode-se considerar o impacto das representações cinematográficas na formação de políticas públicas de saúde mental. A forma como a esquizofrenia é retratada no cinema pode influenciar as atitudes do público em relação aos investimentos em investigação e tratamento das doenças mentais.

Tanto Wahl quanto Charney salientam as implicações éticas das representações cinematográficas da esquizofrenia. Ambos argumentam que os cineastas têm a responsabilidade social de retratar as condições de saúde mental de forma precisa e sensível. Esta responsabilidade é particularmente crucial tendo em conta o papel do cinema como fonte primária e por vezes única de informação sobre saúde mental para muitos espectadores. As implicações sociais destas representações são multifacetadas. Por um lado, representações imprecisas podem perpetuar estigmas e dificultar a integração social de indivíduos com esquizofrenia. Por outro lado, representações mais precisas e empáticas têm o potencial de promover a compreensão e aceitação social.

Ambos os autores oferecem recomendações para melhorar as representações cinematográficas da esquizofrenia. Estes incluem uma colaboração mais estreita entre cineastas e profissionais de saúde mental, bem como um compromisso com o rigor científico e a sensibilidade cultural. Uma área promissora para pesquisas futuras é a investigação do impacto de representações mais recentes e potencialmente mais precisas da esquizofrenia no cinema. Estudos longitudinais poderiam examinar se, e como as atitudes do público em relação à esquizofrenia mudaram em resposta a representações cinematográficas mais reais.

O livro *"Movies and Mental Illness: Using Films to Understand Psicopatologia"* (2014) de Danny Wedding e Ryan M. Niemiec é uma obra significativa que destaca o papel do cinema na compreensão das doenças mentais, incluindo a esquizofrenia. Os autores afirmam que em toda a experiência perceptiva humana, nada transmite informação ou evoca emoções de forma tão clara como o nosso sentido visual.

Os realizadores de filmes captam a riqueza deste sentido visual, combinam-no com estímulos auditivos e criam a derradeira experiência de sonho acordado (*daydreaming*) "O espectador entra em transe, num

estado de absorção, concentração e atenção, absorvido pela história e pela situação das personagens."(Wedding e Niemiec,2014). Esta citação ressalta a poderosa influência do cinema na percepção humana e na capacidade de transmitir informações complexas de maneira acessível e envolvente. Ao utilizar recursos visuais e auditivos, os cineastas podem criar uma experiência imersiva que envolve o espectador emocionalmente e intelectualmente.

No livro "*Psychiatry and the cinema*" de Glenn Gabbard que, por sua vez, já abrange o conceito da saúde mental no cinema, reforça esta mesma ideia de que os filmes são uma fonte significativa de informação sobre a doença mental e fornecem ao público imagens poderosas que moldam as atitudes culturais sobre as perturbações psiquiátricas. Uma das razões pelas quais os filmes são tão eficazes nesse aspecto é a sua capacidade única de comunicar informações complexas de maneira acessível e emocionalmente crua. Ao retratar personagens com doenças mentais em contextos variados e histórias envolventes, os filmes oferecem ao público a oportunidade de se conectar emocionalmente com esses indivíduos, compreendendo melhor as suas experiências e desafios. Além disso, os filmes têm um alcance significativo, atingindo públicos diversos pelo mundo. Essa ampla distribuição permite que as representações cinematográficas das doenças mentais alcancem e influenciam uma ampla gama de espectadores, contribuindo para a formação de percepções coletivas sobre essas condições. Como resultado, as imagens e narrativas apresentadas nos filmes podem ter um impacto duradouro na maneira como a sociedade em geral percebe e trata as pessoas que vivem com doenças mentais. No entanto, é importante reconhecer que as representações de doenças mentais no cinema nem sempre são precisas ou livres de estereótipos.

Concluindo, muitas vezes, os filmes recorrem a convenção dramáticas e simplificações narrativas que podem distorcer ou exagerar da realidade das doenças mentais. Isso pode contribuir para a perpetuação de estigmas e estereótipos prejudiciais, reforçando ideias falsas ou negativas sobre as pessoas que vivem com essas condições. Enquanto os filmes podem desempenhar um papel importante na educação pública e na promoção da consciencialização sobre as doenças mentais, é essencial abordá-los criticamente e contextualizá-los dentro de um quadro mais amplo de compreensão e empatia.

Ao reconhecer tanto o potencial positivo quanto os desafios das representações cinematográficas das doenças mentais, podemos trabalhar para promover uma narrativa mais precisa, inclusiva e compassiva em torno dessas questões complexas e muitas vezes mal compreendidas.

Representação da Esquizofrenia no Cinema

Voltando ao exemplo notável *"A Beautiful Mind"* (2001), dirigido por Ron Howard. Este filme é baseado na vida do matemático John Nash, que lutou contra a esquizofrenia ao longo da sua carreira profissional, o filme retrata de forma comovente os desafios enfrentados por Nash enquanto que tenta equilibrar a sua genialidade matemática com os sintomas debilitantes da doença mental. Em entrevista sobre o filme, Ron Howard declarou: *"Queríamos mostrar a realidade da esquizofrenia sem romantizá-la. Foi um equilíbrio delicado, mas esperamos que o filme tenha ajudado a abrir os olhos do público para os desafios enfrentados por pessoas com essa condição."* Neste filme temos o exemplo claro de como o cinema tem um papel fundamental para com o seu público. Proporcionou ao espectador uma compreensão mais profunda dos desafios enfrentados pelas pessoas que vivem com essa condição mental. Em vez de criar uma visão distorcida ou sensacionalista da esquizofrenia, Ron Howard pretendia apresentar uma representação fiel, que refletisse a complexidade e a humanidade das experiências de pessoas afetadas por esta condição.

Este “jogo psicológico” que o filme oferece dá uma perspectiva intrigante das experiências do personagem, desafiando o espectador a questionar a realidade em certos momentos do filme, criando assim uma ligação entre o público e o personagem.

Outro filme importante é *"Requiem for a Dream"* (2000), dirigido por Darren Aronofsky. Embora o filme não se concentre na esquizofrenia, oferece uma representação visceral das lutas mentais e emocionais enfrentadas pelos personagens principais, destacando os

efeitos devastadores das doenças mentais não tratadas. Neste filme, Darren Aronofsky transmite uma visão crua sobre temas difíceis como vícios e doenças mentais, não querendo simplificá-los.

Mostrando a realidade das lutas enfrentadas pelos personagens de “*Requiem for a Dream*”, na esperança de gerar empatia pela compreensão entre o público.

Por sua vez, “*Shutter Island*” (2010), dirigido por Martin Scorsese, retrata de forma enigmática e envolvente os aspectos da mente humana e da realidade distorcida. Levanta questões profundas sobre a natureza da percepção e da realidade subjetiva, o que pode ser interpretado como uma representação simbólica da condição. Roger Ebert, comentou sobre o filme destacando como explora a linha tênue entre sanidade e insanidade, e que este filme deve ser visto como uma metáfora poderosa para a esquizofrenia.

As imagens surrealistas de pensamentos e a atmosfera opressiva do hospital psiquiátrico ecoam os sintomas experienciados por pessoas com esquizofrenia, como alucinações e delírios. Além disso, a narrativa complexa e em camadas do filme reflete a natureza fragmentada da mente de alguém que vive com essa condição.

A importância de “*Shutter Island*” para a desmistificação da esquizofrenia reside na sua capacidade de humanizar e apresentar a esquizofrenia de forma mais sutil, desafiando estereótipos existentes, contribuindo para uma compreensão mais verdadeira da doença.



Figura 9 - Frame do filme “Shutter Island”, Martin Scorsese, 2010.

Desafios e responsabilidades dos cineastas

Apesar do potencial do cinema para desmistificar a esquizofrenia, os cineastas enfrentam desafios significativos para retratar com precisão esta condição complexa. É importante evitar estereótipos prejudiciais e retratar as experiências das pessoas com esquizofrenia com sensibilidade e respeito.

No livro *"Madness at the Movies"* (2018), James Charney explora como a loucura e outros distúrbios mentais, especialmente a esquizofrenia, têm sido representados ao longo da história cinematográfica. Charney analisa tanto os desafios enfrentados pelos cineastas ao abordar esses temas quanto as responsabilidades éticas envolvidas em tais representações. Argumenta que os cineastas carregam uma responsabilidade substancial ao retratar doenças mentais devido ao impacto potencial que esses filmes podem ter sobre a percepção pública. Quando representadas de forma imprecisa ou sensacionalista, as doenças mentais, como a esquizofrenia, podem ser mal compreendidas pelo público, perpetuando estereótipos negativos e reforçando o estigma. Esse estigma pode ter consequências reais e prejudiciais para pessoas que vivem com essas condições, dificultando a procura de ajuda e aumentando o isolamento social.

Além de destacar os perigos das representações irresponsáveis, Charney discute os desafios criativos que os cineastas enfrentam ao tentar capturar a complexidade das doenças mentais numa narrativa visual. A esquizofrenia, por exemplo, é frequentemente associada a sintomas como alucinações, delírios e uma percepção distorcida da realidade, o que pode ser difícil de retratar de forma autêntica sem recorrer a clichês ou exageros. Para Charney, a chave para uma representação ética e precisa está num compromisso profundo com a pesquisa e a consulta a profissionais de saúde mental. Ele sugere que os cineastas devem envolver pessoas que vivenciam ou tratam a esquizofrenia no processo criativo, garantindo que as histórias contadas sejam fundamentadas na realidade.

Neste livro o autor salienta mais uma vez temos associados a exemplos fidedignos de uma melhor representação da esquizofrenia filmes como *"A Beautiful Mind"* (2001), *"One Flew Over the Cuckoo's Nest"* (1975), *"The Soloist"* (2009), *"Silver Linings Playbook"* (2012).

No seguimento deste pensamento, o livro *"Understanding Schizophrenia: A Guide to the New Research on Causes and Treatment"* de Richard Keefe oferece uma visão abrangente das suas pesquisas

sobre a esquizofrenia e sugere estratégias eficazes para aumentar a conscientização e reduzir o estigma. Keefe argumenta que a educação é fundamental para combater a desinformação e os estigmas em torno da esquizofrenia. Ao fornecer informações precisas e acessíveis sobre a condição, podemos ajudar a promover uma maior compreensão e empatia entre o público em geral.

Estes dois livros destacam a importância de abordar a esquizofrenia de maneira precisa, respeitosa e informativa no cinema. Eles enfatizam a necessidade de os cineastas se comprometerem com a pesquisa e a consulta a especialistas para garantir que as suas representações sejam autênticas e não contribuam para estereótipos prejudiciais. Ao assistir estes filmes sugeridos pelo Charney, os espectadores são convidados a entrar no mundo dos personagens e a vivenciar as suas experiências de uma maneira poderosa e emocional.

Assim sendo, tanto os cineastas quanto os espectadores têm um papel crucial a desempenhar na luta contra o preconceito em torno da esquizofrenia. Ao continuar a criar e apreciar representações autênticas e sensíveis dessa condição no cinema, podemos contribuir para uma sociedade mais inclusiva e compassiva para aqueles que vivem com doenças mentais. A relação entre cinema e esquizofrenia, é essencial reconhecer o impacto positivo que filmes como “*A Beautiful Mind*” (2001), “*One Flew Over the Cuckoo’s Nest*” (1975), “*The Soloist*” (2009), “*Silver Linings Playbook*” (2012) e “*Shutter Island*” (2010) tiveram na desmistificação dessa condição. Estes filmes desafiam estereótipos e oferecem representações complexas e reais da esquizofrenia, permitindo ao público uma compreensão mais profunda dos desafios enfrentados por aqueles que vivem com essa doença mental.

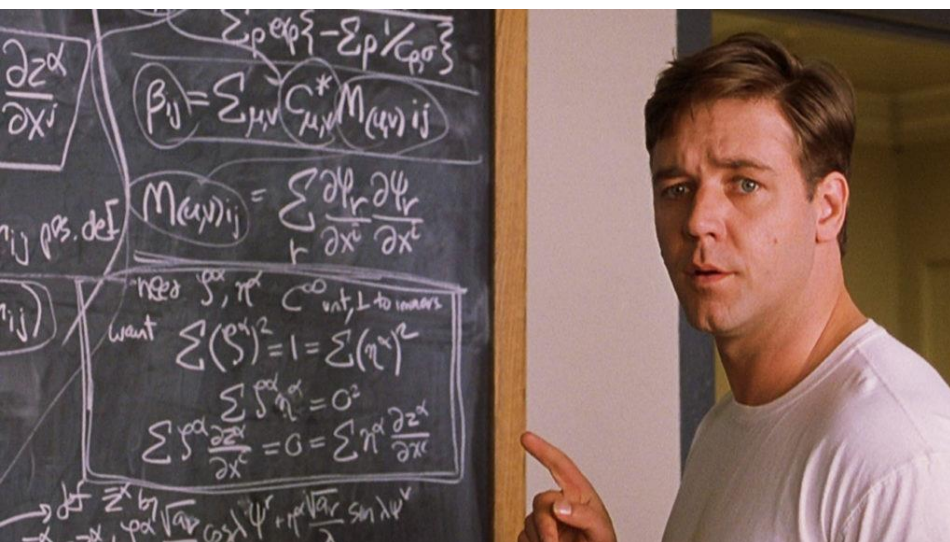


Figura 10 - Frame do filme "A Beautiful Mind", Ron Howard, 2001.



Figura 11 - Frame do filme "One Flew Over the Cuckoo's Nest", Milos Forman, 1975.



Figura 12 - Frame do filme "Silver Linings Playbook", David O. Russell, 2012.

O papel dos meios de comunicação social na formação das percepções públicas

Por seu turno "Media Madness: Public Images of Mental Illness", Otto F. Wahl examina a influência profunda dos meios de comunicação em massa na formação das percepções públicas sobre as doenças mentais, com ênfase especial na esquizofrenia. Wahl é especialista em mídia e saúde mental.

Estudou como os mídia tradicional, como jornais, televisão e cinema, afetam a compreensão das pessoas sobre as suas mentes.

Argumenta que os mídia desempenha um papel crucial na formação das percepções sociais sobre a esquizofrenia e outras doenças mentais. Através da sua análise, ele demonstra que as representações mediáticas muitas vezes perpetuam estereótipos negativos e imprecisos, que podem reforçar o estigma associado à esquizofrenia.

Este estigma não apenas afeta como os indivíduos com esquizofrenia são vistos pela sociedade, mas também influencia a maneira como eles percebem-se e às suas próprias condições. De acordo com Wahl, as representações de esquizofrenia na media retratam frequentemente os indivíduos com essa condição de maneira sensacionalista e negativa. Filmes, programas de televisão e reportagens muitas vezes apresentam personagens esquizofrênicos como violentos, imprevisíveis ou perigosos, o que contribui para uma percepção pública distorcida e uma compreensão superficial da condição. Esses estereótipos podem levar a uma maior marginalização e isolamento social das pessoas com esquizofrenia, além de dificultar o acesso a tratamentos adequados.

Este livro, não apenas identifica os problemas, mas também sugere que os meios de comunicação têm a responsabilidade de apresentar uma visão mais equilibrada e realista das doenças mentais. Wahl defende que uma abordagem mais informada e sensível por parte dos jornalistas e cineastas pode ajudar a reduzir o estigma e promover uma compreensão mais justa da esquizofrenia. Neste livro também há o reforço da importância da colaboração com profissionais de saúde mental e pessoas com experiência direta com essas condições para garantir que as representações sejam precisas e respeitosas.

Assim sendo, "*Media Madness*" oferece uma análise crítica e detalhada do impacto das representações mediáticas na percepção pública da esquizofrenia. Através da sua investigação, Otto Wahl destaca a necessidade urgente de uma representação mais autêntica e informada nos medias. O livro serve como uma "*call for action*" para que os meios de comunicação desempenhem um papel mais positivo na educação do público e na redução do estigma associado às doenças mentais, ajudando a promover uma sociedade mais inclusiva.

A responsabilidade de criar representações mais precisas e respeitosas não recai apenas sobre os cineastas.

É necessário um esforço que envolva profissionais de saúde mental, educadores, críticos de cinema e, fundamentalmente, indivíduos com experiência vivida de esquizofrenia. A inclusão dessas vozes no processo criativo é essencial para garantir autenticidade. As novas plataformas digitais e de *streaming* oferecem oportunidades sem precedentes para divulgar conteúdos que abordam a esquizofrenia de forma sensível e informativa, alcançando um público mais amplo e diversificado. Esta democratização do acesso aos conteúdos pode acelerar a mudança de atitudes sociais.

Em última análise e pensando no futuro, é essencial continuar a investir na investigação sobre o impacto das representações mediáticas na percepção pública da esquizofrenia. Igualmente importante é o desenvolvimento de diretrizes éticas e boas práticas para a indústria do entretenimento, bem como a promoção da literacia em saúde mental entre o público. O objetivo é criar uma sociedade onde as pessoas com esquizofrenia possam viver sem o peso do estigma, recebendo o apoio e a compreensão de que necessitam. O cinema, enquanto arte e meio de comunicação, têm um papel fulcral a desempenhar nesta transformação social, contribuindo para um mundo mais empático, informado e inclusivo.

“Cinema is a matter of what's in the frame
and what's out.

Martin Scorsese

3.Aspetos Metodológicos

Sendo um projeto de investigação em cujo intuito era abordar e realizar entrevistas a pessoas com esquizofrenia e os seus médicos, foram contactadas algumas entidades que trabalham com pacientes nesta situação. Maioritariamente não chegaram a retribuir uma resposta aos contactos, e, apesar de ter havido uma cujo contacto foi direto, por coincidir com a época natalícia e fim do ano foi descartado pela impossibilidade de contacto com os pacientes e médicos, pois, segundo a entidade, estes estavam “fora de alcance e incontactáveis.”. Foi referido que muitos estavam de férias e não voltariam à entidade nesse período. O trabalho de campo teria uma dimensão crucial e, como tal, muito dependente das circunstâncias, pessoas e dos ambientes em que estas se encontravam, todo o trajeto desta pesquisa sofreu uma ligeira alteração devido a estas casualidades sofrendo assim uma atualização no processo de recolha de histórias de pacientes e métodos utilizados pelos profissionais de saúde. Tendo sido alvo destas alterações e percalços, o percurso desta vontade de realizar a curta-metragem sofreu um momento de reflexão e adaptação às novas opções oferecidas para a realização da mesma.

Dado que um dos principais objetivos no decorrer do projeto foi a vontade de recriar, através da expressão audiovisual, momentos de partilha e conexão ao registar diferentes pessoas e histórias de vida em ambiente de conversa, com interesse na sua manifestação oral para que depois pudesse criar então a parte visual do trabalho através do áudio previamente obtido nestes momentos de conversa, sofreu uma alteração ligeira para uma procura de histórias contadas por pessoas com esta doença psiquiátrica, sendo estas, escritas em blogs, entrevistas, vídeos, desenho e fotografia.

Para um momento quiçá mais clinicamente correto da representação desta doença e de metodologias que existem para a cura ou apaziguar os sintomas da mesma, houve então contacto com outras investigações de carácter menos artístico e sim mais medicinal.

Percorrendo os domínios do cinema e da representação artística e da media das doenças, o livro "*Representing Schizophrenia in the Media*" de James Balfour é uma exploração aprofundada de como a esquizofrenia é retratada em várias formas dos média, com um foco particular na sua representação no cinema, televisão, notícias e literatura. Balfour dissecar os modos pelos quais essas representações moldam a compreensão social da esquizofrenia, muitas vezes perpetuando estereótipos e equívocos prejudiciais.

A sua análise baseia-se num exame crítico dos media históricos e contemporâneos, fornecendo uma visão abrangente da evolução da representação da esquizofrenia e das suas implicações mais amplas para a perceção pública e as experiências vividas pelas pessoas diagnosticadas com a doença.

Desta maneira, e com base na perspetiva de James Balfour em "*Representing Schizophrenia in the Media*" as seguintes práticas apontadas mostraram ser ferramentas extremamente úteis na forma como a esquizofrenia deve ser retratada no cinema:

Salientar a realidade e a complexidade: Devemos retratar a esquizofrenia como uma doença multifacetada que afeta os indivíduos de várias maneiras, destacando a complexidade das suas experiências em vez de reduzi-las a estereótipos simplistas.

Consultar Profissionais de Saúde Mental: O que implica uma participação ativa na comunidade e estudar o papel dos especialistas em psiquiatria e psicologia para garantir uma representação precisa e respeitosa da esquizofrenia, incorporando conhecimentos clínicos na representação de sintomas e tratamento.

Experiências de vida: Incluir as perspetivas e opiniões de pessoas que têm experiência pessoal com esquizofrenia para dar autenticidade e profundidade à representação.

Foco na pessoa inteira: Apresentar personagens com esquizofrenia como indivíduos completos com vidas, interesses e relacionamentos diversos, em vez de defini-los apenas pelo diagnóstico da doença.

Fornecer compreensão contextual: Incluir elementos contextuais e de fundo que expliquem os fatores sociais, ambientais e pessoais que afetam os indivíduos com esquizofrenia.

No estudo "*The paradox of self-stigma and mental illness*." de Patrick Corrigan e Amy Watson (2002) é explorado, através da crítica, a complexa relação entre estigma, auto estigma e tratamento na saúde mental, com ênfase na esquizofrenia. O conceito central do artigo é a auto estigmatização, isto acontece quando indivíduos com transtornos mentais associam a si estigmas sociais, adotando a visão negativa que a sociedade tem deles.

A esquizofrenia é uma condição psiquiátrica complexa e desafiadora, tanto para a prática clínica quanto para a investigação acadêmica. De acordo com a literatura especializada consultada ao longo desta dissertação, é uma doença marcada por uma diversidade de manifestações, que, embora tenham características comuns, como alucinações, delírios e desorganização do pensamento, variam significativamente entre os indivíduos afetados. Um outro estudo significativo sobre a heterogeneidade dos sintomas da esquizofrenia é o artigo "*Interventions to Improve Medication Adherence in People with Schizophrenia: A Systematic Review*" de Noor Cahaya e James Green (2022). Neste estudo, os autores destacam que "*a esquizofrenia não é uma entidade única, mas um grupo de condições com uma ampla gama de apresentações clínicas*", destacando a necessidade de diagnósticos e tratamentos individualizados. Esta diversidade de expressões sintomáticas faz da esquizofrenia um tema que requer abordagens terapêuticas que contemplem tanto as particularidades individuais como os padrões que podem surgir em diferentes casos.

Segundo Brian Kirkpatrick (2001) em "*A separate disease within the syndrome of schizophrenia*" "*a esquizofrenia é uma síndrome clínica heterogênea com múltiplos domínios sintomáticos*".

A expressão individual da esquizofrenia reflete-se, por exemplo, na forma como cada pessoa relata os seus sintomas. Estudos têm demonstrado que as alucinações auditivas, um dos sintomas mais comuns, podem ser vividas de formas muito diferentes, desde vozes que insultam e atormentam até vozes que oferecem conselhos ou mesmo companhia. Flavie Waters em *"Self-recognition deficits in schizophrenia patients with auditory hallucinations: A meta-analysis of the literature."*, Waters F., Woodward T., Allen P., Aleman A., Sommer I. (2012) aponta que *"déficits no autorreconhecimento, especialmente em relação à própria voz, são frequentemente observados em pacientes com esquizofrenia que sofrem de alucinações auditivas"*, o que destaca a singularidade de cada experiência alucinatória, embora compartilhem características semelhantes com outras.

Da mesma forma, os delírios podem ter diferentes conteúdos e intensidades, desde crenças complexas e organizadas até pensamentos fragmentados e confusos. Os delírios são muitas vezes vistos como uma tentativa do cérebro em dar sentido a experiências internas desordenadas, onde o raciocínio lógico é comprometido.

A desorganização do pensamento, outro sintoma central, pode manifestar-se de diferentes formas, desde uma ligeira dificuldade em organizar ideias até uma completa incoerência na comunicação verbal.

As narrativas pessoais oferecem uma visão única sobre a esquizofrenia, permitindo que tenhamos acesso às percepções e sentimentos dos pacientes de uma forma que as estatísticas e os números não podem fornecer. Estas narrativas dos pacientes sobre as suas vidas com esquizofrenia oferecem uma compreensão profunda de como eles constroem significado a partir das suas experiências, algo que é crucial para o processo de reconstrução destas histórias. Quando cuidadosamente analisadas, essas narrativas podem revelar padrões comuns entre diferentes indivíduos, respeitando e valorizando a singularidade de cada história de vida.

3.1 Recolha

A primeira fase do processo de recolha de dados para constituição do imaginário narrativo na pré-produção caracteriza-se por uma componente experimental significativa, centrada na investigação e análise narrativa de indivíduos diagnosticados com esquizofrenia. Esta etapa inicial visa examinar e compreender os diversos temas e experiências comuns compartilhadas por essas pessoas, bem como avaliar possíveis rumos do registo audiovisual em diferentes contextos. O objetivo é identificar um tema recorrente que vá de encontro com a experiência coletiva destes indivíduos, naturalmente, estas questões variam de pessoa para pessoa e, por isso, ao mesmo tempo há uma procura de construir uma narrativa singular e distinta para a curta-metragem. Este processo de investigação envolve uma imersão profunda nas histórias e perspetivas pessoais destes indivíduos, permitindo a criação de um retrato autêntico e original que capta tanto a essência das experiências partilhadas como as particularidades de cada história individual. Dado que a realização de entrevistas diretas não foi viável para esta pesquisa, a primeira etapa da recolha foi baseada na análise de relatos pessoais e narrativas documentadas de indivíduos diagnosticados com esquizofrenia.

Esta abordagem inclui a revisão de fontes secundárias, como autobiografias, relatos de casos e outras publicações que documentam experiências pessoais com esquizofrenia.

A seleção dos materiais foi baseada na relevância e diversidade dos relatórios, garantindo que uma ampla gama de perspectivas seja considerada. Será dada prioridade a relatórios que ofereçam uma visão detalhada e autêntica da convivência com a esquizofrenia, refletindo diferentes aspetos da experiência, como o impacto do estigma e os desafios do tratamento. As informações extraídas dos relatos pessoais e da revisão bibliográfica foram integradas na produção da curta-metragem. A narrativa da mesma foi desenvolvida com base nos temas identificados na análise dos relatos, garantindo uma representação autêntica e respeitosa das experiências vividas com a esquizofrenia. A integração destes dados ajudou assim a criar personagens e enredos.

Uma das cenas mais emblemáticas e reveladoras, que pode servir como inspiração para a curta-metragem sobre esquizofrenia, é a revelação final, onde o protagonista descobre que Tyler Durden, uma figura com quem tem interagido ao longo de todo o filme, é na verdade uma criação da sua própria mente. Este momento é fundamental na narrativa, pois ilustra a dissociação da realidade vivida pelo personagem principal, refletindo temáticas profundamente associadas a distúrbios mentais como a esquizofrenia.

A cinematografia desta cena desempenha um papel essencial na transmissão da confusão mental do personagem. As rápidas mudanças de ângulo, os cortes súbitos e as alterações subtis no ambiente físico ao redor contribuem para criar uma atmosfera de crescente tensão e desorientação, o que espelha a desintegração da percepção da realidade pelo protagonista. Estes elementos visuais são fundamentais para destacar a complexidade da condição mental do personagem e o processo de descoberta da sua verdadeira natureza.

3.1.1 Vermelho

A apresentação de Cecilia McGough no TED Talk "*I Am Not A Monster: Schizophrenia*" é uma exposição pessoal sobre a sua vida com esquizofrenia. Como defensora da saúde mental, McGough partilha o seu diagnóstico e como este moldou a sua existência. Cecília inicia sua palestra relatando as suas experiências com alucinações auditivas e visuais, que começaram na infância. Ela descreve a esquizofrenia como "*uma tempestade dentro da mente*", uma metáfora que captura a intensidade e o caos vividos por aqueles que sofrem dessa condição. Através do seu relato, procura desmistificar mitos comuns, como a ideia de que as pessoas com esquizofrenia são incapazes de viver uma vida normal. McGough afirma: "*Eu não sou um monstro*", uma declaração poderosa que serve como um lembrete de que as pessoas diagnosticadas com esquizofrenia são humanas, com medos, esperanças e sonhos, como qualquer outra pessoa.

Durante a sua apresentação, McGough explica que as cores podem agir como gatilhos para as suas alucinações. Ela menciona especificamente que o **vermelho** é uma cor particular que desencadeia

estímulos para ela, exacerbando as suas alucinações visuais e provocando emoções intensas.

O impacto do vermelho nas suas percepções sublinha a complexidade da esquizofrenia, onde os estímulos visuais comuns podem influenciar profundamente o estado mental e emocional de uma pessoa.

O gatilho descrito por Cecilia McGough na sua apresentação do TED Talk, onde a cor vermelha intensifica as alucinações visuais, será representado na realização da curta-metragem. A escolha do vermelho como elemento visual recorrente poderá simbolizar a intensidade e o descontrole que acompanham muitas vezes as alucinações. Na narrativa da curta-metragem, o vermelho é usado para representar momentos de maior vulnerabilidade ou crises, permitindo ao público uma compreensão visual mais profunda dos desafios enfrentados por indivíduos com esquizofrenia. É assim usado para que o espectador, reconheça quando os sintomas surgem e faz com que o mesmo esteja atento ao que rodeia o indivíduo. O uso do vermelho é estrategicamente empregado para enfatizar a desconexão entre a percepção interna do personagem e a realidade externa (o que o espectador vê). Nas cenas em que o protagonista é confrontado por gatilhos que evocam respostas intensas, o vermelho emerge de forma subtil, acentuando a experiência sensorial e emocional que Cecília descreve, ajudando também a transmitir a tensão psicológica.

3.1.2 Musicoterapia

Através da investigação e análise narrativa previamente feita surge o tema pretendido para a narrativa da curta-metragem, foi possível identificar a musicoterapia como elemento na abordagem terapêutica de pacientes com esquizofrenia. Desta descoberta surge o tema principal da narrativa desenvolvida para a curta-metragem. Com foco na musicoterapia, o trabalho pretende explorar a profundidade e o impacto dessa prática na vida dos pacientes, a narrativa procurou ilustrar os desafios da vida deste indivíduo e como estes eram amenizados através desta abordagem, destacando a ligação entre som e mente na trajetória da recuperação.

O estudo intitulado "*A Study of the Effects of Music Therapy on Negative and Positive Symptoms in Schizophrenic Patients*", realizado por Zadeh Mohammad (2012), explorou o impacto da musicoterapia na esquizofrenia, comparando especificamente os seus efeitos nos sintomas negativos e positivos. O estudo foi realizado com noventa e seis participantes divididos em três grupos: dois grupos experimentais e um grupo de controle.

O primeiro grupo experimental recebeu musicoterapia ativa (envolvendo tocar instrumentos, canto e movimento), o segundo grupo recebeu musicoterapia passiva (ouvir música gravada) e o grupo controle não recebeu musicoterapia alguma.

Os sintomas negativos, como isolamento, dificuldade em sentir ou expressar emoções, falta de energia e motivação, são normalmente mais resistentes ao tratamento do que os sintomas positivos que são os casos de delírio e alucinações. O estudo salienta que embora as terapias musicais ativas e passivas sejam eficazes, a terapia musical ativa - em que os participantes se envolvem em atividades musicais - tende a produzir efeitos mais pronunciados. Os resultados do estudo sublinham o potencial da musicoterapia como intervenção benéfica para indivíduos que sofrem de sintomas negativos. Tanto a terapia musical ativa como a passiva reduzem significativamente estes sintomas sendo que a terapia ativa oferece benefícios ligeiramente mais substanciais. Os efeitos da terapia são mais pronunciados nos participantes do sexo feminino particularmente no alívio dos sintomas negativos e positivos enquanto nos homens os benefícios limitam-se maioritariamente aos sintomas negativos.

Podemos dizer assim que este método medicinal tem um papel de tratamento complementar e não como uma intervenção primária para condições de saúde mental graves.

3.1.3 “First rule of fight club”

O filme “*Fight Club*” (1999), realizado por David Fincher, e o livro “*Fight Club*” de Chuck Palahniuk, publicado em 1996, são obras que oferecem uma exploração profunda da mente fragmentada e dos conflitos internos do seu protagonista.

Ambos foram fontes significativas de inspiração na concepção para a curta-metragem, não só pela forma como abordam a complexidade psicológica, mas também pela forma como constroem uma narrativa que gradualmente revela a verdadeira natureza da condição mental da personagem principal, apresentada como uma pessoa comum, presa numa rotina chata e sufocante. A história é narrada por um protagonista sem nome, interpretado por Edward Norton no filme, cuja vida é dominada pelo consumismo. Este personagem sofre de insônia crônica, e a sua procura de alívio leva-o a participar em grupos de apoio, onde encontra algum consolo no meio do sofrimento alheio.

Este ponto de partida é crucial, pois estabelece uma conexão inicial entre a mente perturbada do narrador e a sua eventual descida ao caos.

A introdução do personagem Tyler Durden, é um ponto crucial na narrativa, tanto no livro como no filme. Tyler representa tudo o que o narrador não é, carismático, autoconfiante, anárquico. Ele torna-se a figura que desencadeia a rutura do protagonista. No desenvolvimento do guião, a influência dessa relação disfuncional entre o narrador e o Tyler foi crucial para retratar a dualidade que muitas vezes caracteriza a experiência daqueles que sofrem de esquizofrenia.

A esquizofrenia, com as suas alucinações e delírios, muitas vezes envolve a coexistência de diferentes realidades na mente do paciente, e “*Fight Club*” explora isso através da interação entre o narrador e a sua projeção mental, Tyler.

Como falado anteriormente, um dos momentos do filme “*Fight Club*” com mais influência para o meu trabalho é a revelação, perto do final da narrativa, de que Tyler não é uma pessoa real, mas uma criação do narrador, uma manifestação dos seus desejos reprimidos. No filme, essa descoberta é feita de forma sutil e poderosa, com pistas

deixadas ao longo da narrativa, mas sem nunca serem explicitamente destacadas até o momento da revelação. Essa construção gradual e meticulosa da verdade foi uma técnica que foi replicada no desenvolvimento da curta-metragem, permitindo que o espectador também acompanhasse uma jornada de descoberta relativamente à condição mental do protagonista.

A linguagem visual de “Fight Club” também teve um papel fundamental na construção do meu argumento. Fincher utilizou duas paletas cromáticas escura e quente quando o Tyler aparece e uma clara e fria quando o narrador (personagem principal) está sozinho e sem qualquer sintoma, o que reflete o estado mental caótico e desordenado do protagonista.

Em particular, o uso de transições subtis entre realidade e alucinações no filme foi uma técnica que influenciou a escrita do guião, permitindo que a linha entre o real e o imaginário fosse propositadamente ocultada na narrativa visual da curta-metragem.

“Hey, you created me. I didn't create some loser alter-ego to make myself feel better. Take some responsibility!”

Tyler Durden, Fight Club, 1999



Figura 13 - Frame do filme "Fight Club", David Fincher, 1999.

4. A construção do guião

A investigação desempenhou um papel fundamental nesta fase. Para construir o guião que fosse credível, foi essencial realizar a pesquisa prévia sobre esquizofrenia. Isso incluiu a leitura de artigos académicos, entrevistas com profissionais de saúde mental e, talvez o mais importante, conversas e histórias de pessoas que vivem com a condição.

Esta pesquisa não só forneceu uma base preliminar de conhecimento sobre os sintomas, tratamentos e desafios quotidianos enfrentados por esses indivíduos, mas também influenciou diretamente as decisões criativas no desenvolvimento da narrativa.

Após a fase de pesquisa, o próximo passo na construção do guião foi a definição da estrutura narrativa. Por isso o foco foi que esta fosse concisa e precisa, dado o tempo limitado disponível para desenvolver a história. A estrutura tradicional de três atos, frequentemente usada em narrativas cinematográficas, foi adaptada para se adequar ao formato da curta-metragem, com ênfase particular no arco emocionalmente forte do personagem principal.

Foi chegado à conclusão que a melhor forma de transmitir a mensagem pretendida seria através do diálogo interior do personagem principal, sexo masculino. Personagem este, um jovem adulto entre os 25 e os 30 anos.

Além disso, o isolamento social e a luta interna relacionada à saúde mental entre os jovens tornaram-se questões cada vez mais presentes na sociedade atual, conseguindo assim estabelecer uma ligação mais íntima entre espectador e curta-metragem.

A “*Curta-Metragem Vermelha: O Vínculo do Adeus*”, é uma exploração psicológica da solidão e da luta interna de um jovem incapaz de encontrar paz nas noites intermináveis de insônia.

No entanto, uma voz misteriosa e persistente, começa a interagir com ele, levando-o a questionar a realidade ao seu redor. À medida que o vínculo entre o Narrador (jovem que sofre de insônias) e a figura enigmática aprofunda-se, a curta-metragem revela que a figura enigmática não é real, mas uma manifestação das partes mais sombrias e reprimidas da mente do protagonista.

No primeiro ato, o guião introduz o protagonista e define o cenário. Neste caso, o protagonista é uma pessoa que luta contra a esquizofrenia inconscientemente, e o cenário é o seu quotidiano, marcado pela luta interna entre a realidade, as alucinações e o meio em que este se encontra.

O segundo ato, explora as tensões internas do protagonista, revelando gradualmente a natureza da sua condição mental. Este ato é crucial para criar ligação com o espectador, utilizando técnicas como a construção de suspense e a inserção de surpresas narrativas que desafiam as perceções iniciais do público.

O terceiro ato, a resolução, culmina na revelação completa da condição do protagonista, oferecendo uma conclusão que é ao mesmo tempo emocionalmente ressonante e reflexiva, deixando o público com uma compreensão mais profunda da esquizofrenia.

4.1 Eu, Tu, Ele, Nós, Vós, Eles

O desenvolvimento dos personagens foi uma etapa essencial na construção do guião.

O protagonista é como um todo banal, com um pensamento complexo e multifacetado, de modo a refletir a realidade das pessoas que vivem com esquizofrenia, criando assim um personagem que seja, ao mesmo tempo, único nas suas particularidades e universal na sua experiência humana. Isto não teria sido conseguido sem a combinação da pesquisa e do uso da criatividade, criando um personagem cujas

motivações, medos e desejos são tão relevantes quanto os desafios que ele enfrenta devido à sua condição mental.

Personagens secundários também desempenham papéis importantes na narrativa, servindo como suportes e contrastes para o protagonista. Eles ajudam a iluminar diferentes aspectos da esquizofrenia, seja através das suas interações com o protagonista ou pela forma como eles reagem à sua condição.

4.1.1 Eu

O personagem principal da curta-metragem, chamado “435” que por sua vez é o narrador da curta-metragem, é um homem na casa dos 25 anos, cuja vida é marcada por um profundo sentimento de isolamento, de certo modo à semelhança do narrador de “*Fight Club*”, é uma figura solitária, em que a solidão não é simplesmente uma escolha, mas sim a consequência de uma luta interna que ele próprio não entende. É um indivíduo metódico, com uma rotina rigorosamente controlada, reflexo de uma tentativa desesperada de manter a organização no meio do caos que toma conta da sua mente. Um olhar que revela tanto um cansaço profundo, olhos muitas vezes cercados de olheiras, que sugerem noites sem dormir, um sintoma da sua crescente inquietação mental. O seu estilo de vestir é simples e escuro, refletindo uma personalidade que evita chamar à atenção.

A personalidade é marcada por uma intensa introspecção, que, embora já existisse antes, foi exacerbada quando ele começou a perceber que algo nele estava a mudar. As primeiras manifestações da sua doença aparecem de maneiras subtis, como pensamentos desconexos e pequenas alucinações auditivas. Inicialmente, tenta ignorar estes sinais, acreditando que eram momentos fugazes de stress ou cansaço. Este isolamento progressivo foi acompanhado por uma crescente desconfiança em relação ao mundo que o rodeia. Sente que há algo profundamente errado, tanto com a sua vida como com a sua percepção da realidade. Começa a questionar a veracidade das suas próprias experiências, mas, ao mesmo tempo, é incapaz de partilhar essas dúvidas com ninguém. Este conflito interno é central para a sua caracterização, representando a luta entre a necessidade de conexão humana e o impulso para a autoproteção de um mundo que este vê como cada vez mais incompreensível.

4.1.2 Tu, Ele

Na curta-metragem, a personagem secundária é a figura de “436”, uma alucinação que inicialmente se manifesta apenas de forma auditiva, mas que, com o tempo, evolui para uma presença visual concreta na vida de “435”. Emerge em momentos de extrema tensão emocional e funciona como uma personificação das dúvidas, medos e desejos reprimidos do protagonista, não é uma pessoa real, mas sim uma construção mental, uma projeção interna que começa a ganhar vida própria na mente de “435”.

A transição da alucinação auditiva para a alucinação visual marca um ponto de “*plot twist*” da história sobre a deterioração da saúde mental do narrador. Quando começa a aparecer como uma figura física na vida das suas interações tornam-se mais complexas e criam uma ligação forte entre eles. Não é apenas uma projeção, ele passa a atuar como uma entidade independente, interagindo de forma manipuladora, levando-o a questionar ainda mais a sua percepção da realidade. Do ponto de vista narrativo, “436” é uma ferramenta crucial para explorar o tema da esquizofrenia na curta-metragem. Ele encarna a luta interna do narrador, ilustrando de forma visual e auditiva como a realidade do protagonista se fragmenta. Além disso, a presença de “436” permite uma exploração mais profunda das consequências emocionais e psicológicas da esquizofrenia.

Fisicamente, “436” é uma versão distorcida e difícil de perceber, possuindo características físicas como uma postura confiante, um olhar penetrante e uma aparência sombria. “436” veste-se com roupas com tons floridos, mas aparece sempre com uns tons avermelhados.

4.1.3 Nós

A princípio, “435” percebe “436” como uma voz dissonante que na sua percepção psicológica surge fora do seu quarto, uma presença desconfortável que ele tenta desesperadamente ignorar. Para evitar ouvir as sugestões e provocações de “436”, recorre à música como forma de defesa (musicoterapia involuntária). Usa auscultadores e ouve músicas com volumes elevados, na tentativa de abafar a voz insistente que ressoa na sua consciência. A música, neste contexto, atua como um mecanismo de fuga, proporcionando a uma sensação temporária de controle sobre a intrusão mental que “436” representa.

O personagem “436” começa a surgir em momentos de vulnerabilidade emocional, momentos em que está mais suscetível à influência externa. Gradualmente, “436” deixa de ser apenas uma voz que incomoda e assume o papel de conselheiro, oferecendo soluções e ideias que parecem cada vez mais racionais e sedutoras, o que leva a que “435” sinta a necessidade de saber quem está por detrás da porta. É aqui que surge a primeira interação física entre as personagens.

“435”, narrador, que inicialmente via “436” como uma ameaça à sua paz, começa a desenvolver uma estranha afinidade com ele. A voz de “436”, antes temida, passa a ser vista como uma fonte de orientação, especialmente quando se sente perdido ou incapaz de lidar com as suas emoções.

Este processo de aceitação não ocorre de forma súbita, é uma transição subtil e gradual, marcada por momentos em que começa a questionar menos as sugestões de “436” e a segui-las com mais frequência. A música, que já foi uma barreira contra “436”, começa a perder o seu papel de proteção, acabando por ser abandonada por “435”, que se rende ao controlo crescente da alucinação.

4.1.4 Vós ou voz?

Na estrutura narrativa da curta-metragem, a revelação definitiva de que “436” é uma alucinação ocorre numa cena onde, o protagonista, percebe a ausência de “436” no reflexo de um espelho. Este momento é crucial não só para o desenvolvimento da história, mas também para a experiência do espectador, que até então poderia ter dúvidas sobre a verdadeira natureza de “436”. Através desta construção cinematográfica, a ambiguidade sobre a existência de “436” é dissipada, proporcionando ao público uma compreensão clara e inequívoca da realidade que enfrenta.

Até este ponto da narrativa, a presença de “436” é apresentada de forma realista. Ele interage de forma convincente, e a linha entre o que é real e o que é fruto da mente perturbada permanece intencionalmente oculta. A curta-metragem joga com essa incerteza, usando a perspectiva subjetiva do que está a acontecer para envolver o espectador com a luta interna do narrador, onde realidade e ilusão entrelaçam-se de forma inquietante.

Esta ideia, da falta de reflexo da imaginação, surge através do relato de Kody Green, mais conhecido como SchizophrenicHippie, um influenciador de conteúdos digitais que usa as suas plataformas digitais para partilhar a sua experiência de viver com esquizofrenia. Tornou-se uma figura notável que ganhou muita visibilidade nas redes sociais na comunidade da saúde mental, particularmente pela sua abordagem aberta e educativa aos desafios diários que enfrenta devido à sua condição. Um aspeto especialmente interessante e inovador da sua estratégia para lidar com alucinações é o uso da câmara do seu telemóvel como uma ferramenta para diferenciar entre o que é real e o que é o resultado das suas alucinações.

Em entrevista com Lauren, criadora do canal "Living Well with Schizophrenia", no vídeo "*I Use My Phone to Reality Check / Schizophrenia*" Kody explicou que, quando confrontado com uma alucinação visual, recorre à câmara do telemóvel para verificar a presença do que está a ver.

Se a imagem captada pela câmara confirmar a ausência da figura ou objeto que acredita estar a ver, Kody pode então reconhecer que o que está a ver não é real, mas sim uma manifestação da sua esquizofrenia. Isto acontece porque os objetos ou pessoas provenientes destas alucinações não seguem as leis físicas, como a reflexão em superfícies espelhadas ou a captura por dispositivos de gravação. A curta-metragem, ao explorar esta dinâmica, não só ilustra um possível método de controlo dos sintomas da esquizofrenia, como também utiliza este fenómeno para desenvolver a narrativa.

4.2 Atores

Os atores, como descrito anteriormente, são fisicamente parecidos e da mesma faixa etária. Isto por si tornou-se um desafio, pois não foi possível contratar atores profissionais. Apesar dos atores não serem profissionais, encararam o desafio com seriedade e conseguiram, dentro dos possíveis, representar os personagens.

4.2.1 Vestuário

Relativamente às roupas dos personagens, foi decidido que o narrador deve usar roupas com tons acinzentados e neutros. Esta escolha cromática pretende criar um contraste visual com as cores vibrantes da natureza à sua volta, simbolizando o estado emocional do narrador, caracterizado por uma profunda tristeza e um sentimento de ambiguidade. Por outro lado, as roupas de “436” são tons mais leves e alegres. Esse contraste cromático entre os dois personagens não só diferencia as suas respetivas funções narrativas como também destaca a dissonância entre o mundo interior do narrador e as perceções mais otimistas representadas por “436”.

4.3 Cenários

A escolha do cenário para a produção da curta-metragem foi pautada pela procura de uma solução prática e funcional que, ao mesmo tempo, favorece a coerência entre guião e material audiovisual. Neste sentido, a utilização de uma residência estudantil como local de filmagem revelou-se uma decisão estratégica e eficiente. Sendo um prédio com vários quartos, oferecia uma gama de ambientes distintos que, com a devida direção de arte, permitiam a criação de diferentes cenários sem a necessidade de deslocamentos significativos ou reconfigurações complexas.

A escolha deste ambiente de fácil acesso como a minha residência trouxe várias vantagens para a produção. Em primeiro lugar, a proximidade e familiaridade com o ambiente facilitou a logística das filmagens, reduzindo significativamente o tempo e os custos associados ao transporte de equipamentos e da pequena equipa. Além disso, o controle sobre o espaço permitiu um maior domínio sobre fatores externos que poderiam interferir na filmagem, como ruídos, variações de luz e acesso ao cenário, proporcionando assim um ambiente mais controlado e propício à concentração criativa.

5. Produção

Na sua totalidade, as gravações para a curta-metragem duraram uma semana, do dia de 29 de agosto até 6 de setembro. Estas gravações foram feitas de noite, sendo o cenário principal uma residência onde se encontram outras pessoas a viver e havia o desejo de transmitir a ideia de que o personagem vivia sozinho no prédio, a presença de outros residentes apresentou desafios significativos. As gravações muitas vezes tinham que ser interrompidas devido a ruídos externos, como conversas, passos ou atividades domésticas, que interferiam no som ambiente e na concentração da equipa. Além disso, às vezes, outras pessoas apareciam acidentalmente nos locais de gravação, o que exigia reconfigurações de cena ou a repetição de takes.

Desde o início da produção, esses obstáculos foram antecipados, o que levou a adotar uma estratégia de filmagem durante as últimas horas da noite, quando a probabilidade de interferência externa era significativamente menor. Ao optar por filmar tardiamente, garantimos que o silêncio fosse garantido, contribuindo para a criação de uma atmosfera mais densa e alinhada com o tema da curta-metragem. A necessidade de adaptar as filmagens a estes tempos mais calmos (filmagem durante as últimas horas da noite como, por exemplo, quatro da manhã) teve implicações importantes para a logística da produção.

A equipa e os atores tiveram que ajustar os seus horários pessoais para se adequar aos períodos de filmagem noturna, o que exigiu um alto grau de comprometimento e flexibilidade de todos os envolvidos, que sem esse esforço teria sido impossível a realização da curta-metragem.

Além disso, as filmagens noturnas também exigiram cuidados adicionais com a iluminação, uma vez que a iluminação artificial teve que ser cuidadosamente controlada para manter a consistência visual entre as cenas e reforçar a atmosfera escura e introspectiva pretendida. Estes horários escolhidos para gravar trazem, também, um peso de responsabilidade para com o barulho que teve de ser cuidadoso, pois a maior parte dos residentes estavam a dormir.



Figura 14- Registos da
produção da
Curta-metragem

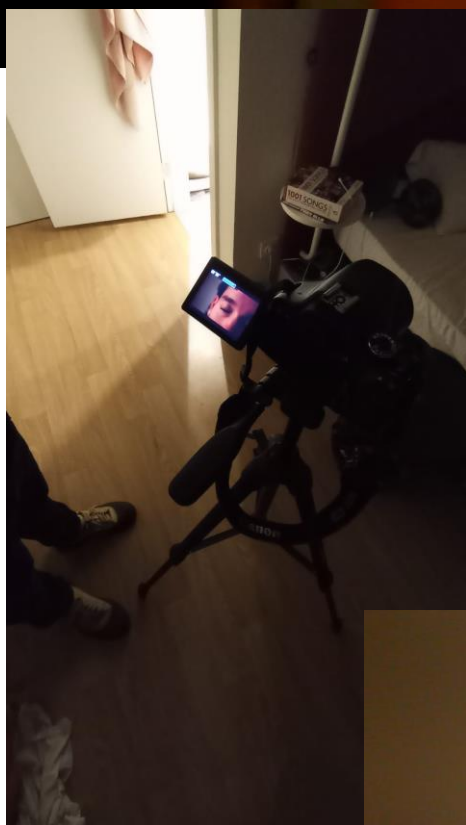




Figura 15- Registos da produção da Curta-metragem

6. Guião

A Curta-Metragem Vermelha: O Vínculo do Adeus

de

Afonso Matos

Porto
2024

FADE IN

INT QUARTO 435 NOITE

Narrador(435) está deitado na cama a olhar para o tecto.

Narrador (V.O)
Durante seis meses eu não conseguia dormir, é como se todas as noites fossem a cópia de uma cópia de uma cópia.

Narrador(435) começa a usar o telemóvel.

Narrador (V.O)
Tal como todas as outras pessoas eu tornei-me um escravo do conteúdo rápido e exagerado do tiktok. Se me aparecesse algum vídeo que me chamasse à atenção eu tinha de parar. Mas nesta noite nada estava a fazer sentido, nenhum conteúdo estava a chamar por mim. Foi aí que decidi que estava na altura.

Narrador(435)desliga o telemóvel, levanta-se,plano a se vestir, coloca os auscultadores. A música começa a dar alto e o narrador começa a andar até a janela com a música sempre alta a tocar, um plano snorricam acompanha o narrador até a varanda.

EXT VARANDA COZINHA NOITE

Quando chega à varanda, plano da varanda e o narrador a tentar passar por cima da varanda mas é alta então pega num banco e quando começa a subir o banco os auscultadores ficam sem bateria.

INT QUARTO 435 NOITE

Plano porta do quarto, narrador entra(luz vermelha à volta da cama). Narrador mete os fones a carregar,

senta-se na cama.

Narrador (V.O)

Eu sempre quis que os meus
últimos segundos no mundo
fossem passados a ouvir
música, e por isso devia de
pelo menos ter verificado se
tinha bateria nos
auscultadores.

Narrador mete os fones a carregar, senta-se na cama.
KNOCK KNOCK KNOCK- Som de alguém a bater à porta.

436

435! 435! O que é que estavas
a pensar fazer há pouco?

Narrador (V.O)

Na mesma noite que pensei que
não ia ouvir mais ninguém a
fazer-me perguntas, conheci o

Grande plano cara do Narrador, Narrador olha para a
porta com ar perturbado.

Narrador

436 és tu?

Narrador (V.O)

Eu vivo sozinho num prédio em
que todos os quartos estão
identificados com um número

INTERIOR PRÉDIO

Vários planos de portas e referentes números de cada
quarto. Pára no quarto 436 e a câmara faz travelling
para o quarto 435.

Narrador (V.O)

O meu é o 435. Para além
disso cada esquina tem uma
câmara

INTERIOR PRÉDIO

Vários planos de câmaras da residência.

Narrador (V.O)
É como se alguém pudesse
ver-me e ouvir-me mas eu não
existisse por viver aqui sozi

PULL BACK:

INTERIOR QUARTO NOITE

Narrador está sentado na cama.

436
É hoje que vens cá fora
conhecer-me?

Narrador (V.O)
O 436 é sempre muito
persistente, todas as noites
tenta falar comigo.

INTERIOR QUARTO 435 NOITE (FLASHBACK)

Narrador está em pé, encostado à porta, coloca os
auscultadores. Transição para narrador em videoclip de
música.

Narrador (V.O)
Mal ele sabe que sempre usei
a música para me abstrair da
voz dele, sempre que o ouço a
tentar falar comigo coloco os
auscultadores, ouço música e
imagino-me no videoclip.

PULL BACK:

INTERIOR QUARTO NOITE

Narrador está sentado na cama.

436
Vens ou não?

Narrador levanta-se, auscultadores ainda estão a
carregar na mesa, abre a porta.

Plano da porta a abrir, é visível uns olhos atrás da

porta, 436 salta para o centro do plano.

436

O que é que achas, sou o que
esperavas?

Travelling vertical descendente pelo corpo de 436 até
os pés que estão descalços.

Narrador (V.O)

Não era isto que esperava do
436.

Travelling vertical ascendente para a cara de 436.

436

Queres ir lá baixo às
máquinas comprar alguma coisa
para comer ?

Narrador

Acho que sim.

INTERIOR PRÉDIO -QUARTO ANDAR- NOITE

Plano frontal seguindo o narrador. Narrador percebe
que deixou a janela da varanda aberta.

Narrador

Vou só fechar a janela que
deixei aberta.

INTERIOR PRÉDIO -ANDAR DAS MÁQUINAS- NOITE

Porta de elevador a abrir, narrador sai a olhar para
todos os lados e começa a caminhar em direção das
máquinas onde encontra o 436 em cima de uma máquina
sentado. Narrador compra batatas fritas da máquina.

EXTERIOR JARDIM NOITE (TIME-LAPSE)

Narrador come batata frita, 436 anda pelo jardim e
fala com o Narrador.

Narrador (V.O)

Enquanto comia as minhas
batatas o 436 falou, e falou,
e falou. A Partir daí, todas
as noites encontrei-me com o
436 para que toda aquela

energia se refletisse no meu
cansaço. Se eu comia uma maçã
ele tinha de comer uma maçã,
se ele estava sentado num
banco eu tinha de me sentar
no mesmo sitio do banco.

INTERIOR QUARTO 435 NOITE

Narrador entra no quarto, deita-se na cama, luz
vermelha à volta da cama, Narrador adormece.

Narrador (V.O)
Quando finalmente subi para o
quarto nessa noite, adormeci
em segundos.

INTERIOR QUARTO 435 NOITE

Grande Plano cara do Narrador a abrir a porta.

EXTERIOR NOITE (FLASHBACK)

Diferentes memórias, Narrador e 436 andam pelo jardim,
narrador sentado num banco 436 aparece a correr, 436 a
fazer flexões, 436 a tocar nas costas do narrador e a
fugir.

Narrador (V.O)
Se eu queria fazer alguma
coisa é porque o 436 queria
fazer. Independentemente das
consequências se ele queria
eu também queria, é como se
as nossas mentes estivessem
ligadas e ele soubesse o que
eu queria.

EXTERIOR NOITE

Narrador e 436, encapuzados, tentam assaltar carro,
carro dispara alarme, Narrador e 436 fogem.

Narrador (V.O)
Toda esta procura do sono
profundo levou a que aquela
voz e pensamento rebelde do
436 comessem a ter um
controle maior sobre os meus

atos.

EXTERIOR NOITE

Narrador e 436 escondidos num sitio escuro.

436

Eles estão à nossa procura,
temos de ir para o teu
quarto.

INTERIOR QUARTO 435 NOITE

Narrador e 436 entram no quarto, Narrador percebe que
436 não tem reflexo no espelho.

Narrador (VO)

Sentei-me de frente para ele
e esperei que ele explicasse
a razão de não aparecer no
reflexo

436 Sentado num banco de frente para a cama, Narrador
senta-se na cama.

436

Tu sabes bem porquê. Eu sou
fruto da tua imaginação. É
por isso que não consigo
falar contigo quando ouves
música.

Narrador sentado na cama com ar preocupado, Narrador
transpira.

436

Eu sou tudo aquilo que tu não
queres confrontar. Sou o teu
medo, a tua culpa, e as tuas
dúvidas.

Narrador pega no telemóvel, coloca os auscultadores.
As mãos tremem ligeiramente enquanto escolhe uma
música. Pressiona o botão de play, e o som preenche os
seus ouvidos, abafando o ambiente ao seu redor. Grande
Plano dos olhos do Narrador, testa transpirada, olhos
fecham.

FADE OUT

7. Pós-Produção

7.1 Preparação

O primeiro passo na pós-produção da curta-metragem foi organizar e agrupar os ficheiros de vídeo e áudio por cena, de forma a otimizar e agilizar os processos subsequentes. Além disso, foi feita uma cópia backup de todos os arquivos, garantindo a preservação do material original em caso de eventualidades técnicas. Com todos os arquivos devidamente organizados, iniciei a seleção dos takes que seriam considerados para a edição final. Este processo envolveu uma análise detalhada de cada take, na qual verifiquei a qualidade do foco, enquadramento e qualidade do áudio, garantindo que apenas os melhores takes fossem levados à montagem.

Após essa primeira organização, sincronizei o áudio captado por um microfone independente com os vídeos correspondentes, garantindo que o som estava perfeitamente alinhado com as imagens. Com os arquivos sincronizados, foi feita uma segunda seleção, onde comprimui ainda mais as escolhas, identificando o conjunto de planos que tinham maior potencial para serem utilizados na edição final da curta-metragem. Este processo de seleção e sincronização foi crucial para garantir que a edição final refletisse a narrativa pretendida, mantendo a coerência estética e técnica da produção sem que ocorressem atrasos na montagem por indecisão de que material utilizar.

Para além desta sincronização entre a imagem e áudio, foram recolhidos efeitos sonoros que desempenharam um papel crucial na construção da atmosfera e na amplificação da profundidade emocional do guião. O uso estratégico de efeitos sonoros atua como um elemento extra narrativo por si só, capaz de intensificar a experiência sensorial do espectador.

7.2 Montagem

Com base na seleção anteriormente falada dos takes, iniciei o processo de montagem das cenas, organizando-as conforme a sequência narrativa do guião. Durante esta etapa, as partes que sobraram de cada plano foram eliminadas, a fim de refinar a continuidade e fluidez da narrativa visual. Através da experimentação cuidadosa com várias transições, decidi que as mudanças entre as cenas seriam brutas, tendo por vezes cortes de pensamento, criando assim questões ao espectador. Essa escolha foi feita para estabelecer um paralelo simbólico com o estado emocional do narrador.

Entretanto, algumas dificuldades surgiram devido à ausência de planos que não puderam ser filmados dentro do cronograma estabelecido. Esse fator resultou em cenas inevitavelmente mais curtas, particularmente na cena das portas dos quartos, onde diversos planos internos das portas dos quartos não foram possíveis de captar, pois são espaços pessoais de outros moradores da residência.

Além disso, como a produção teve uma equipa reduzida, alguns erros passaram despercebidos durante as filmagens e só foram notados na fase de edição. Como não era possível regravar os takes, essas falhas tiveram de ser superadas durante a edição por meio de soluções criativas.

7.3 Tratamento do som

No que se trata relativamente ao tratamento de som, o processo exigiu várias correções devido às condições desafiadoras de gravação e da falta de material profissional de captação de som. Apesar de que a maioria das cenas foram filmadas num ambiente fechado, houve a presença de ruído indesejado em algumas das gravações que, apesar do cuidado tomado durante as filmagens para minimizar essas interferências, foi necessária alguma edição na pós-produção para alcançar uma qualidade de som adequada. Sendo uma curta-metragem que, para além do áudio dos takes, era acompanhado de uma narração, este trabalho de pós-produção foi essencial para manter a integridade do som ao longo da curta-metragem, garantindo que a qualidade do som estivesse em harmonia com a narrativa visual e contribuísse para a imersão do espectador na história que era contada pelo narrador.

7.4 Correção da Cor

A principal dificuldade encontrada na pós-produção foi a significativa diferença nas condições de iluminação entre os planos filmados. Este desnível ocorreu devido ao pouco acesso à manipulação das luzes públicas do prédio. Para além disso, algum ruído visual é notório nas gravações, pois esta curta-metragem foi gravada com uma Canon 600D, câmara esta que tem treze anos. Em contraste, este ruído por sua vez, deu um traço de personalidade às imagens, enquadrando-se assim com a ideia de que tanto o som, como a imagem, transmitisse a condição psicológica do narrador.

Este processo de correção de cor e imagem teve como objetivo alcançar uma atmosfera mais limpa e menos saturada, equilibrando as variações de iluminação entre os diferentes espaços usados. Desta forma, foi possível garantir que o curta-metragem mantivesse uma estética visual consistente, consoante a intenção narrativa original.

7.5 Reflexão sobre a curta-metragem

Como é comum na produção de uma curta-metragem, apesar dos esforços durante a produção, não foi possível corresponder completamente à visão inicial circunstâncias adversas, contudo na essência foi respeitado o conceito original e o imaginário pretendido.

Na ideia inicial pretendia-se inclusão de entrevistas que captariam as emoções e histórias pessoais dos envolvidos, e assim misturava-se uma abordagem documental com ficção tendo em vista uma ideia de verosimilhança, contudo como já foi referido anteriormente, devido a limitações no processo de produção, nomeadamente a impossibilidade de organizar efetivamente as entrevistas, foi necessário fazer uma alteração estratégica, mas com ao desejo de manter o carácter genuíno e o imaginário. Apesar de tudo não se pode deixar de dizer que esta mudança acabou por afetar a profundidade narrativa que se pretendia alcançar e influenciou a abordagem geral do projeto.

No entanto, apesar destes contratempos, houve um esforço constante para manter a essência da mensagem original e adaptar a narrativa de forma criativa. Este esforço foi particularmente evidente na fase de montagem e edição, onde a ausência das entrevistas foi parcialmente compensada pelo uso de uma narração do protagonista e por efeitos sonoros que ajudaram a construir a atmosfera ligeiramente desajustada desejada.

A escolha de cortes abruptos e transições não convencionais serviu como uma solução para simbolicamente se aproximar do estado emocional do protagonista, reforçando o desejado impacto emocional da curta. Embora o resultado final não tenha sido exatamente o que era pretendido, a equipa conseguiu aproximar-se da ideia original, recorrendo a soluções criativas, além das programadas no guião, para superar as limitações técnicas e logísticas.

A música desempenha um papel crucial, não apenas na criação da atmosfera, mas também no seu potencial terapêutico e complementar da narrativa. Dada a natureza íntima e reflexiva da curta-metragem, a banda sonora não serve apenas para complementar as imagens, mas também como uma extensão emocional do narrador, intensificando a experiência sensorial do espectador. A música, nesse sentido, é utilizada como um instrumento de mediação entre o narrador e o público, procurando oferecer uma camada adicional de interpretação da sua condição emocional. Já o seu uso terapêutico manifesta-se na forma como poderá criar uma atmosfera envolvente, capaz de acalmar e, ao mesmo tempo, estimular a reflexão, ou, por vezes perturbar o espectador. A música serve como um mediador emocional, transportando o espectador para o estado psicológico do narrador, funcionando quase como uma extensão do seu pensamento, das suas emoções e sobretudo da sua subjetividade individual. Neste cenário pretendia-se sobretudo evitar impor uma perspetiva única ao espectador, deixando antes lugar para este, se porventura ficar incitado, colocar questões.

Link para a Curta-Metragem:

https://www.youtube.com/watch?v=Wv8tmTF59zg&ab_channel=AfonsoMatos

8. Conclusão

Este projeto de investigação procurou perceber e identificar o papel crucial do cinema na formação da percepção social sobre a esquizofrenia e explorou abordagens operativas e criativas para o desenvolvimento de uma curta-metragem capaz de sensibilizar o público para problemas relacionados com a saúde mental.

Inicialmente, pretendia-se incluir entrevistas com profissionais de saúde mental e indivíduos afetados pela esquizofrenia para partindo dessa base documental, desenvolver depois um projeto e imaginário entre a ficção e do documentário. Contudo, devido a limitações imprevistas, não foi possível realizar estas entrevistas conforme planeado. Em resposta a este desafio analisou-se referências bibliográficas significativas neste domínio, assim como filmes que se enquadravam no âmbito da observação dos problemas da saúde mental e, ademais, da esquizofrenia.

Desta abordagem partiu-se para uma exploração mais abrangente das representações da esquizofrenia nos média e na cultura popular, bem como uma tentativa de compreensão das experiências vividas por indivíduos afetados por esta condição. A revisão da literatura procurou abranger um espectro amplo de fontes académicas e biliográficas, a que se juntou a pesquisa e reconhecimento de abordagens mediáticas relevantes neste contexto. Além disso, a análise de documentários e histórias pessoais proporcionou uma perspetiva valiosa e autêntica sobre as realidades da vida com esquizofrenia, complementando os dados quantitativos e qualitativos obtidos através da revisão da literatura.

A evolução histórica das representações da esquizofrenia nos meios de comunicação, particularmente no cinema, revelou uma trajetória complexa, desde as primeiras representações estereotipadas do início do século XX até às abordagens empáticas do século XXI. Esta evolução reflete não apenas os avanços na compreensão científica da condição, mas também uma crescente consciência social sobre a

importância de representações precisas e respeitosas das doenças mentais.

O estudo procurou identificar vários elementos chave que contribuem para representações cinematográficas eficazes da esquizofrenia, incluindo a humanização dos personagens, precisão clínica, narrativas de recuperação, contextualização social e uso criativo de metáforas visuais. A análise de filmes específicos, documentários e relatos pessoais demonstrou o potencial do cinema e outras formas de mídia para desafiar estereótipos e promover uma visão mais compassiva da esquizofrenia. No entanto, o estudo também identificou desafios persistentes na representação cinematográfica da esquizofrenia, como o estigma residual, a simplificação excessiva, o foco no espetacular e a sub-representação de experiências diversas.

Com base nestes elementos, o estudo impulsionou rumos para o desenvolvimento de uma curta-metragem sobre esquizofrenia, recorrendo à colaboração de especialistas, afirmando o potencial da narrativa pessoal no uso criativo de técnicas cinematográficas, visando uma mensagem de esperança. A implementação na produção da curta-metragem proposta tem o potencial de contribuir significativamente para o corpo de trabalhos cinematográficos que abordam a esquizofrenia de maneira responsável e impactante.

As implicações deste estudo estendem-se além do âmbito cinematográfico, tocando em questões fundamentais de saúde pública e justiça social. Ao melhorar a representação da esquizofrenia no cinema, podemos potencialmente reduzir o estigma social, promover a literacia visual em saúde mental, encorajar a procura por ajuda, influenciar políticas públicas e promover a inclusão social. O estudo também aponta para várias direções de pesquisa futura, incluindo a análise do impacto de representações cinematográficas específicas nas atitudes públicas, a investigação da diversidade de representações em diferentes culturas, a exploração do potencial de novas mídias, a promoção de colaborações interdisciplinares e o desenvolvimento de intervenções baseadas em cinema para reduzir o estigma. A curta-metragem proposta como parte deste projeto de pesquisa representa não apenas um exercício académico, mas um passo comedido mas concreto em direção à aplicação prática dos conhecimentos adquiridos.

É importante reconhecer que, embora a impossibilidade de realizar as entrevistas inicialmente planejadas tenha apresentado um desafio, a adaptação estratégica resultante permitiu uma exploração mais profunda e diversificada do tema e assim percorrer uma vertente mais autoral na demanda cinematográfica, assumindo a subjetividade especulativa que esta movimenta, procurando respeitar na essência o propósito do projeto de investigação. A averiguação de relatos pessoais e análises de documentários enriqueceu significativamente o estudo, oferecendo perspectivas únicas que complementam a literatura especializada neste âmbito. À medida que avançamos, é crucial reconhecer que o trabalho de melhorar as representações da esquizofrenia no cinema é um processo contínuo. O cinema, como uma forma de arte e meio de comunicação, tem uma responsabilidade única na formação da opinião pública, traduzindo-se num imperativo ético de representar a esquizofrenia e outras condições de saúde mental com precisão, compaixão e respeito. Este estudo e o projeto da curta-metragem associado representam um passo nessa direção, contribuindo para um corpo crescente de trabalhos que procuram potenciar o poder do cinema para promover mudanças sociais positivas.

Por fim, este estudo conclui com um convite à ação contínua para cineastas, pesquisadores, profissionais de saúde mental e o público, desafiando-os a continuar a explorar, inovando e evoluindo o modo como representamos a esquizofrenia através dum meio tão poderoso como o cinema, aspirando sobretudo a uma melhor compreensão dos problemas da saúde mental. Apenas através desses esforços contínuos e colaborativos podemos esperar ver um mundo onde o estigma associado à esquizofrenia seja reduzido, substituído por compreensão, empatia e inclusão.

9. Bibliografia

- APA PsycNet. (n.d.). Psycnet.apa.org.
<https://psycnet.apa.org/record/1995-98881-000>
- Abel, R. (2005). *Encyclopedia of early cinema*. Routledge.
- Balfour, J. (2023). *Representing Schizophrenia in the Media*. Taylor
- Blackford, M. (2021, September 20). *The 5 Most Accurate Depictions of Schizophrenia in Hollywood*. FHE Health – Addiction & Mental Health Care. <https://fherehab.com/learning/accurate-schizophrenia-movies>
- Charney, J. (2022). Madness at the Movies. In *Johns Hopkins University Press eBooks*. Johns Hopkins University Press.
<https://doi.org/10.56021/9781421445632>
- Cockerham, W. C. (2016). *Sociology of mental disorder*. Routledge, Taylor & Francis Group.
- Corrigan, P. W., Powell, K. J., & Michaels, P. J. (2013). The Effects of News Stories on the Stigma of Mental Illness. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 201(3), 179–182.
<https://doi.org/10.1097/nmd.0b013e3182848c24>
- Esquizofrenia | CUF. (n.d.). Wwww.cuf.pt. <https://www.cuf.pt/saude-a-z/esquizofrenia>
- Geretsegger, M., Mössler, K. A., Bieleninik, Ł., Chen, X.-J., Haldal, T. O., & Gold, C. (2017). Music therapy for people with schizophrenia and schizophrenia-like disorders. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 5(5).
<https://doi.org/10.1002/14651858.cd004025.pub4>
- Harper, S. (2005). Media, Madness and Misrepresentation. *European Journal of Communication*, 20(4), 460–483.
<https://doi.org/10.1177/0267323105058252>

- Keshavan, M. S., Nasrallah, H. A., & Tandon, R. (2011). Schizophrenia, “Just the Facts” 6. Moving ahead with the schizophrenia concept: From the elephant to the mouse. *Schizophrenia Research*, 127(1-3), 3–13.
<https://doi.org/10.1016/j.schres.2011.01.011>
- Kirkpatrick, B., Buchanan, R. W., Ross, D. E., & Carpenter, W. T. (2001). A Separate Disease Within the Syndrome of Schizophrenia. *Archives of General Psychiatry*, 58(2), 165.
<https://doi.org/10.1001/archpsyc.58.2.165>
- Link, B. G., & Cullen, F. T. (1986). Contact with the Mentally Ill and Perceptions of How Dangerous They Are. *Journal of Health and Social Behavior*, 27(4), 289.
<https://doi.org/10.2307/2136945>
- Media Madness. (2024). Google Books.
https://books.google.pt/books?id=QiH532OnL2EC&printsec=frontcover&hl=pt-PT&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Media Madness. (2024). Google Books.
https://books.google.pt/books/about/Media_Madness.html?id=QiH532OnL2EC&redir_esc=y
- Mohammadi, A., Singh Minhas, L., Haidari, M., & Panah, F. (2012). A Study of the Effects of Music Therapy on Negative and Positive Symptoms in Schizophrenic Patients. In *German Journal of Psychiatry*.
https://web.archive.org/web/20180409223618id_/http://www.gipsy.uni-goettingen.de/gjp-article-mohammadi.pdf
- Mohammadi, A., Singh Minhas, L., Haidari, M., & Panah, F. (n.d.). A Study of the Effects of Music Therapy on Negative and Positive Symptoms in Schizophrenic Patients. In *German Journal of Psychiatry*. Retrieved August 30, 2024, from
<https://scholar.archive.org/work/qopnhhfrajek3k5r376qiq742m/access/wayback/http://www.gipsy.uni-goettingen.de/gjp-article-mohammadi.pdf>
- Mueser, K. T., & McGurk, S. R. (2004). Schizophrenia. *The Lancet*, 363(9426), 2063–2072. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(04\)16458-1](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(04)16458-1)

- Owen, P. R. (2012). Portrayals of Schizophrenia by Entertainment Media: A Content Analysis of Contemporary Movies. *Psychiatric Services*, 63(7), 655–659.
<https://doi.org/10.1176/appi.ps.201100371>
- Owen, P. R. (2012). Portrayals of Schizophrenia by Entertainment Media: A Content Analysis of Contemporary Movies. *Psychiatric Services*, 63(7), 655–659.
<https://doi.org/10.1176/appi.ps.201100371>
- Peña, J., Sánchez, P., Elizagárate, E., Ibarretxe-Bilbao, N., Ezcurra, J., Caballero, L., Magariños, M., García Del Castillo, I., Gutiérrez, M., & Ojeda, N. (2015). Clinical (but not cognitive) recovery in schizophrenia through the experience of fictional cinema. *Schizophrenia Research: Cognition*, 2(4), 189–194.
<https://doi.org/10.1016/j.scog.2015.10.003>
- Psychiatry and the Cinema*. (2024). Google Books.
https://books.google.pt/books/about/Psychiatry_and_the_Cinema.html?id=D42m3IlrEDoC&redir_esc=y
- public perceptions of the dangerousness of the mentally ill. *Journal of Health and Social Behavior*, 22, 310–316. Steele, C. M. (1997). A threat in the air: How stereotypes shape intellectual identity and performance. *American Psychologist*, 52, 613–629.
- Stevenson, H. C., R
- Schizophrenia and Music*. (n.d.). [Www.youtube.com](https://www.youtube.com/shorts/tlzeleJtp3Q). Retrieved August 30, 2024, from <https://www.youtube.com/shorts/tlzeleJtp3Q>
- Signorielli, N. (1989). The stigma of mental illness on television. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 33(3), 325–331.
<https://doi.org/10.1080/08838158909364085>
- Silverman, M.J. (2003) *Music Therapy and Clients Who Are Chemically Dependent A Review of Literature and Pilot Study*. *The Arts in Psychotherapy*, 30, 273-281. - References - Scientific Research Publishing. (2014). Scirp.org.
<https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1335139>
- TEDx Talks. (2016). CRAZYWISE: A Traditional Approach to Mental Illness | Phil Borges | TEDxSanJuanIsland. In *YouTube*.
https://www.youtube.com/watch?v=9_KSYu1Tqx8

- Understanding Schizophrenia*. (2024). Google Books.
https://books.google.pt/books/about/Understanding_Schizophrenia.html?id=oWpplAEACAAJ&redir_esc=y
- View of The Use of Cinematic Devices to Portray Mental Illness*. (n.d.).
 Journals.jcu.edu.au.
<https://journals.jcu.edu.au/etropic/article/view/3341/3281>
- Waters, F., Woodward, T., Allen, P., Aleman, A., & Sommer, I. (2010).
 Self-recognition Deficits in Schizophrenia Patients With
 Auditory Hallucinations: A Meta-analysis of the Literature.
Schizophrenia Bulletin, 38(4), 741–750.
<https://doi.org/10.1093/schbul/sbq144>
- Waters, F., Woodward, T., Allen, P., Aleman, A., & Sommer, I. (2010).
 Self-recognition Deficits in Schizophrenia Patients With
 Auditory Hallucinations: A Meta-analysis of the Literature.
Schizophrenia Bulletin, 38(4), 741–750.
<https://doi.org/10.1093/schbul/sbq144>
- Wedding, D. (2023). *Movies and Mental Illness*. Hogrefe Publishing GmbH.
- Wedding, D., Mary Ann Boyd, & Niemiec, R. M. (2014). *Movies and mental illness : using films to understand psychopathology*. Hogrefe.
- World, F. (2016). HEALTH DOCUMENTARY: Living With Schizophrenia: A Call For Hope and Recovery - food world. In *YouTube*.
<https://www.youtube.com/watch?v=caE3NfJkPWI>

10. Bibliografia de Obras Cinematográficas

Akiva Goldsman, & Nasar, S. (2002, February 22). *A Beautiful Mind*. IMDb.

https://www.imdb.com/title/tt0268978/?ref_=nv_sr_srsq_0_tt_8_nm_0_in_0_q_beautiful

Arinjay Shekhar. (2021, October 10). *Distorted - A Schizophrenia Story*. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt13986006/>

Chechik, J. S., Berman, B., McNeil, L., Depp, J., Masterson, M. S., & Quinn, A. (1993, April 16). *Benny & Joon*. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt0106387/>

Cronenberg, D., McGrath, P., McGrath, P., Fiennes, R., Richardson, M., Byrne, G., & Redgrave, L. (2002, September 13). *Spider*. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt0278731/>

Eugenides, J., & Coppola, S. (2000, April 22). *The Virgin Suicides*. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt0159097/>

Gill, M., Li, B., & Mitchell, D. (2011, October 11). *The Voorman Problem*. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt1998355/>

Hauben, L., Goldman, B., Kesey, K., & Wasserman, D. (1975, November 19). *One Flew Over the Cuckoo's Nest*. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt0073486/>

Hubert Selby Jr, Hubert Selby Jr, & Aronofsky, D. (2000, November 3). *Requiem for a Dream*. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt0180093/>

IMDb. (1999, October 15). *Fight Club*. IMDb.
<https://www.imdb.com/title/tt0137523/>

Kelly, R. (2002, January 30). *Donnie Darko*. IMDb.
<https://www.imdb.com/title/tt0246578/>

Kerrigan, L., Kerrigan, L., Greene, P., Levitt, A., & Owen, M. (1995, April 21). *Clean, Shaven*. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt0106579/>

Laeta Kalogridis, & Lehane, D. (2010, February 18). *Shutter Island*. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt1130884/>

Nichols, J., Nichols, J., Shannon, M., Chastain, J., & Whigham, S. (2011, November 10). *Take Shelter*. IMDb.
<https://www.imdb.com/title/tt1675192/>

Rodman, H. A., Robins, N., & Steven M.L. Aronson. (2008, July 11). *Savage Grace*. IMDb. <https://www.imdb.com/title/tt0379976/>

Rourke, M., & Rubenstein, B. (1996, May 31). *Bullet*. IMDb.
https://www.imdb.com/title/tt0115781/?ref=vp_close

Wright, J., Grant, S., Lopez, S., Foxx, J., Jr, R. D., Keener, C., & Hollander, T. (2009, April 24). *The Soloist*. IMDb.
<https://www.imdb.com/title/tt0821642>

11. Apêndice da Curta-metragem

A curta-metragem final do presente projeto apenas pode ser acessado a partir da seguinte ligação:

https://www.youtube.com/watch?v=Wv8tmTF59zg&ab_channel=AfonsoMatos

