



Instituto Politécnico  
de Castelo Branco

**Instituto Politécnico de Castelo Branco**

Rosário, Patrícia Alexandra Teixeira do

**Prisma : campanha de sensibilização - inclusão de doentes mentais**

<https://minerva.ipcb.pt/handle/123456789/3560>

**Metadados**

<b>Data de Publicação</b>	2020
<b>Resumo</b>	A doença mental é um facto inegável na nossa sociedade, no entanto, e apesar de nos encontrarmos em pleno século XXI, existe ainda um caminho muito longo a percorrer para acabar com o preconceito e desmistificar ideias pré-concebidas sobre as doenças do foro psiquiátrico. Com o presente trabalho, é nosso objetivo dar um contributo para acabar, ou pelo menos atenuar, a relação de estranheza e rejeição que existe relativamente a este tipo de doenças e doentes. A linguagem cinematográfica apresenta...
<b>Editor</b>	IPCB. ESART
<b>Palavras Chave</b>	Doença mental, Estigma, Sociedade, Audiovisual
<b>Tipo</b>	report
<b>Revisão de Pares</b>	Não
<b>Coleções</b>	ESART - Design de Comunicação e Audiovisual

Esta página foi gerada automaticamente em 2024-04-26T06:42:36Z com informação proveniente do Repositório



Instituto Politécnico  
de Castelo Branco  
Escola Superior  
de Artes Aplicadas



## **Prisma**

### **Campanha de sensibilização - inclusão de doentes mentais**

Patrícia Alexandra Teixeira do Rosário

Orientador

Miguel de Almeida Ferreira

Trabalho de Projeto apresentado à Escola Superior de Artes Aplicadas do Instituto Politécnico de Castelo Branco para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Licenciado em Design de Comunicação e Audiovisual, realizada sob a orientação científica do professor Miguel de Almeida Ferreira, do Instituto Politécnico de Castelo Branco.

Julho de 2020



## **Composição do júri**

Presidente do júri

Professora doutora Mafalda Sofia Tavares Gomes de Almeida  
Professora Adjunta do Instituto Politécnico de Castelo Branco

Vogais

Professora Isabel Maria Ramos Marcos  
Professora Adjunta do Instituto Politécnico de Castelo Branco

Professor Miguel de Almeida Ferreira (orientador)  
Professor Adjunto do Instituto Politécnico de Castelo Branco



## **Agradecimentos**

À minha mãe, à minha tia, ao meu pai e aos meus avós, por acreditarem em mim.

Às minhas amigas, que me deram força à distância.

A todos que ao longo destes três anos torceram para o meu bem.

Aos professores Miguel Ferreira de Almeida, Pedro Motta Silva, Mafalda d'Almeida e Neel Naik por se terem mostrado tão prestáveis e humanos em relação à temática que escolhi para o meu projeto final.



## Epígrafe

“Eu prefiro ser  
Essa metamorfose ambulante  
Do que ter aquela velha opinião  
Formada sobre tudo”

- Raul Seixas



## Resumo

A doença mental é um facto inegável na nossa sociedade, no entanto, e apesar de nos encontrarmos em pleno século XXI, existe ainda um caminho muito longo a percorrer para acabar com o preconceito e desmistificar ideias pré-concebidas sobre as doenças do foro psiquiátrico. Com o presente trabalho, é nosso objetivo dar um contributo para acabar, ou pelo menos atenuar, a relação de estranheza e rejeição que existe relativamente a este tipo de doenças e doentes. A linguagem cinematográfica apresenta-se, inevitavelmente, como a mais adequada e mais eficaz, no prosseguimento deste objetivo, uma vez que o poder da imagem, nos nossos dias, é incontestável.

Por se impor como um tema inquietante e fraturante, a doença mental tem sido explorada no cinema, tendo sido produzidas películas de qualidade incontestável e de grande intensidade dramática que nos levam a repensar as ideias formadas que temos acerca deste tipo de doenças, como é o caso, por exemplo, do filme “Uma Mente Brilhante”.

A elaboração deste trabalho seguiu um esquema mental que pretende proporcionar uma visão abrangente dos seguintes aspetos: relação com a doença mental ao longo dos séculos, abordagem da problemática da doença psiquiátrica no cinema, história do audiovisual e linguagem cinematográfica.

## Palavras chave

Doença mental;  
Estigma;  
Sociedade;  
Audiovisual.



## **Abstract**

Mental illness is an undeniable fact in our society, however, and although we find it in the 21st century, there is still a very long way to go to end the prejudice of demystifying preconceived ideas about how psychiatric illnesses. With the present work, it is our goal to make a contribution to end, or at least, a relationship of strangeness and rejection that exists in relation to this type of illness and disease. A cinematographic language inevitably presents itself as the most appropriate and most effective, without pursuing this objective, since the power of the image, today, is undeniable.

Because it is a disturbing and fracturing theme, a mental illness has been explored in cinema, films of undeniable quality and great dramatic intensity have been produced that lead to reimbursement as formed ideas that have this type of disease, as is the case, for example, from the film “Uma Brilliant Mind”.

The elaboration of this work followed a mental scheme that allows a comprehensive view of the following aspects: relationship with mental illness over the centuries, history of audiovisual, cinematic language and approach to the problem of psychiatric illness in cinema.

## **Keywords**

Mental disease;  
Stigma;  
Society;  
Audio-visual;



# Índice geral

<b>1.1. Fundamentação</b> .....	<b>1</b>
<b>1.2. Problemática</b> .....	<b>1</b>
<b>1.3. Objetivos</b> .....	<b>2</b>
<b>1.4 Estrutura do projeto</b> .....	<b>2</b>
<b>1.5 A doença mental</b> .....	<b>3</b>
<b>1.6. Doença Mental em Comunicação Audiovisual</b> .....	<b>7</b>
1.6.1. Inside .....	7
1.6.2. Lucidez da loucura .....	7
1.6.3. Pára-me de repente o pensamento.....	8
1.6.4. A Beautiful Mind .....	9
1.6.5. Memento .....	10
1.6.6. Shutter Island.....	11
<b>2.1. Audiovisual</b> .....	<b>13</b>
2.1.1. Fotografia .....	13
2.1.2. Áudio .....	17
2.1.3 Cinema.....	18
2.1.5. Do analógico ao digital .....	21
2.1.6. O vídeo .....	22
2.1.7. Vídeo e Cinema .....	23
<b>2.2. Obras e técnicas</b> .....	<b>24</b>
2.2.1 Alfred Hitchcock.....	24
2.2.2 Stanley Kubrick .....	27
2.2.3 Charlie Chaplin .....	29
2.2.4 Woody Allen .....	31
<b>2.3 Técnicas Cinematográficas Convinientes</b> .....	<b>34</b>
2.3.1. Match cut.....	34
2.3.2. Jump Cut.....	34
2.3.3. Timelapse.....	34
<b>3.1 Conceito</b> .....	<b>35</b>
<b>3.2 Gráfico de Gantt</b> .....	<b>35</b>
<b>3.3 Cliente</b> .....	<b>36</b>
3.3.1. Briefing do Cliente.....	36
<b>3.4. Público-Alvo</b> .....	<b>37</b>
<b>3.5. Ficha técnica</b> .....	<b>37</b>
<b>3.6. Material</b> .....	<b>37</b>
<b>3.7. Orçamentação</b> .....	<b>37</b>
<b>3.8. Elenco</b> .....	<b>38</b>
<b>3.9. Guião Literário</b> .....	<b>40</b>
<b>3.10. Storyboard</b> .....	<b>47</b>
<b>3.11. Guião Técnico</b> .....	<b>54</b>



## Índice de figuras

Figura 1 - <i>Philippe Pinel à la Salpêtrière</i> por Tony Robert-Fleury (fonte: medicalphilately.com) .....	5
Figura 2 - Daniel e as suas personalidades. (fonte: youtube.com) .....	7
Figura 3 – Paciente do Centro Hospitalar de Lisboa. (fonte:youtube.com) .....	8
Figura 4 - Frame do filme Para-me de repente o pensamento. (fonte: youtube.com).....	9
Figura 5 – Internamento de Nash. (fonte:youtube.com) .....	10
Figura 6 - Leonard e as suas tatuagens, feitas para não se esquecer. (fonte: youtube.com) 10	
Figura 7 - Sonho de Teddy com a sua mulher, que afirma ter morrido num incêndio. (fonte: youtube.com).....	12
Figura 8 - Rascunho da Câmara Escura, por Leonardo da Vinci em Codex Atlantis. (fonte: researchgate.net).....	13
Figura 9 - Registo da primeira fotografia, por Joseph Niepce. (fonte: www.dw.com).....	14
Figura 10 - Daguerreótipo, por Jacques Mandé Daguerre. (fonte: resumofotografico.com) .....	14
Figura 11 - Sutton Panoramic (fonte: collection.sciencemuseumgroup.org.uk) .....	15
Figura 12 - Kodak 1888 (fonte: time.com).....	15
Figura 13 - Auto-retrato de irmãos Lumiere, 1914 (fonte: medium.com) .....	16
Figura 14 - Leica, de Oskar Barnack, 1925 (fonte: dxfoto.com.br).....	16
Figura 15 - Fonógrafo, de Thomas Edison, 1877 (fonte: info24.com.br/).....	17
Figura 16 - Cinetoscópio, de Thomas Edison, 1891 (fonte: pt.wikipedia.org) .....	19
Figura 17 - Vitaphone, Warner Bros, 1926(fonte: warnersisters.com) .....	19
Figura 18 - Sistema Kinemacolor (fonte: collection.sciencemuseumgroup.org.uk) .....	20
Figura 19 - Kodachrome, 1935 (fonte: www.timetoast.com) .....	21
Figura 20 - Película cinematográfica (fonte: victorgalvao.com).....	21
Figura 21 - Sony Portapak, década de 60 (fonte: pinterest.de) .....	22
Figura 22 - Alfred Hitchcock nas gravações de Psycho. (fonte: www.theguardian.com) ..	24
Figura 23 - Frames do filme Vertigo. (fonte: www.apaladewalsh.com).....	25
Figura 24 - Frames de Cena com Dolly Zoom, do filme Vertigo. (fonte: www.youtube.com) .....	25
Figura 25 - Frames da cena de morte da personagem principal do filme Psycho. (fonte: www.the.hitchcock.zone).....	26
Figura 26 - Stanley Kubrick (fonte: https://www.melhoresfilmes.com.br/).....	27
Figura 27 - Frames do filme : “2001: A Space Odyssey” (fonte: https://movie-screencaps.com/2001-space-odyssey-1968/) .....	28
Figura 28 - Frames do filme: “Clockwork Orange” (fonte: https://www.culturagenial.com/filme-laranja-mecanica-de-stanley-kubrick/) .....	28
Figura 29 - Charlie Chaplin (fonte: http://blogs.jornaldaparaiba.com.br/silvioosias/wp-content/uploads/sites/33/2017/12/Carlitos.jpg) .....	29
Figura 30 - frames do filme: “City Lights” ( fontes: https://www.justwatch.com/br/filme/luzes-da-cidade) .....	30
Figura 31 - Frames do filme :“Modern time” (fonte: http://edition.cnn.com/2010/OPINION/11/29/zeliz.chaplin.modern.times/index.html)..	30
Figura 32 – Woody Allen (fonte: https://www.magazine-hd.com/apps/wp/wp-content/uploads/2019/11/woodya-2.jpg).....	31
Figura 33 - Frames do filme : “Annie Hall” (fonte: https://www.comunidadeculturaarte.com/40-anos-de-annie-hall/) .....	32

Figura 34 - Frames do filme: “Annie Hall”(fonte: <a href="https://www.magazine-hd.com/apps/wp/top-filmes-allen-annie-hall/">https://www.magazine-hd.com/apps/wp/top-filmes-allen-annie-hall/</a> ) .....	32
Figura 35 – Quentin Tarantino (fonte: <a href="https://storage.googleapis.com/orchestra-cafe-7jp1kqsp/uploads/2020/04/4c80b9a5-quentin-tarantino-svartvit-1408x792.jpg">https://storage.googleapis.com/orchestra-cafe-7jp1kqsp/uploads/2020/04/4c80b9a5-quentin-tarantino-svartvit-1408x792.jpg</a> ) .....	33
Figura 36 – Frames do filme “Pulp Fiction” (fonte: <a href="https://movie-screencaps.com/pulp-fiction-1994/">https://movie-screencaps.com/pulp-fiction-1994/</a> ) .....	33
Figura 37 - Match cut, através de composição. Gargalo dissolve para olho. Frames de filme Psycho de Alfred Hitchcock. (fonte: Tumblr.com) .....	34
Figura 38 - Jump cut de viagem. Frames seguidos. O movimento e caminho são diferentes. Frames de filme Breathless de Jean-Luc Godard (fonte: youtube.com) .....	34
Figura 39 - Passagem de tempo de noite para o dia em 8 segundos. Frames de série Breaking Bad, de Vince Gilligan.....	34
Figura 40 - Gráfico de Gantt. (fonte: a autora).....	35
Figura 41 - Associação ARIA na Caminhada pela 7ª Saúde Mental em 2019. (fonte: facebook) .....	36





# 1. Introdução

O presente capítulo apresentar o projeto e o estudo acerca do mesmo, de forma a contextualizá-lo, de acordo com a problemática.

## 1.1. Fundamentação

O estigma é uma problemática que pode constatar-se desde o início do período da Grécia Antiga. “Stigma” (termo grego) era uma marcação feita na pele de escravos e prisioneiros da guerra com cortes ou queimaduras, para serem identificados como pessoas que não pertenciam ao grupo social e, por isso, não partilhavam hábitos e imposições dos valores culturais. Na Idade Média, por sua vez, verificava-se a exclusão social de portadores de doenças físicas e mentais, por não viverem de acordo com os padrões considerados normais. No período de escravidão, a etnia negra era tratada como seres sem importância – só serviam para trabalhar.

Segundo Goffman, “Podem-se mencionar três tipos de estigma nitidamente diferente. Em primeiro lugar, há as abominações do corpo – as várias deformidades físicas. Em segundo, as culpas de caráter individual, percebidas como vontade fraca, paixões tirânicas ou não naturais, crenças falsas e rígidas, desonestidade, sendo essas inferidas a partir de relatos conhecidos de, por exemplo, distúrbio mental, prisão, vício, alcoolismo, homossexualidade, desemprego, tentativas de suicídio e comportamento político radical. Finalmente, há os estigmas tribais de raça, nação e religião, que podem ser transmitidos através da linhagem e contaminar por igual todos os membros de uma família.” (GOFFMAN, Erving, Stigma (1963).)

Doença mental é considerada quando existe a ausência de saúde mental. São várias as doenças mentais e diferem de pessoa para pessoa. É impossível prever que se vai ter uma doença mental, e ninguém está excluído. A atenuação passa por um tratamento, bem como em qualquer outra doença. O facto de não existir uma evolução em diagnósticos e tratamentos contribui para a estigmatização. As doenças mentais tendem a ser confundidas com quebras de padrões sociais e a ser associadas a pessoas agressivas ou incapazes. Em alguns casos, os doentes podem estar incapazes de fazer as suas tarefas – o que faz com que sejam mal vistos pela sociedade. Essa conotação negativa afeta-os e faz com que quem descobre que está doente não o queira assumir e, conseqüentemente, piore.

Há uma dificuldade em compreender a doença mental, mas sabe-se que as suas causas variam entre fatores biológicos, sociais, morais ou culturais. Se houver disfunção cerebral ou circunstâncias anormais, está-se sujeito – ou não. Embora as condições físicas ou psicológicas nem sempre sejam observáveis e mudem de doente para doente, não existe uma sem a outra.

É importante entender que não há duas pessoas no mundo com a mesma visão e manter esse pensamento presente quando se trata de doentes mentais – se a sua perspectiva implicar alterações no comportamento de normas sociais, não se deve a irreverência, mas à existência de uma disfunção no indivíduo.

Não há uma definição completa de doença mental, pelas várias situações de doença, que são cada vez mais comuns, e não faz sentido projetar-se o desprezo que num passado distante se nutria por pessoas com esta patologia.

## 1.2. Problemática

Nos dias de hoje, embora haja uma evolução e informação abundante, existe, ainda, o estigma inerente à doença mental. É, portanto, de extrema importância manter as pessoas que são

mentalmente saudáveis informadas, de forma a conseguirem compreender e lidar com doentes mentais e contribuir para o fim de pensamentos retrógrados e mitos sem fundamento.

A nosso ver, o não compreender e consequentemente o não apoiar estes doentes faz com que a sociedade sofra um desequilíbrio, uma vez que muitos doentes, devido ao estigma, não frequentam médicos, sendo o acompanhamento de psiquiatras fulcral, de forma a tomar as medidas certas consoante a patologia.

O facto de a sociedade se orientar pela linha ténue que é a normalidade faz com que haja doentes que, após o diagnóstico, não assumam as suas doenças por medo ou vergonha. Esta situação afasta famílias porque, por um lado, está o doente que não quer admitir, por outro, a família que não está suficiente informada, nem sabe como lidar com a doença. Esta realidade faz com que se prejudiquem vidas dos pontos social, profissional e emocional.

É, então, necessário que todos lutemos contra injustiças e em prole dos direitos iguais para toda a gente, aceitando-se as doenças mentais e dando a importância devida a esta patologia, que não aparece somente devido a fatores biológicos, mas também sociológicos e culturais e que não escolhe idade, sexo, graus académicos ou classes sociais.

A nossa intenção passa por informar corretamente as pessoas, despojá-las de pensamentos insensíveis e consciencializá-las para que reflitam e contribuam para um bem comum, sem preconceitos e com solidariedade.

### **1.3. Objetivos**

Os objetivos deste projeto são apelar ao fim do estigma em relação a doentes mentais e à integração total dos mesmos. Pretendemos, desta forma, dar o nosso contributo para a construção de uma sociedade melhor, evidenciar que, de uma maneira ou de outra, somos todos iguais e, por isso, todos merecemos as mesmas oportunidades. Temos, ainda, a intenção de alertar para o zelo que devemos ter com a nossa saúde e a do próximo, criar impacto e lembrar que devemos sempre pôr-nos na pele dos outros.

### **1.4 Estrutura do projeto**

Este projeto tem como principal objetivo a inclusão de doentes mentais. Face ao panorama mundial da pandemia do Covid-19 e às regras de distanciamento social com duração de dois meses, seguimos à adaptação de uma curta-metragem para a sua planificação. Esta planificação baseia-se numa pré-produção e, sendo que é impossível prever quando poderá haver eventos como a estipulada exposição no Centro Hospitalar de Lisboa, uma proposta ao cliente – a associação ARIA – Associação de Reabilitação e Integração Ajuda.

O projeto consiste, então, na planificação de uma curta-metragem. Inicialmente, a protagonista tem uma vida dita normal, apesar de os seus pais terem falecido muito cedo, com rotinas de trabalho e lazer, incluindo um hobby, o que cativa o espectador, pela logística que tem, conciliar a sua vida profissional com a pessoal, como a idealização de ambas.

Subtilmente, começam a evidenciar-se, na protagonista, comportamentos e características alusivas a distúrbios mentais e doenças do foro psicológico. São visíveis na necessidade que esta tem de estar constantemente ativa, no evitar de situações conflituosas, ou no refúgio e na harmonia que encontra na natureza, na meditação e nas Artes.

Estas particularidades podem ser resultado do diagnóstico da doença, bem como podem ser o reflexo da sociedade e dos rótulos nela impostos, “obrigando” a protagonista a ter a capacidade de adquirir métodos para lidar com eles.

Após serem dadas estas diretrizes, a história faz-nos refletir acerca da forma como agimos e nos relacionamos com pessoas que sofrem transtornos psicológicos.

Nesta história vê-se representado, também, duas personagens que caracterizam o bem e o mal, como se dessemos a escolher ao espetador quem ele quer ser, quem julga ou quem ajuda.

## 1.5 A doença mental

O termo doença mental é inerente aos termos perturbação e distúrbio mental, que surgem quando há uma anormalidade, sofrimento ou comprometimento psicológico.

Estes transtornos envolvem áreas como a psicologia, a filosofia, a psiquiatria e a neurologia.

Nas perturbações mentais, não existe um padrão igual em todas as doenças e doentes. Os comportamentos de duas pessoas esquizofrénicas podem ser completamente opostos.

Estes transtornos podem incluir alterações de pensamento, emoções, comportamento e interferir não só com a vida da pessoa, mas também com a de quem a rodeia.

Os efeitos de uma doença mental podem ser duradouros ou temporários. Na verdade, cerca de 50% dos adultos tende a sofrer de doença mental em alguns momentos da sua vida e quatro em dez das principais causas de incapacidade deve-se a transtornos mentais.

Nem todas as doenças são curáveis: uma depressão, por exemplo, pode passar; a bipolaridade, por sua vez, só estagna.

De acordo com o relatório *Health at a Glance 2018*, Portugal é o quinto país da União Europeia com mais casos de doentes mentais. Em Portugal, cerca de 1 em cada 5 pessoas sofre de doença mental e apenas 20% procura assistência médica.

Diferenciar saúde de doença mental nem sempre é possível. Ou seja, pode tornar-se difícil distinguir a mágoa e desmotivação causados por um luto de uma depressão. Da mesma forma, transtorno de ansiedade pode não ser aplicável à preocupação e stress de alguém com muito trabalho. Traços de personalidade revelados só mediante certas situações podem ser confundidos com transtorno de personalidade. Eventualmente, poderá haver uma noção de divisão consoante a gravidade dos sintomas, o tempo em que prevalecem e de que forma afetam a vida diária.

Nos dias de hoje, os tratamentos de doença mental são feitos com medicação, que estimula o cérebro de forma a que os sintomas não se agravem, e através de psicoterapia, com o intuito de ajudar a encontrar a origem dos problemas e a possibilidade de os solucionar.

A doença mental teve profundas mudanças nas formas de abordagem e tratamento, conforme a época, contexto social, cultural e científico.

Ao longo dos tempos, verificaram-se profundas mudanças nas formas de abordar a doença mental e o seu tratamento, contudo, há uma constante que atravessa séculos de história: o estigma e a discriminação que lhe estão associados, que constituem um dos maiores obstáculos à intervenção e apoio neste tipo de doenças.

A primeira explicação do que é a doença mental remonta à Grécia Antiga, onde surgiu uma visão naturalista e somática da doença e do tratamento que deixou marcas na evolução histórica e conceptual subsequentes. De referir, a título exemplificativo, a medicina de Hipócrates (segunda metade do século V a.C.) cujo método ainda hoje tem repercussões na medicina clínica. Este autor considerava que a doença mental tinha origem orgânica e repudiava explicações como a possessão demoníaca, por exemplo. Defendia a importância dos asilos, ou seja, do internamento na recuperação dos doentes mentais. Na sua obra *Da Natureza Humana*, o “pai da medicina” afirma que o homem é constituído por quatro humores (sangue, fleuma, bile amarela e bile negra) e que estes deverão estar em harmonia para que haja saúde, pois o excesso ou deficiência de algum deles provocará a doença. Também considera que as estações do ano têm grande influência nos humores, havendo riscos de desequilíbrio em cada uma das estações. A base do seu pensamento terapêutico centrava-se na busca do equilíbrio entre os humores e contemplava o asilo.

Platão (429-347 a.C.) estabeleceu a distinção entre doenças do corpo e da alma (demências), sendo estas de origem somática. Criticava o recurso a medicação no caso de doenças leves (estas deviam seguir o seu curso livremente), mas defendia o seu uso em casos graves, aqueles em que se poderia observar perigo para o doente. As suas teorias mantêm-se atuais e vão ao encontro de questões relacionadas com o internamento compulsivo nos nossos dias.

Outro autor que se debruçou sobre a questão da doença mental foi Aristóteles (384-322 a.C.), que defendeu o “conceito legal de consentimento informado”, usado ainda no nosso enquadramento legal para tomar decisões relacionadas com o internamento ou com o tratamento involuntário. Embora na Grécia e na Roma Antigas, o dever de cuidar dos doentes mentais fosse reservado à família, Aristóteles considerava que o governo tinha o dever de proteger os cidadãos dos perigos e de proteger quem necessitasse de apoio parental.

No século II a.C., Sorano de Éfeso (Roma), avançou com propostas muito inovadoras no que diz respeito ao tratamento em internamento: defendia a luz e a temperatura dos quartos deviam ser agradáveis; os quartos deviam ser em pisos térreos, para evitar suicídios; deveria praticar-se exercício regularmente; as medidas de contenção só deveriam ser usadas se fosse realmente necessário, mas com recurso a matérias como lã, para evitar provocar lesões. Referia também que era importante a comunicação com o doente a nível terapêutico e para avaliar a evolução da doença.

Nos primeiros séculos da Idade Média, aceitava-se e tolerava-se pacificamente a loucura. O doente mental não era excluído da sociedade e raramente se recorria à clausura, pelo contrário, o doente era colocado em segurança. Medidas compulsivas como acorrentar em casa ou meter na prisão aplicavam-se só nos casos em que os doentes eram considerados perigosos. Curiosamente, era prática corrente os Senhores acolherem os loucos como forma de caridade e medida para expiarem as suas culpas. Numa época em que preponderava a influência do Cristianismo, acreditava-se que tudo o que acontecia no mundo se prendia com os desígnios de Deus, pelo que as famílias e a sociedade em geral aceitavam pacificamente os doentes mentais.

No século XII, o ensino da medicina passa a ser ministrado também nos mosteiros, onde se seguem métodos de tratamento naturais que tomam por base os textos de Galeno e de Hipócrates. No entanto, nesta época, a medicina tradicional era marcada por uma forte superstição, o que levava a que se apresentassem explicações para a doença mental baseadas numa conceção mágico-religiosa. Neste contexto, os doentes que evidenciavam perturbações mentais mais graves ou que eram agressivos eram escorraçados, flagelados, acorrentados e submetidos a jejuns prolongados, pois acreditava-se que estavam possuídos por demónios. Os restantes doentes eram metidos em celas ou confinados a uma parte da casa de família, mas no caso desta não ser capaz de cuidar deles, as autoridades intervinham. Mas antes era feito um diagnóstico das circunstâncias sociais do doente, pois a principal preocupação era o doente e a decisão que se tomasse sobre o mesmo tinha valor legal. Os hospícios medievais, criados com o intuito de dar abrigo a peregrinos e estrangeiros, passaram a servir também com hospitais para cuidados médicos e tratamento destes doentes.

O aumento populacional na Europa e o crescimento comercial e industrial contribuíram para que o cuidado dos doentes mentais se alargasse do âmbito familiar para a comunidade. Neste contexto, começaram a surgir nos hospitais alas específicas para estes doentes. Os primeiros hospitais criados especificamente para doentes mentais surgiram no século XV, o primeiro da Europa foi o de Valença – Espanha.

No Renascimento, como se encarava a doença mental como diminuição, depravação, alienação ou perda da função mental, os doentes eram excluídos socialmente, sendo encerrados em celas ou enviados em embarcações. Além disso, durante os séculos XV e XVI, os doentes mentais também eram impiedosamente submetidos aos inquéritos da Inquisição. Ainda no século XVI foi instituída uma política governamental de internamento compulsivo, tanto para doentes mentais como para

aqueles que eram indesejados. Já no século XVII, em 1656, Luís XIII criou o Hospital Geral de Paris, onde eram admitidos não só os doentes mentais como pobres, militares, entre outros. O internamento era feito sem haver supervisão de tribunais ou de entidades governamentais. Na segunda metade do século XVII e durante o século XVIII, surgiram em Inglaterra as casas de correção, onde se albergavam tanto os doentes mentais, como pobres ou desempregados. Foi uma época negra no que diz respeito à doença mental, pois pensava-se que os doentes mentais não sofriam quando colocados em condições adversas e, como tal, colocavam-nos em celas que se assemelhavam a jaulas de animais. A partir do século XVII, verificou-se na Europa um fenómeno de internamento em massa, porém os cuidados prestados nos hospitais eram piores do que na Idade Média. Apesar da panorâmica atrás apresentada, é na época renascentista que ocorre um fenómeno muito importante que contribuirá para que a doença mental deixe de ser vista como uma possessão demoníaca e passe a integrar o domínio da psicologia, esse fenómeno foi a separação da religião e da ciência.

Na época contemporânea, deve destacar-se um nome muito importante no campo da doença mental: Philippe Pinel. Este médico, considerado por muitos o pai da psiquiatria moderna, defendia que os doentes mentais necessitam de cuidados, de apoio e de medicação, tal como pessoas que tenham qualquer outra doença.



Figura 1 - *Philippe Pinel à la Salpêtrière* por Tony Robert-Fleury (fonte: medicalphilately.com)

Na Europa dos séculos XVIII e XIX fermentavam ideias revolucionárias e reformistas, entre elas a ideia de que era necessário compreender o homem no seu todo. Neste contexto, nos asilos, começou a fazer-se a separação das pessoas com doença mental dos restantes. Em Portugal, em 1601, aquando da reconstrução do Hospital de Todos os Santos, foram criadas instalações próprias para estes doentes. Contudo, há evidências de que na primeira metade do século XIX os doentes dos maiores hospitais de Lisboa e do Porto viviam em condições deploráveis.

No século XIX, verificou-se uma grande evolução da psiquiatria. Na Alemanha, Kraepelin instituiu a psiquiatria como ciência. Em Portugal, na segunda metade desse século, Sena propunha uma reforma importantíssima no domínio da assistência psiquiátrica que, além de pretender acabar com as péssimas condições das instituições que acolhiam os doentes mentais e criar novos hospitais e asilos, se preocupava com questões médico-forenses. No entanto, a Lei Sena nunca chegou a ser regulamentada integralmente. Já em meados do século XX, verificam-se novas mudanças no âmbito da psiquiatria e surge a ideia de comunidade terapêutica e de terapia institucional. Operam-

se mudanças das equipas psiquiátricas e passa a dar-se mais importância ao doente, em detrimento da doença. A Lei 2118/63 de 3 de abril, que vigorou durante 35 anos, realçava a importância da intervenção na comunidade. Entretanto, na segunda metade do século XX, há uma nova tendência, a desinstitucionalização, devia devolver-se o doente à família e à comunidade a que pertencia. No entanto, este objetivo era muito difícil de concretizar, uma vez que se havia dificuldades na organização dos cuidados na comunidade e as redes de apoio eram deficientes. Já em 1997, com a revisão da Constituição da República, foi dada luz verde à possibilidade de privar da liberdade quem fosse portador de anomalia psíquica. Em 1998, a criação da Lei da Saúde Mental (Lei 36/98, de 24 de julho) concretizaria essa privação de liberdade sob duas formas de medidas compulsiva: internamento e tratamento ambulatorio compulsivo. O internamento visa proteger terceiros e o doente ou quem tenha necessidade de tratamento e o recuse, não estando capaz de avaliar essa necessidade.

No século XX, o reconhecimento de direitos de minorias e outras conquistas culturais acabaram por ter repercussões favoráveis aos doentes mentais, pois surgiram movimentos a favor dos mesmos que rejeitavam formas de tratamento cruéis e degradantes e defendiam a procura de tratamento voluntário. Contudo, o doente nem sempre está em condições de exprimir o seu parecer sobre as medidas terapêuticas.

## 1.6. Doença Mental em Comunicação Audiovisual

Esta é uma temática ainda pouco explorada. No entanto, existem peças de extrema qualidade. Tais como:

### 1.6.1. Inside

Inside, uma curta-metragem por Jeremy Sisto, que retrata um rapaz (Daniel) que tem transtorno de personalidade, está internado e é levado para junto da sua médica para falarem, pois na semana seguinte irá haver uma avaliação e precisam de saber em que estado o paciente se encontra. São mostradas as várias personalidades deste rapaz a falar com a médica até que esta fala de forma mais severa e fica só Daniel, aparentemente. Quando pensamos estar tudo bem e que a personagem tem a capacidade de distinguir as vozes da sua cabeça, entra o seu médico na sala onde está. Ou seja, também a médica, embora tenha conseguido fazer com que as várias personalidades se tenham ido embora, faz parte do transtorno e não existe fisicamente.



Figura 2 - Daniel e as suas personalidades. (fonte: youtube.com)

“A maior batalha em que alguém pode lutar é aquela que ocorre dentro da mente.”;

“A perspetiva, a perceção e o controle são as armas usadas neste conflito pessoal.”

- Blackbox TV

### 1.6.2. Lucidez da loucura

Lucidez da loucura, uma reportagem por Cristina Boavida, mostra a vida no Centro Hospitalar Psiquiátrico de Lisboa e entrevistas com pacientes. Nesta peça, apercebemo-nos quão imprevisível pode ser a nossa mente. Vemos doentes que não sabem porque estão internados, doentes que não sabem quantos anos passaram ou o que era a sua vida antes de estarem ali, doentes que não assumem as suas doenças e acham que estão curados e doentes que, além de perceberem que não têm saúde mental, conseguem perceber a origem do problema e falar abertamente acerca disso. Percebemos que, apesar do seu estado, há doentes que aparentam ser bastante sãos, conseguem comparar o estado da sua doença com a de outros e que são tão ou mais humildes que as pessoas que consideramos normais. Verificamos, infelizmente, que foram abandonados pela família após os seus diagnósticos.





Figura 3 - Paciente do Centro Hospitalar de Lisboa. (fonte:youtube.com)

“O caos é uma ordem por decifrar.”

“Insónias, vozes, muita agitação, tremores, e vaguear...muitas vezes vaguear de noite, perder-me na rua, sem saber para onde ir, e ouvir vozes, muitas vozes...”;

“Eu houve uma vez que fui discriminado porque caí na asneira de dizer que era esquizofrénico. E ele disse “Esquizofrénico? Não, não quero cá gente doida.”. Ainda tentei explicar que eu não sou doido, eu sou uma pessoa que tem esta doença, mais nada. Não sou doido. Mas não me aceitaram para trabalhar.”;

“Todos nós somos potenciais esquizofrénicos neste mundo. Há pessoas que lidam melhor com o stress do que outras. Nós temos uma maneira subjetivíssima de ver a realidade, quer dizer, vemo-la através de um prisma que as outras pessoas não têm.”;

“As pessoas temem aquilo que desconhecem, o escuro, os fantasmas...tudo e mais alguma coisa, quando se começa a falar de doenças do foro mental, são logo etiquetados “os malucos, “os falta de juízo”, e isso tudo.”

### 1.6.3. Pára-me de repente o pensamento

Para-me de repente o pensamento, um filme de Jorge Pelicano, em que acompanhamos a vida de pacientes do Centro Hospitalar Conde Ferreira, no Porto, e nos comove mostrando a forma como doentes acolhem pessoas de fora e podemos constatar o limiar entre o bom e mau. Vemos um raciocínio perfeito e lucidez combinados com o abismo. Esta obra do cinema português faz-nos refletir acerca de felicidade e mostra-nos que o que nos parece ser triste, como não ter saúde mental ou estar “preso” num hospital, não limita a forma como pacientes podem ser felizes e a simplicidade com que o são.



Figura 4 - Frame do filme Para-me de repente o pensamento. (fonte: youtube.com)

“Ficou muita coisa por contar, e há coisas que eu próprio não quis contar, porque há segredos que não deve ser o documentário ou o cinema a revelar.”;

“Doravante nesta casa nunca mais serão usadas correntes e grilhetas! Estas pessoas são doentes, não criminosos! É pois, como doentes, que devem ser tratados.”

#### 1.6.4. A Beautiful Mind

Uma Mente Brilhante, um filme de Ron Howard, tem como personagem principal um matemático extremamente inteligente, sempre em busca da inovação. Aos 21 anos contraria uma teoria com mais de 150 anos e torna-se aclamado no meio académico. Aos poucos, torna-se uma pessoa que vive com o medo e sentido de perseguição e, então, apercebemo-nos que vivemos as suas alucinações. Pessoas e feitos que pensamos serem reais, eram produto da sua esquizofrenia. Neste filme, observamos quão verdadeiras podem parecer as alucinações e como pode ser difícil distingui-las da realidade. Nash é internado e submetido a terapias de choque, de forma a atenuar a doença. De regresso a casa, apercebe-se como a medicação prejudica o seu raciocínio e a sua vida conjugal e familiar, pelo que deixa de a tomar e volta a ter os mesmos delírios. Com ajuda da sua mulher, cria uma “dieta mental”, feita de rotinas: volta à universidade onde se formou e exerceu, onde começa por estar apenas na biblioteca, mas acabará por voltar a dar aulas, e aprende a ignorar o que sabe que são coisas somente da sua mente.



Figura 5 - Internamento de Nash. (fonte:youtube.com)

"Algumas pessoas pensam que a sanidade mental traz a libertação da mente, mas muitas vezes é a insanidade mental que tem esse papel.";

“Imagine, se de repente, soubesse que as pessoas, os lugares e os momentos mais importantes para si não acabaram, nem morreram, mas pior, nunca existiram. Que tipo de inferno seria esse?”;

“Talvez seja bom ter uma mente brilhante, mas um presente ainda maior é descobrir um coração brilhante.”;

### 1.6.5. Memento

Neste filme, de Christopher Nolan, Leonard vive obcecado por encontrar o responsável pela morte da sua mulher, que lhe deu um golpe na cabeça, e lhe provocou uma amnésia que lhe apaga memórias recentes. Assim, é obrigado a criar alternativas para memorizar informações importantes do seu quotidiano, como escrever notas em todo o lado, até no próprio corpo, ou fotografando locais, pessoas e objetos. Memento exige ao espectador máxima concentração pelo uso recorrente de “flash-backs”, para reparar nos detalhes e, interligá-los com o desenvolvimento da história, associando-os a determinadas sensações, como a amnésia. No final, percebemos que quer vingar-se de John G, o principal suspeito do crime, mas que ele é o verdadeiro responsável pela morte da sua mulher e, cria uma versão da sua própria história, sendo essa mentira o que dá sentido à sua vida.

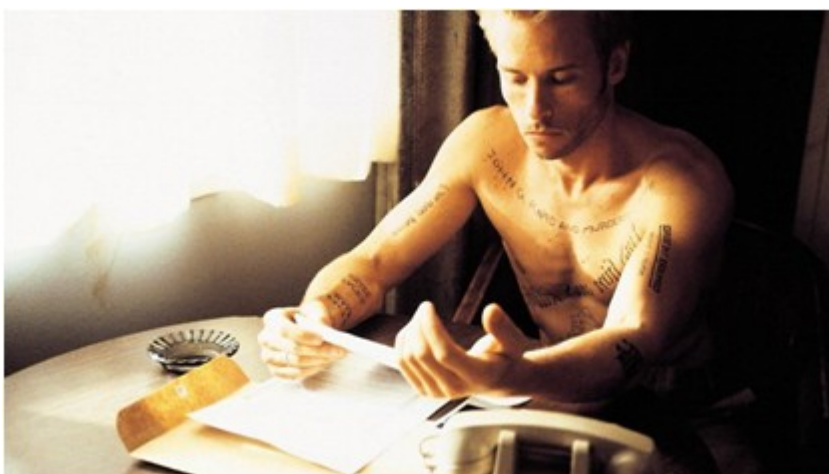


Figura 6 - Leonard e as suas tatuagens, feitas para não se esquecer. (fonte: youtube.com)

“Eu tenho que acreditar num mundo fora da minha própria mente.”;

“Há um sentimento de urgência para atingirmos objetivos ilusórios, baseados em mentiras que inventamos para nós mesmos, misturado a uma dependência absurda da materialidade.”;

“O destino comum de todos os homens coloca-os numa mesma condição.”;

“Eu tenho que acreditar num mundo fora da minha própria mente.”;

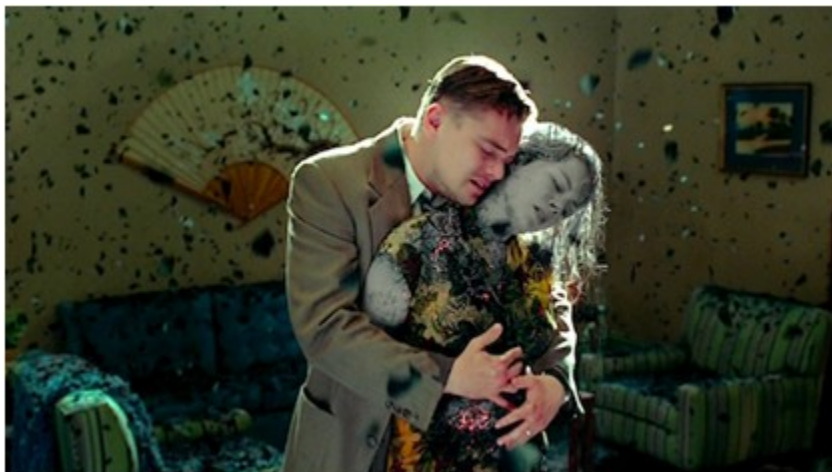
“Eu minto para mim mesmo para ser feliz?”

#### **1.6.6. Shutter Island**

A Ilha do Medo, por Martin Scorsese, conta a história dos agentes Teddy Daniels e Chuck Aule que são enviados para o Hospital Psiquiátrico Ashecliffe, na ilha de Shutter, (onde estão internados os mais perversos criminosos do país), com o objetivo de investigar o caso de Rachel Solando, uma perigosa reclusa que desapareceu da sua cela. Os médicos, funcionários e enfermeiras da instituição não colaboram com esta investigação, e há algo de estranho e misterioso com o Dr. Cawley, o diretor do hospital e psiquiatra, responsável pela aplicação dos tratamentos psicológicos e psiquiátricos que são feitos na instituição.

A chegada de um furacão à ilha, obriga os dois agentes a isolarem-se da sociedade, deixando-os rodeados por um ambiente psicótico e pacientes perigosos. Esta situação assusta Teddy e Chuck, que, à medida que enfrentam diversas situações e desvendam mistérios, começam a pensar que não sairão vivos desta ilha, e desconfiam que lhes vão fazer uma lobotomia. Teddy Daniels tem sintomas como dor de cabeça, dedos dormentes e começa a achar que o seu parceiro também faz parte da máfia daquele hospital.

À medida que nos aproximamos da conclusão, a investigação é praticamente posta de lado, focando-nos na análise da misteriosa história do protagonista, e explorando as características e as consequências relativas aos transtornos psicológicos, bem como a parte comportamental. Afinal, Teddy Daniels é um paciente daquele hospital e aquela história foi toda fantasiada. O seu verdadeiro nome é Andrew Laeddis e está lá por ter morto a sua mulher depois desta ter morto os dois filhos que tinham em conjunto. No fim, apercebemo-nos de que, com muito esforço, Laeddis consegue distinguir a realidade das alucinações. Ou então não...



**Figura 7** - Sonho de Teddy com a sua mulher, que afirma ter morrido num incêndio. (fonte: youtube.com)

“Pessoas loucas são assuntos perfeitos. Eles falam, ninguém ouve.”;

“Tu nunca conseguirás apagar todas as memórias de um homem. Nunca.”;

“Isto é o maldito mundo em que vivemos.”;

“O que seria pior – viver como um monstro? ou morrer como um homem bom?”

## 2. Enquadramento técnico

Este capítulo estuda o mercado audiovisual, primórdios e técnicas.

### 2.1. Audiovisual

O termo audiovisual diz respeito a tudo que implica o uso do visual e do auditivo, tanto em simultâneo como alternativamente. Neste sentido, o cinema, a televisão e o vídeo integram-se no conceito de audiovisual, uma vez que são formas de comunicação que se destinam a ser percebidas pelo olho e pelo ouvido. Mas pode considerar-se que o cinema é a fonte da linguagem audiovisual, que é, por excelência, a linguagem do mundo atual.

Embora estes três meios audiovisuais mantenham uma relação muito estreita entre eles, não só pelo que têm em comum, mas também pelo que os distingue, apenas trataremos questões relativas ao cinema e ao vídeo, já que entre eles se estabelece uma ligação mais íntima.

É um facto que o audiovisual se impõe na sociedade contemporânea, mas a origem desta forma de linguagem surge com o cinema que, desde as suas origens, através de imagens, se exprime sobre tudo o que o rodeia, sensibilizando e estimulando o pensamento. Importa, por isso, que abordemos um pouco a história do cinema, ainda que de forma breve e referindo apenas alguns marcos mais relevantes.

#### 2.1.1. Fotografia

No século XV, Leonardo da Vinci escreveu em “Codex Atlantics” (1452-1519). Os detalhes da Câmara Escura, um compartimento escuro com um orifício num dos seus lados, através da luz que o atravessa, projeta no seu lado paralelo uma imagem invertida de elementos no exterior. Isto deve-se ao princípio da propagação retilínea da luz- a luz propaga-se em linha reta em meios homogêneos e transparentes.



Figura 8 - Rascunho da Câmara Escura, por Leonardo da Vinci em Codex Atlantis. (fonte: researchgate.net)

Este dispositivo fascinou Joseph Nicéphore Niepce e, com as descobertas da Revolução Industrial, fez em 1826 a primeira fotografia. Com uma exposição de 8 horas, conseguiu fixar, pela primeira vez na história, uma imagem “desenhada pela luz”. Niepce trabalhou, durante vários anos, para o aumento da qualidade da impressão litográfica e, conseqüentemente, criou a heliografia, uma imagem produzida numa placa de estanho coberta com um proveniente do petróleo (betume da Judeia) projetada através da câmara escura.





**Figura 9** - Registo da primeira fotografia, por Joseph Niepce. (fonte: www.dw.com)

Ao longo da história, a fotografia teve diversos processos até ser como hoje. Louis Jacques Mandé Daguerre, em 1839, divulgou o daguerreótipo: um novo método de fixação de imagem sem uso de negativo sobre a placa final, de cobre com uma camada fina de prata polida e com vapores de iodo.



**Figura 10** - Daguerreótipo, por Jacques Mandé Daguerre. (fonte: resumofotografico.com)

Em 1841, William Fox Talbot criou o Calótipo, em que usava papel tratado com nitrato de prata, iodeto de potássio e galo-nitrato de prata antes da exposição e depois mergulhava o papel em galo-nitrato de prata e aquecia-o, de forma a revelar a imagem negativa durante a exposição. Depois, papéis sensibilizados com sais de prata recebiam a impressão positiva, fixada com sal comum.

Em 1851, Frederick Scott Archer, inventou o colódio húmido, o conjunto de éter e álcool numa solução de nitrato e celulose. Esta substância fazia o nitrato de prata fotossensível à chapa de vidro, base do negativo.

Os artistas não queriam reconhecer a fotografia como arte, por temerem que esta acabasse com a pintura, mas na Exposição Universal de Paris de 1859, fotografias foram expostas juntamente com as restantes obras de arte.

Em 1860, surge a primeira câmara – a Sutton Panoramic, com uma lente grande angular e preenchida com água, tirava fotografias panorâmicas.



Figura 11 - Sutton Panoramic (fonte: collection.sciencemuseumgroup.org.uk)

Em 1871, Richard Maddox criou uma solução com papel revestido com gelatina e sensibilizado com brometo de prata- mais sensível à luz do que qualquer outro sal de prata. Este era um meio de baixo custo e rápido de produzir múltiplas cópias de um só negativo.

Em 1888, George Eastman, fabricante de chapas secas, introduziu a primeira máquina projetada para utilizar um rolo de filme flexível, a Kodak. Revestidos com uma emulsão sensível à luz, cada rolo tirava 100 fotografias, e para se fazerem cópias o revestimento do negativo tinha de ser separado do papel.



Figura 12 - Kodak 1888 (fonte: time.com)

Em 1889, o papel foi substituído por celuloide e aplicada à base transparente a emulsão sensível à luz. Com este processo não era necessário separar o papel do filme e, por isso, era muito menos dispendioso, o que impulsionou à popularização da fotografia.

Embora se tivesse tirado um pequeno número de fotografias a cores, nenhum método teve sucesso. Foi em 1903 que os irmãos Lumière aperfeiçoaram um processo. As suas chapas, Autochrome, de vidro com revestimento, tinham grânulos vermelhos, verdes e azuis sobre o vidro, que funcionavam como filtros minúsculos e cada um, permitia a passagem de alguns raios do espetro solar e impedia outros.





**Figura 13** - Auto-retrato de irmãos Lumiere, 1914 (fonte: medium.com)

Já em 1925, apareceram filmes mais rápidos, que tornaram a ampliação mais fácil e surgiram máquinas mais pequenas. A primeira máquina popular foi a Leica, em 1925. Em 1930, as Leicas já tinham a possibilidade de trocar de lentes, e variar as distâncias. Entre as duas guerras, as lâmpadas de flash, os telímetros incorporados, e as lentes com anel de focagem e maior abertura, fizeram com que a máquina adquirisse grande importância. No início da década de 70, a eletrônica juntou-se à fotografia. Com células eletrônicas sensíveis à luz deram a possibilidade de determinar o tempo de exposição para fotografar, mesmo com baixos níveis de luz, e surgiu também, a focagem automática, através de método de utilização de feixe de radiação infravermelha e de medição de distância por eco de ondas sonoras de alta frequência.



**Figura 14** - Leica, de Oskar Barnack, 1925 (fonte: dxfoto.com.br)

### 2.1.2. Áudio

A gravação e reprodução de som, cuja invenção é relativamente recente, evoluiu de forma extraordinária. Desde o fonógrafo de Thomas Edison, que registou, em 1877, a primeira gravação de voz, até aos atuais leitores de MP3, verificaram-se grandes mudanças, relacionadas com a evolução da tecnologia.

Então, a história da gravação de som começou quando o célebre inventor Thomas Edison criou o fonógrafo, aparelho que registava o som por meio de uma agulha que riscava um cilindro de cera. Os sulcos feitos pela agulha eram depois percorridos e reproduziam o que tinha sido gravado. O aparelho tinha um diafragma e uma corneta que amplificavam o som. No entanto, as gravações feitas nestes cilindros tinham uma duração muito limitada.



Figura 15 - Fonógrafo, de Thomas Edison, 1877 (fonte: info24.com.br/)

Em 1887, o alemão Emile Berliner inventou o disco plano e criou o gramofone para o reproduzir. Os discos tinham muito maior duração e capacidade de gravação do que o cilindro de Edison, o que permitiu a gravação e reprodução de músicas. Os discos de Berliner, impressos com uma pista magnética, colocavam-se num prato que girava a uma velocidade de 78 rotações por minuto. Uma agulha, colocada num braço que se movia ao longo da espiral inscrita na superfície do disco, lia através de vibrações a informação aí contida. O sistema motor inicial era mecânico, acionado por uma corda metálica, pelo que os gramofones tinham uma manivela que servia para esticar as cordas. No limite do braço da agulha, encontrava-se um elemento fundamental, o amplificador metálico em forma cônica.

O gramofone teve muito sucesso, pois possibilitou a gravação de muitos discos e a sua difusão por todo o mundo, suscitando assim o interesse de vários países em produzi-lo, embora com alterações do sistema de base, o que dificultou a definição de uma solução standardizada. Em 1920, o sistema motor mecânico foi substituído por um motor elétrico e um amplificador eletromagnético substituiu o antigo amplificador metálico. Com estas alterações, deu-se início a uma nova fase do gramofone.

Entretanto, em 1906, surgiu o primeiro fonógrafo encaixado, a Victrola, lançado pela *Victor Talking Machine Company*.

Em 1925, começaram a ser comercializados os primeiros discos gravados eletricamente e, em 1933, a *Electric & Musical Industries* inventou as gravações estereofónicas, gravando discos de 78 rotações por minuto. Dois anos mais tarde, as marcas BASF/ AEG apresentaram o magnetofone, um aparelho de gravação em fita magnética.

No ano de 1948, a companhia *Columbia* lançou o LP (*Long Playing*), disco de longa duração feito em vinil. O disco de vinil é flexível e resistente e imprime grande qualidade ao som.

Nos anos 60, a Philips introduziu a cassete (K7) no mercado. Era uma cassete de quatro pistas que permitia armazenar entre 30 a 45 minutos de música da cada lado. Em 1969, houve um aperfeiçoamento da cassete com a introdução do sistema de redução de ruído, *Dolby Noise Reduction*. Mas, onze anos depois, surgiu o CD (*Compact Disc*), que viria a substituir a cassete. A reprodução do CD dá-se a partir da leitura ótica através de *laser*.

No final do século passado, em 1995, apareceu outra novidade na história do audio, o DVD, que tem uma capacidade de armazenamento sete vezes maior do que o CD. Porém, a evolução do audio continua e, em 2006, chegou ao mercado o Blu-Ray, que tem uma capacidade de armazenamento ainda maior do que o DVD. Finalmente, surgiu no mercado o MP3. Não é um tipo de disco como os seus antecessores, mas um formato de compressão que diminui o tamanho dos arquivos de música no CD ou no computador. O sucesso do MP3 tem a ver com as suas vantagens relativamente aos formatos digitais de música anteriores, pois permite armazenar até 12 horas de som.

### 2.1.3 Cinema

O cinetoscópio de Edison, cuja patente foi registada em 1891, nos EUA, pode ser considerado o precursor da câmara de filmar. O cinetoscópio permitia fazer pequenos filmes que só podiam ser visualizados por uma pessoa de cada vez. Entretanto, em França, Antoine Lumière, pai de Auguste e de Louis Lumière, “os irmãos Lumière”, desejavam criar uma máquina capaz de projetar filmes num ecrã grande. A concretização do sonho do pai Lumière tornar-se-ia possível após uma viagem a Paris, onde descobriu o cinetoscópio de Edison, em 1894. De regresso a Lyon, incentivou os seus filhos a desenvolverem um mecanismo que oferecesse a possibilidade de várias pessoas assistirem a filmes num ecrã grande. Assim, em fevereiro de 1895, os irmãos Lumière registaram a patente do cinematógrafo, máquina que servia para gravar filmes e projetá-los numa parede. Trata-se de um aparelho portátil, movido por uma manivela, que usava negativos perfurados, substituindo a utilização de várias máquinas fotográficas para a criação de movimento. Em março do mesmo ano, Auguste e Louis Lumière fizeram a primeira sessão privada de projeção daquele que é considerado o primeiro filme da história do cinema, “A saída dos operários da fábrica Lumière”, na Sociedade Francesa e, a 28 de dezembro, foi exibido perante o grande público, sendo esta data assinalada como a do nascimento do cinema.

As invenções de Edison e dos irmãos Lumière tiraram partido das experiências de sequenciação de imagens fotográficas, desenvolvidas por Eadweard Muybridge ou por Etienne-Jules Marey, inventor daquela que, de alguma forma, pode ser considerada a primeira câmara de vídeo portátil, o fuzil fotográfico ou fuzil cronomatográfico (tambor forrado por dentro com uma chapa fotográfica circular, capaz de produzir até 12 frames por segundo, todos registados na mesma imagem).

Os primeiros filmes eram muito curtos (duravam segundos ou minutos), a preto e branco, sem som e ainda não integravam a narratividade (início entre 1907 e 1911), baseavam-se em atividades quotidianas.

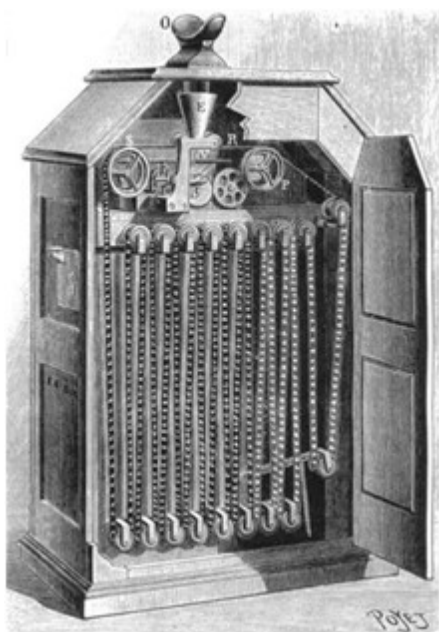


Figura 16 - Cinetoscópio, de Thomas Edison, 1891 (fonte: pt.wikipedia.org)

O surgimento do som foi um marco importante na história do cinema. Em 1926, a Warner Bros adquiriu o sistema de som *Vitaphone* (*sound on disc*), um sistema de gravação e reprodução de som para cinema. O som era gravado em discos a 33 1/3 rpm e reproduzido enquanto o filme era projetado. Este sistema foi o precursor do LP (*Long Playing*), adotado pela indústria discográfica. O primeiro filme sonoro (“O Cantor de Jazz”, de Alan Crosland) só surgiu em 1927. Antes desta data, as exibições dos filmes eram acompanhadas por música, para criar ambiente.

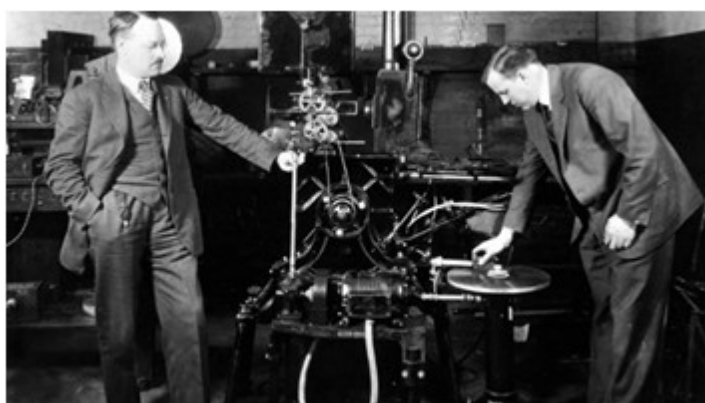


Figura 17 - Vitaphone, Warner Bros, 1926(fonte: warnersisters.com)

Relativamente à cor, acreditou-se, durante muito tempo, que o primeiro filme colorido foi feito em 1909, recorrendo-se ao sistema *Kinemacolor*, que se baseava na captação alternada de duas cores primárias, o vermelho e o verde, a partir de uma película a preto e branco. Esta teoria seria posta de lado com a recente descoberta (2012), em Inglaterra, daqueles que serão efetivamente os primeiros exemplares a cores, datados de 1902. Trata-se de pequenos segmentos de filmes, feitos por Edward Raymond Turner, que contêm filmagens de cenas do dia a dia, de objetos e de animais.

São experiências com cor e luz, sem qualquer narrativa, nas quais foi utilizada a tecnologia das três cores (vermelho, verde e azul), cujo processamento químico é feito na película. Há ainda uma teoria que afirma que os primeiros filmes coloridos surgiram ao mesmo tempo que o cinema, mas as suas cores não eram captadas diretamente pela câmara, eram aplicadas na película. Tratava-se de uma coloração artificial, feita individualmente nos quadros das películas, com recurso a pequenos pincéis. O objetivo da coloração era a busca do realismo, porém, como era um processo manual, demorava muito e era pouco preciso, dando origem a cópias diferentes. Outro processo, mais simples e rápido, era o tingimento, que consistia em mergulhar os filmes em tanques de tinta ou pintá-los com pincéis grandes. Recorria-se ao tingimento para realçar a atmosfera das cenas, o clima e o sentimento. Estes processos foram postos de parte, quer pelos gastos quer pelo facto de o público não mostrar preferência pelos filmes a cores em detrimento dos a preto e branco.



**Figura 18** - Sistema Kinemacolor (fonte: collection.sciencemuseumgroup.org.uk)

Com o decorrer dos anos, e paralelamente ao desenvolvimento do cinema, foram sendo desenvolvidas técnicas e tecnologias para tornar possível a captação da cor naturalmente e de forma direta. Fizeram-se inúmeras experiências, durante muito tempo, para se criar uma maneira de captar imagens coloridas com alguma facilidade e com pouco investimento monetário. Na década de 30, a *Technicolor* lançou um tipo de película que filmava três cores (ciano, magenta e amarelo) em conjunto com uma câmara de três elementos que conferia maior realismo às produções. A *Technicolor* de três faixas foi introduzida no mercado em 1932 e três anos depois foi criado o *Kodachrome*, que se destinava sobretudo à realização de filmes amadores e à apresentação de diapositivos. O primeiro filme colorido pelo sistema *Technicolor System* lançado no mercado, em 1935, foi *Becky Sharp*, realizado por Rouben Mamoulian. Nas duas décadas seguintes, os filmes foram produzidos com o sistema de três cores da *Technicolor*, mas o investimento era muito elevado. Na década de 50, operaram-se grandes mudanças na indústria cinematográfica e a cor tornou-se mais acessível e também mais realista.



Figura 19 - Kodachrome, 1935 (fonte: [www.timetoast.com](http://www.timetoast.com))

### 2.1.5. Do analógico ao digital

Desde o início do cinema, os filmes eram distribuídos e exibidos em película de celulose, mas a projeção analógica tem sido substituída pela tecnologia digital, que é mais barata e mais prática.

A película cinematográfica é, na verdade, um filme fotográfico fabricado em rolos maiores, para permitir fazer filmagens mais longas. Os diferentes tipos de película que existem definem-se, em geral, pela sua largura. Os formatos mais usados na arte cinematográfica são de 35mm, 16mm e Super-8.

A tecnologia analógica apresenta, no entanto, algumas desvantagens relativamente ao digital: preço elevado, dificuldades no manuseio e transporte dos filmes, perda de informação a cada nova projeção e perda de qualidade. Os negativos têm de ser bem condicionados em latas de refrigeração ou em emulsões especiais e o filme está sujeito a deterioração. Em contrapartida, a tecnologia digital, que utiliza *bits* e *bytes* para gravar, transmitir e reproduzir imagens, tem a vantagem de armazenar e transmitir uma grande quantidade de informação exatamente da forma como foi gravada.

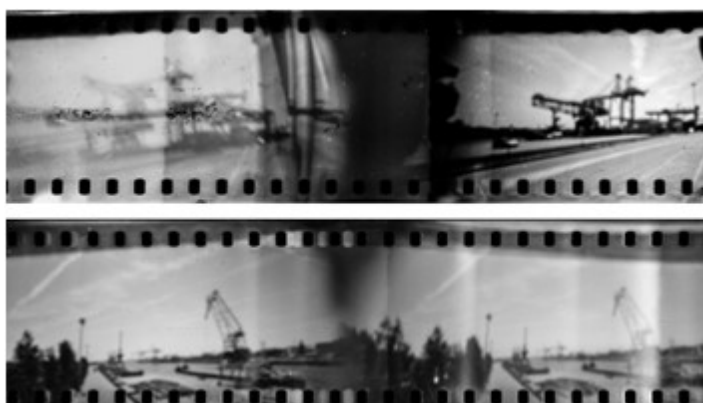


Figura 20 - Película cinematográfica (fonte: [victorgalvao.com](http://victorgalvao.com))

### 2.1.6. O vídeo

O termo *vídeo* é muito abrangente, podendo referir-se quer ao sistema de gravação e de reprodução de imagem, quer aos *videoclips* de promoção de músicas, por exemplo. No contexto deste trabalho, referimo-nos ao vídeo como arte de contar histórias em movimento, uma das razões por que a história do vídeo se cruza com a do cinema.

No começo, o vídeo integrou o mundo das artes plásticas, onde se desenvolveu como vídeo arte, um meio de expressão artística que recorre à tecnologia de vídeo e cujo elemento essencial é a projeção da imagem em movimento.

Esta forma de arte propõe uma nova inter-relação entre a imagem e o observador/espectador, visto que procura, através das suas projeções, provocar estados anímicos e sensações no público. Com efeito, a experiência estética, que passa da observação para a reflexão, promove o conhecimento entre o que é sentido e pensado, contribuindo assim para a compreensão do mundo.

Com estas obras de arte em vídeo pretende-se, por um lado, interrogar criticamente não só a linguagem visual do vídeo, mas também a linguagem comum da televisão, da fotografia e do cinema que nos rodeia no nosso dia a dia; por outro lado, reflete-se sobre as suas relações com outros media visuais artísticos, como a pintura e as artes espaciais (REES, 2009).

O ano de 1965 pode ser considerado o ano em que a videoarte surge no domínio público (WESTGEEST, 2016). Há teorias diferentes quanto ao pioneiro da videoarte, uns referem Andy Warhol, outros defendem que terá sido Nam June Paik. Warhol teria adquirido uma câmara em julho de 1965 e apresentaria os seus primeiros resultados nesse verão, meses antes de Paik ter obtido o seu primeiro equipamento. Mas há quem refira que Paik tinha já usado uma Sony Portapak em 1962-63, quando morava em Tóquio, e que a levou para Nova Iorque quando se mudou, em 1964, mas só em outubro de 1965 é que fez a primeira apresentação pública do seu trabalho. Há ainda outros autores que afirmam que o vídeo nasceu na Alemanha, em março de 1963, com uma exposição de assembleias de TV de artistas da Fluxus, com Wolf Vostell e Paik.



Figura 21 - Sony Portapak, década de 60 (fonte: pinterest.de)

### 2.1.7. Vídeo e Cinema

O diálogo constante entre o vídeo e o cinema (bem como com a televisão), que têm a imagem e o som como elementos fundamentais, dificulta a abordagem individual de cada um, uma vez que se verifica um intercâmbio constante entre eles que os modifica. Na verdade, a linguagem do vídeo tem influenciado fortemente a linguagem e a narrativa cinematográfica.

A gravação de vídeo é muito diferente da do filme fotográfico, pois as imagens capturadas pela câmara de vídeo dividem-se em linhas horizontais e são traduzidas em sinais elétricos antes do seu armazenamento na fita magnética. Este processo nasceu na década de 50, com o formato de duas polegadas usado em televisão. Até aos anos 70, o vídeo era usado sobretudo nos estúdios de televisão. Posteriormente, como foram surgindo formatos mais leves e mais baratos, estes equipamentos tornaram-se acessíveis inclusive para o público em geral. Com os progressos tecnológicos, surgiram, nos anos 90, os primeiros formatos de gravação de vídeo digital, cuja evolução nos últimos anos tem sido significativa.

Quando o vídeo surgiu, já tinha incorporado formas de expressão próprias do cinema, quer do cinema experimental e das vanguardas estéticas do início do século XX, quer de outras formas que surgiram entre o final da década de 50 e o início da década seguinte. Por outro lado, à medida que o vídeo foi evoluindo, tanto estética como tecnicamente, foi sendo incorporado por outros meios de expressão. Foi sobretudo a partir dos anos 80 que o vídeo e o cinema estreitaram a sua relação. A adoção de características da linguagem vídeo na linguagem cinematográfica viria a influenciar a lógica do discurso clássico do cinema e, conseqüentemente, iria transformá-lo. O estreitamento da relação entre estas duas formas de arte deve-se, em grande parte, ao “processo de esgotamento” (FARO, 2010) que começava a verificar-se no cinema, aquando do aparecimento do vídeo, que gerava o descontentamento de alguns cineastas. Estes optaram então pela introdução de novas formas de expressão do audiovisual, como a televisão e o vídeo, para dar um novo impulso à arte cinematográfica. Entre eles, podem destacar-se nomes como Jean-Luc Godard ou Michelangelo Antonioni, que perceberam as potencialidades da integração do vídeo no cinema, mesmo estando ligados à tradição cinematográfica. Michelangelo Antonioni, em *O mistério de Oberwald* (1981), explorou as potencialidades estéticas do vídeo, visto que recorreu ao suporte vídeo para a realização deste filme.

Na década de oitenta, quando o cinema começou a usar o vídeo, fizeram-se as primeiras experiências de incorporações feitas a partir da videoarte no cinema, procurando-se novas possibilidades de transformação no discurso estético cinematográfico, explorando novas características expressivas. Para alguns cineastas, o vídeo surgia como oportunidade de fazer cinema de maneira diferente da estabelecida, de romper com a narrativa clássica que a indústria cinematográfica tinha instituído

Em suma, tal como a vídeo arte foi buscar referências ao cinema, também este incorporou características da vídeo arte, incluindo o suporte e a tecnologia. Já não se filma recorrendo ao formato de janela de 35 mm, mas um formato próprio para enquadramento televisivo, porque o filme será vendido em DVD ou passará na televisão, depois de ser exibido no cinema. Deste modo, após a filmagem, a película é passada para formato digital e montada em vídeo e, depois, quando o filme já está terminado, é passado outra vez para a película para ser projetado. Mas já há muitas salas de cinema que possuem a projeção em vídeo digital. O vídeo é, atualmente, o principal meio pelo qual a imagem audiovisual é manipulada, transmitida e recebida.



## 2.2. Obras e técnicas

À semelhança de todas as áreas, há uma história e nomes inigualáveis. Nesta particular questão, é importante reconhecer grandes nomes de cinema e as suas inovações. Destacam-se a seguir.

### 2.2.1 Alfred Hitchcock



Figura 22 - Alfred Hitchcock nas gravações de Psycho. (fonte: www.theguardian.com)

O cineasta Alfred Hitchcock, considerado o “Mestre do Suspense”, nasceu em Inglaterra em 1899.

Entrou na Indústria Cinematográfica aos 21 anos.

O seu primeiro filme, mudo, foi o melodrama “The Pleasure Drama” em 1925. Já em 1929, realizou “Blackmail”, o primeiro filme britânico falado.

Este artista, que explorava o incosciente nas suas obras, mudou-se para os Estados Unidos em 1939 e estreou-se com o filme “Rebecca” (o seu único filme a receber um óscar, o de Óscar de Melhor Filme). Nos 30 anos que se sucederam, Hitchcock dirigiu praticamente um filme por ano. Os seus filmes foram várias vezes nomeados para Óscares. Diz-se o diretor na história do cinema com mais impacto. A sua imagem de marca era a sua aparição nos seus filmes, que funcionava, também, como publicidade.

Segundo o American Film Institute, os seus filmes “Vertigo” (1959), “Psycho” (1960), “Rear Window” (1954) e “North by Northwest” (1959) estão entre os 100 melhores filmes americanos de todos os tempos.

#### **Vertigo, 1959**

Eleito o melhor filme de sempre pela revista Sight and Sound em 2012, conta a história de John Scottie Ferguson, um ex-polícia que se aposentou por sofrer de acrofobia, contratado por um velho amigo, Gavin Elster, para seguir a sua mulher. Na perseguição, Scottie vê Madeleine a visitar um túmulo, um museu e a comprar um buquê de flores semelhante ao pintado num quadro que contempla no museu. Segundo um funcionário, aquele quadro trata-se do retrato de Carlotta Valdés, a falecida mulher da sepultura, esta senhora era a bisavó de Madeleine, que se suicidou. Esta perseguição torna-se romântica quando Madeleine e Scottie começam a estar juntos. Após a protagonista contar ao detetive os seus pesadelos, este pensa que a sua bisavó pode estar a assombrá-la. Apesar da paixão por Scottie, Madeleine continua a ter comportamentos estranhos e

quando o detetive acha que pode ser o herói que contribuirá para a sua salvação, esta suicida-se a partir de uma torre, o que, devido às vertigens, faz com que John não seja capaz de a impedir.

Este amor torna-se em obsessão e o detetive continua a ir aos sítios onde costumava seguir Madeleine, por vezes até tem alucinações com ela nesses sítios. Até que John conhece Judy, uma mulher muito parecida a Madeleine. Ambos se apaixonam e o detetive pede-lhe que mude a sua aparência de forma a parecer-se com Madeleine. Acreditamos estar a presenciar um romance até que surge o plot twist, onde John vê Judy com o colar que Madeleine usava – afinal, Judy foi contratada para fingir ser Madeleine e, Gavin que deixou o corpo da sua esposa junto à torre onde Judy encenou o seu suicídio.

Este filme, que nos conta uma história dentro de outra história, utiliza técnicas de enquadramento que reforçam a perseguição e nos dão a ideia de quadro dentro de quadro, em que Madeleine é quem mais se vê dentro destes.



Figura 23 - Frames do filme Vertigo. (fonte: [www.apaladewalsh.com](http://www.apaladewalsh.com))

É originado o Dolly Zoom, uma técnica visual em que a personagem ou o objeto em primeiro plano parecem estáticos e do mesmo tamanho enquanto o fundo se aproxima ou afasta.

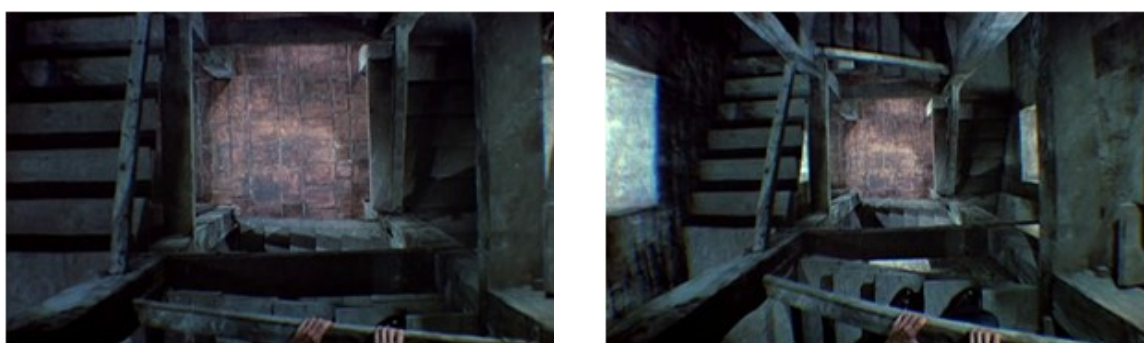


Figura 24 - Frames de Cena com Dolly Zoom, do filme Vertigo. (fonte: [www.youtube.com](http://www.youtube.com))

Aqui, observamos as mãos em primeiro plano do mesmo tamanho, mas o fundo muda drasticamente. Isto simula a visão de quem tem vertigens.

### **Psycho, 1960**

O filme mais conhecido do realizador é uma obra que passado 60 anos continua a ser tanto intrigante como fascinante. Foi inspirado num livro de Robert Bloch, considerado inadaptável devido às cenas de violência e sexualidade. Hitchcock comprou todas as cópias deste livro e os seus direitos para que ninguém soubesse o final do filme, não permitia que espetadores entrassem no cinema após o início e nem os críticos viram Psycho antes da sua estreia. Este filme foi originado em vários aspetos. Até à data não se tinha visto no cinema um casal de amantes na

mesma cama nem o corpo duma mulher. Também nunca antes (e poucas vezes depois) a personagem principal morrerá antes de chegar a meio do filme. A cena do assassinato na banheira, que durou sensivelmente 3 minutos, demorou uma semana a ser filmada, tem 78 planos e 52 cortes. O realizador afirmava que Psycho tinha sido feito para essa cena. O filme conta a história de Marion, uma secretária que roubou o patrão para pagar dívidas do namorado e quando ia a fugir deu-se uma tempestade que a obrigou a passar a noite num motel. Conhece o rececionista, Norman, que a convida para jantar em sua casa, mas o rececionista tem uma relação obsessiva com a sua mãe, que não gosta que a a secretária e o seu filho jantem juntos. Já no seu quarto do motel, Marion decide tomar banho e nessa cena é morta esfaqueada pela mãe do rececionista. Lila, irmã de Marion, dá pelo seu desaparecimento e investiga com o seu cunhado e Arbogast, um detetive. Quando o detetive pretende falar com mãe de Norman é assassinado, também. Após o desaparecimento de Arbogast, Lila e o seu cunhado dirigem-se à polícia e descobrem que a mãe de Norman já morreu há mais de dez anos. No desfecho do filme, descobrimos que Norman sofre de dupla personalidade e que quando se interessa por uma mulher, a personalidade que tem como sendo a sua mãe fica com ciúmes e mata-a.



**Figura 25** - Frames da cena de morte da personagem principal do filme Psycho. (fonte: [www.the.hitchcock.zone](http://www.the.hitchcock.zone))

Estamos, portanto, perante um génio do cinema. Podemos observar nas obras de Alfred Hitchcock a exploração de áreas mais emocionais e menos intelectuais. O artista, além de pretender captar o interesse dos espetadores através de imagem, investia nos sons, de forma a criar tensão e expectativa e deixava os diálogos para segundo plano. A história deveria ser contada através de cenas visuais atrativas e reforçada com sons. Os seus filmes incluíam sempre um evento marcante e aterrorizador na primeira parte, de forma a fazer o público ficar até ao desfecho. As imagens causavam choque ao espetador de forma a não serem esquecidas. Procurava transmitir pensamentos e sentimentos de personagens através de ângulos e enquadramentos. Utilizou técnicas como

MacGuffin, que é a introdução de um objeto ou pretensão que serve para a história se desenrolar, mas que no desfecho não tem importância alguma.

### 2.2.2 Stanley Kubrick



Figura 26 - Stanley Kubrick (fonte: <https://www.melhoresfilmes.com.br>)

Stanley Kubrick é um conhecido realizador, argumentista, produtor e fotógrafo. Nasceu em Nova Iorque, a 26 de julho de 1928, e é um dos cineastas mais influentes do mundo do cinema. É visto como um realizador perfeccionista e exigente, e fazia extensas e rigorosas pesquisas, em busca de melhorar e evoluir as suas produções, conseguindo obter grandes resultados, quer a nível técnico, como na criatividade. O humor negro e o realismo caracterizavam os trabalhos de Kubrick, bem como a atenção que dedicava à construção dos cenários ou à escolha musical.

As suas primeiras curtas-metragens foram feitas com o seu humilde salário, tendo feito o seu primeiro grande filme de Hollywood, cujo nome é “The Killing”, no ano de 1956. O filme “Spartacus”, de 1960, foi um clássico norte-americano e “Dr. Strangelove or: How I Learned to Stop Worrying and Love the Bomb”, cujo lançamento foi em 1974, trata-se de uma comédia de guerra baseada num romance em 1964. O realismo científico e os efeitos especiais O filme “2001: A Space Odyssey”, de 1968, ganhou um óscar pelos efeitos especiais e realismo científico que continha, tendo sido considerado o “Big Bang” do cinema, da sua geração. O filme “A Clockwork Orange”, feito em 1971, é também inspirado num romance do ano 1962.

O último projeto de cinema em que esteve envolvido foi o filme “A. I Artificial Intelligence”, mas que, por motivos de saúde, não conseguiu dirigi-lo. Steven Spielberg Kubrick morreu vítima de um ataque cardíaco, em Março de 1999.

#### **2001: A Space Odyssey, 1968**

Trata-se de um filme de ficção científica, que retrata a imensidão do Espaço e as experiências vividas pelos astronautas, bem como o reflexo dos avanços da tecnologia, mostrando possíveis efeitos e consequências causadas à humanidade. Como forma de representar a possibilidade da existência de vida inteligente, Kubrick optou por não colocar atores fantasiados, usando objetos como forma de substituição, para que o espectador pudesse imaginar os respetivos seres da forma que este os concebe. O filme cativa a atenção dos espectadores através dos seus efeitos visuais e sonoros, chegando mesmo a aproximar-se do surrealismo, com sucessivas sequências de luzes, cores, sons e paisagens alienígenas. O filme tem, no total, 205 planos com efeitos especiais feitos de forma tradicional. O ritmo lento que o filme tem, bem como a sua parte sonora, grande parte das

vezes intensa e dramática, provoca sensações de ansiedade ao espectador. As sequências filmadas e que não foram utilizadas por Kubrick, ou foram cortadas na montagem, foram queimadas sob a supervisão do realizador num aterro industrial em Inglaterra. O mesmo aconteceu à maior parte dos cenários, adereços, miniaturas e esquemas da produção.



Figura 27 - Frames do filme 2001: A Space Odyssey (fonte: <https://movie-screencaps.com>)

### **A Clockwork Orange, 1971**

A “*Clockwork Orange*”, é uma crítica social ao negro pensamento e comportamento humano. O filme aborda diversas temáticas, como a delinquência nos jovens, o abuso de poder ou o sexo como agressão. Retrata adolescentes frustrados e sem objetivos, nomeadamente Alex e os seus amigos, que só conseguem obter prazer e divertirem-se após consumirem drogas ou praticarem atos de violência ou loucura. O filme tenta demonstrar que este tipo de comportamento nos jovens são o resultado da sociedade em que estão inseridos, onde as relações humanas são quase inexistentes e bastante desvalorizadas. No filme não se verifica apenas um distanciamento familiar perante estes adolescentes, mas também uma fragilidade e infidelidade nas relações de amizade, provocando uma solidão e uma desconfiança nestes jovens, tornando-os mais frios, fechados e desconfiados. Fala também da objetivação das mulheres, e a forma como tantas vezes são usadas pelo homem para o satisfazer, através de relações sexuais abusivas e forçadas, para que este sinta poder sobre elas. Ainda relacionado com o autoritarismo e abuso de poder, o filme apela à legitimidade das medidas de punição e contenção do crime promovidas pelo governo, afirmando que a justiça se torna criminosa, ao não medir as consequências éticas e morais dos prisioneiros, fazendo-lhes perder a sua dignidade, humanidade, controlando as suas mentes e privando-os dos seus direitos, optando pela violência e pondo a reeducação e a reinserção na sociedade de lado.

O título “Laranja mecânica” é uma metáfora, que significa que, embora o seu exterior pareça natural, o seu interior é robótico, respetivamente.



Figura 28 - Frames do filme: “Clockwork Orange” (fonte: [culturagenial.com](http://culturagenial.com))

### 2.2.3 Charlie Chaplin



Figura 29 - Charlie Chaplin (fonte: blogs.jornaldaparaiba.com.br)

Charlie Chaplin nasceu em Inglaterra, a 16 de abril 1889. Foi ator, diretor, compositor, dançarino, produtor e editor britânico. Foi no estúdio Keystone, nos EUA, que Chaplin progrediu na sua carreira, ao fazer “O Vagabundo”, o personagem que mais marcou o seu percurso no cinema. Foi o artista cinematográfico mais bem-conceituado do cinema mudo, tendo sido destacado pelas suas mímicas e comédias. Produziu o filme “City Lights”, em 1931 e “Modern Time”, em 1936. Estes filmes eram sobretudo mudos e continham música sincronizada e efeitos sonoros. Em 1940, Chaplin abriu horizontes e ultrapassou barreiras, ao produzir o filme “The great dictator”, tendo ridicularizado os governos de Hitler e Mussolini.

Durante a década de 1920, fez alguns filmes marcantes, incluindo “The boy”, em 1921, “Shepherd of Souls” e “Wedding or Luxury”, em 1923, “The Gold Rush”, em 1925 e “The Circus”, em 1928.

Charles Chaplin morreu na sua casa na Suíça, a 25 de dezembro de 1977. O corpo de Chaplin foi roubado pouco tempo após o seu enterro, perto do Lago de Genebra, por dois homens que exigiram uma enorme quantia como resgate. Só passado 11 semanas é que o corpo foi recuperado, sendo que os responsáveis foram imediatamente presos.

#### **City Lights, 1931**

Conta a história de um vagabundo que finge ser um milionário, para impressionar uma florista cega, por quem se apaixonou. Chaplin, ao saber que a florista e a sua avó estão prestes a ser retiradas de casa, devido a problemas financeiros, tenta arranjar forma de arranjar dinheiro para evitar esta situação, mas nenhuma tem sucesso. No entanto, um milionário quer compensar o vagabundo por ter salvo a sua vida enquanto estava embriagado, o que poderá ser uma oportunidade para mudar a sua vida, e a da florista.

Esta comédia contém cenas marcantes e inesquecíveis do cinema, como a cena em que Carlitos (Charlie Chaplin) entrega uma flor a Virginia, a jovem cega, ou quando o vagabundo salva o milionário do suicídio. Na época do lançamento do filme, o cinema com som sincronizado já era uma realidade, no entanto, Charlie Chaplin optou por não colocar falas nem diálogos, usando apenas músicas e alguns efeitos sonoros, pois pretendia valorizar a expressão corporal, a arte que dominava na perfeição e que tanto o caracteriza.





Figura 30 - frames do filme: "City Lights" (fonte: www.justwatch.com)

### **Modern time, 1936**

Neste filme, Chaplin é trabalhador numa fábrica, responsável pelo movimento repetitivo de aparafusar que, mesmo quando faz uma pausa, continua durante algum tempo a fazer o mesmo gesto de apertar parafusos. Esta fábrica exige demasiado dos seus trabalhadores, retratando uma problemática ainda hoje existente, relacionada com os direitos do trabalhador, e vem salientar a importância de um equilíbrio no aumento da produtividade e nas limitações humanas de dedicação ao trabalho. Chaplin demonstra como o esgotamento físico e mental pode prejudicar, neste caso, um trabalhador, afetando-o não só pessoalmente, mas também à empresa. A mensagem que pretende transmitir é desumanização da sociedade, realçando que as pessoas não são apenas parte do rebanho que serve para dar lucro para as empresas, mas sim uma peça fundamental para que isso aconteça.

Independentemente de retratar a falta de oportunidades para todos, as desigualdades sociais, as drogas, a criminalidade e as injustiças, este filme não é considerado um filme pesado. Juntamente com o humor, Chaplin consegue por as pessoas a refletir acerca das suas próprias realidades, sem ser de uma forma pesada e dramática.

"Modern Times" foi o último filme de Hollywood que usou os princípios do cinema mudo, como os cartões com texto para representar as falas das personagens.

Pela primeira vez, Chaplin permite que Tramp, o trabalhador da fábrica interpretado por si mesmo, fale diretamente para a câmara, com a condição de falar algo universal. Assim, é cantada uma canção sem letra, cuja mensagem é entendida através dos seus gestos.



Figura 31 - Frames do filme Modern time (fonte: edition.cnn.com)

## 2.2.4 Woody Allen

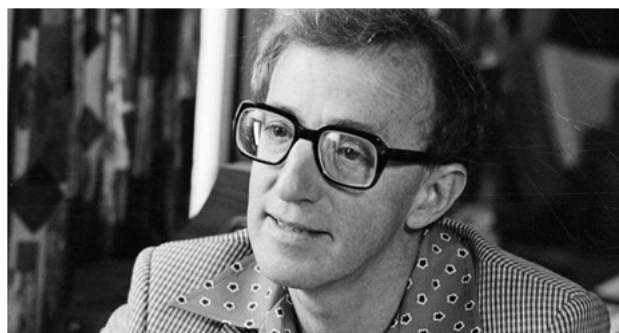


Figura 32 - Woody Allen (fonte: magazine-hd.com)

Heywood Allen nasceu no dia 1 de dezembro de 1935 e é conhecido pelo seu nome artístico, Woody Allen. É um cineasta, roteirista, escritor, ator e músico norte-americano, e trabalhou como escritor de comédia na década de 1950, dedicava-se a escrever piadas e publicava vários livros de peças humorísticas. Na década de 1960, Allen começou a atuar como comediante de stand-up, bem como escreveu e dirigiu filmes, sendo muitas vezes o protagonista dos mesmos.

Em meados da década de 1960, Allen escrevia e dirigia filmes, o primeiro direcionado em comédias antes de passar para o material dramático influenciado pelo cinema de arte europeu durante os anos 1970. Muitas vezes protagonista dos seus filmes. Alguns dos seus êxitos mais conhecidos são “Annie Hall”, de 1977, “Manhattan” de 1979, “The Purple Rose Of Cairo”, de 1985, “Hannah and Her Sisters”, do ano seguinte, “Bullets Over Broadway”, de 1994, “Match Point” de 2005, Vicky Cristina Barcelona, de 2008, “Midnight em Paris” de 2011 e “Blue Jasmine”, de 2013.

Woody Allen descreve-se da seguinte maneira "As pessoas enganam-se sempre em duas coisas sobre mim: pensam que sou um intelectual e que sou um artista."

### **Annie Hall, 1977**

Logo no início desta longa-metragem, Alvy apresenta-se ao espetador através de um monólogo, onde é manifestada a sua conceção sobre a vida. Esta vê a vida de forma solitária, infeliz, repleta de desgosto e sofrimento. Durante um jogo de ténis, Alvy e Annie conhecem-se. Após o jogo é retratada uma das cenas mais famosas do filme, quando, na casa de Annie, surge um diálogo entre ambos, que parece uma sedução. Apesar de Alvy afirmar que esta relação é diferente das que teve anteriormente, logo após Annie se mudar para a casa do comediante, começam a surgir adversidades, levando-os à separação.

Apesar de mais tarde se reconciliarem, Annie começa a recorrer a sessões de terapia, e facilmente se apercebe do caos que existe na sua cabeça e da instabilidade emocional pela qual está a passar e o quanto isso afeta o seu relacionamento com o comediante. Ao viajar para Los Angeles, Annie acaba novamente a relação e decide mudar-se para lá, tentando uma carreira no ramo musical. Alvy pede Annie em casamento, mas esta está decidida que não quer regressar.

Este filme aborda a comédia romântica com uma certa seriedade, frisando diversos aspectos, como a irracionalidade do amor, o uso da cidade de Nova Iorque enquanto elemento identitário de Los Angeles, a psicanálise, a identidade judaica, o medo e os estereótipos de género que existem e tanto se manifestam nas relações amorosas. O filme termina com uma reflexão que pretende reforçar a clara necessidade que todo o ser-humano tem de amar e ser amado.





**Figura 33** - Frames do filme Annie Hall (fonte: [comunidadeculturaearte.com](http://comunidadeculturaearte.com))



**Figura 34** - Frames do filme Annie Hall (fonte: [magazine-hd.com](http://magazine-hd.com))

No filme, o trabalho de realismo trazido pelos personagens é evidenciado pelo responsável de câmara, Gordon Willis, que, ao evitar planos fixos e estudados, acaba por “seguir” os mesmos. A câmara, insinua-se à volta dos personagens e segue-os como se fizesse parte do filme. Esta forma descontraída de filmar, de forma seguida, adapta-se à técnica de improvisação e diálogos imperfeitos, o que faz com que nos sintamos mais envolvidos e familiarizados com a história.

## 2.2.5 Quentin Tarantino

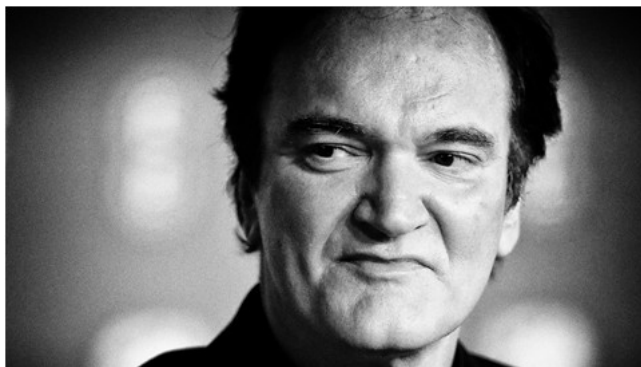


Figura 35 - Quentin Tarantino (fonte: storage.googleapis.com)

Quentin Tarantino nasceu a 27 de março de 1963 e iniciou os seus estudos na região de San Gabriel Valley, em 1968. É roteirista e diretor de cinema norte-americano, tendo sido considerado como um dos maiores inovadores do cinema contemporâneo. Tarantino ficou muito conhecido após ter escrito e dirigido filmes como “Reservoir Dogs”, “True Romance” e “Pulp Fiction”, e tem o hábito de atuar como ator nos seus próprios filmes. Ao ingressar na James Best Theatre Company, apenas com 22 anos, começou a escrever o seu primeiro roteiro, cujo nome era “Captain Peachfuzz and the Anchovy Bandit”.

A sua estética cinematográfica é considerada inovadora e a sua carreira, como cineasta, ficou marcada pelos seus traços de violência e humor.

### **Pulp Fiction, 1994**

Consiste numa história composta por várias histórias, contada ao contrário. Todos os episódios têm uma ação particular, mas acabam por se interligar. “Pulp Fiction” é um thriller policial, onde o modernismo se dissolve com os típicos clássicos dos anos 30 e 40. Tarantino vai retratando verdadeiras e cruéis maneiras de praticar a marginalidade presente no dia-a-dia, completando os cenários ao introduzir assassinos profissionais, “gangsters”, entre outras personagens mais assustadoras e tóxicas, como forma de retratar o ambiente em que estão inseridas. Este filme foi merecedor da Palma de Ouro em Cannes e de várias nomeações para os Óscares, tendo conquistado o de melhor e mais original argumento, tornando Tarantino num dos maiores talentos no ramo do cinema da sua geração. O filme marca ainda o regresso em grande de John Travolta e conta com as excelentes interpretações de Samuel L. Jackson, Bruce Willis, Uma Thurman, Harvey Keitel e Maria de Medeiros.

Quentin Tarantino cruza, nestas 3 histórias, os caminhos de vários homens ligados ao crime.



Figura 36 - Frames do filme “Pulp Fiction” (fonte: <https://movie-screencaps.com>)

## 2.3 Técnicas Cinematográficas Convenientes

### 2.3.1. Match cut

Esta transição liga dois planos através de parencças. Podem ser através de som, movimento ou composição e permite ao espetador fazer a conexão entre planos mesmo que não façam parte da mesma ação.



Figura 37 - Match cut, através de composição. Gargalo dissolve para olho. Frames de filme Psycho de Alfred Hitchcock. (fonte: Tumblr.com)

### 2.3.2. Jump Cut

Jump cut é um corte na edição que apaga parte de dois ou mais planos evitando foco em ações que não interessam e feito através de edição criativa. Serve para acelerar uma ação e mostrar o que realmente importa.



Figura 38 - Jump cut de viagem. Frames seguidos. O movimento e caminho são diferentes. Frames de filme Breathless de Jean-Luc Godard (fonte: youtube.com)

### 2.3.3. Timelapse

Exibição acelerada de momentos longos, usando menos frames por segundo. Utilizada geralmente para passagem de tempo mas com menos tempo de que o real.

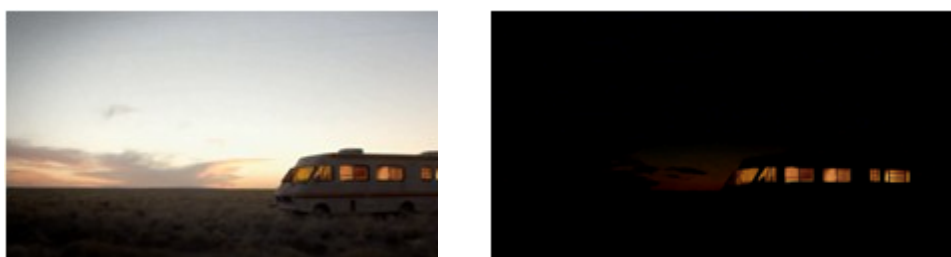


Figura 39 - Passagem de tempo de noite para o dia em 8 segundos. Frames de série Breaking Bad, de Vince Gilligan. (fonte: youtube.com)

### 3. Desenvolvimento do Projeto

Após a contextualização em relação ao tema e à área de estudo, passaremos à planificação de trabalho, apresentação do cliente e estudo do público-alvo.

#### 3.1 Conceito

O nome escolhido para este projeto é Prisma. Um prisma é um sólido com várias faces. E no sentido figurado, uma maneira especial de ver as coisas ou uma perspetiva. Assim, a junção dos dois sentidos foi possibilitou a criação de um conceito que passa por dar a entender que existem várias perspetivas e todas diferentes. Com isto, queremos dizer que uma perturbação mental é somente uma face de uma pessoa e que doentes ou não, todas as pessoas vêm as coisas de uma maneira diferente. Para slogan, a frase “8 bilhões de perspetivas” por ser o número aproximado de cidadãos no mundo, e, conseqüentemente, as suas diferentes perspetivas.

#### 3.2 Gráfico de Gantt

Devido às circunstâncias atuais, não sabemos quando poderíamos seguir à produção da curta-metragem. O Gráfico de Gantt mostra as tarefas, em geral, após a adaptação do projeto.

	março	abril	maio	junho	julho
1ª fase		■			
2ª fase			■		
3ª fase				■	
4ª fase					■

Figura 40 - Gráfico de Gantt.

1ª Fase – Reformulação e Planeamento (30/03/2020 -15/04/2020)

2ª Fase – Relatório (28/04/2020 - 08/07/2020)

3ª Fase – Pré-produção (15/06/2020 – 06/07/2020)

4ª Fase – Entrega e Apresentação (08/07/2020 – 16/07/2020)

### 3.3 Cliente

A ARIA - Associação de Reabilitação e Integração Ajuda, é uma Instituição Particular de Solidariedade Social sem fins lucrativos. Trabalha com pessoas com problemas de saúde mental de forma a ajudar a adquirir os recursos sociais à sua reabilitação psicossocial e integração socioprofissional que tem como valores o respeito, a responsabilidade e a cooperação e que ambiciona por um futuro melhor para pessoas com problemas de saúde mental. Os seus serviços são os Cuidados Continuados Integrados na Saúde Mental Constituídos por Residência de Treino de Autonomia que funciona 24 horas cuja finalidade é o desenvolvimento de um projeto individual de intervenção e Equipa de Apoio Domiciliário que se destina a prestar cuidados a pessoas com doença mental grave. Outras das suas valências são a Formação Profissional, Fóruns Sócio-ocupacionais, o projeto de empregabilidade “ARIA Jardins”, o projeto de intermediação laboral “Incorpora”, e um projeto de prestação de cuidados integrados, clínicos e de reabilitação psicossocial de crianças e jovens com problemas de saúde mental “Incomum”.



Figura 41 - Associação ARIA na Caminhada pela 7ª Saúde Mental em 2019. (fonte: facebook)

#### 3.3.1. Briefing do Cliente

Com a constatação do estigma inerente à doença mental e da vontade de o combater, consideramos de extrema importância manter as pessoas informadas de forma a compreender e lidar com doentes mentais.

Quem: Associação de Reabilitação e Integração Ajuda

O quê? Vídeo para divulgação em exposição virtual

Como?

- Criar empatia para com doentes mentais;
- Informar o espetador;
- Desmistificação;
- Promover a integração;

Objetivo: Integrar doentes na nossa sociedade

Quando? 10 de outubro (dia mundial da Saúde Mental)

Onde? Facebook e O Programa da Cristina

Para quem? Pessoas dos 15 aos 75 anos.

Sugestões: a cliente concorda com todas as decisões para a concretização do projeto

### 3.4. Público-Alvo

O público-alvo desta campanha de sensibilização são pessoas com idades compreendidas dos 15 aos 75 anos. A idade mínima pela consideração de que jovens devem estar a par desta problemática desde que existam possibilidades para a compreender, de forma a saberem lidar com doentes e contribuírem para uma sociedade melhor. A idade máxima deve-se ao facto de pessoas mais velhas, por não terem tido tanta informação, não entendem e repugnam este tipo de doentes. Pretendemos abrir o e desmistificar o pensamento vincado de que pessoas com doenças do foro psicológico têm estas perturbações por terem tido comportamentos errados.

### 3.5. Ficha técnica

**Título:** Prisma  
**Nacionalidade:** Português  
**Género:** Drama, Suspense  
**Ano de produção:** 2020  
**Estreia:** 10 de outubro de 2020  
**Duração:** 12 minutos  
**Classificação:** 15 anos  
**Direção:** Patrícia Rosário  
**Argumento:** Patrícia Rosário  
**Produção:** Patrícia Rosário, White Boy  
**Diretor de Arte:** Patrícia Rosário  
**Direção de Fotografia:** Patrícia Rosário  
**Designer de Produção:** Mariana Batalha  
**Cenógrafa:** Madalena de Sá Dias  
**Produtora de Elenco:** Patrícia Teixeira  
**Maquilhadora:** Ana Sousa  
**Edição:** Patrícia Rosário  
**Banda Sonora:** Marcos Manarte  
**Operador de Som:** João Daniel Dias  
**Masterização:** João Daniel Dias

### 3.6. Material

**Câmara:** Panasonic GH5  
**Lente:** Panasonic 12-35mm f/2.8  
**Microfone:** Panasonic Microfone Estéreo Esterno DMW-MS2E  
**Iluminação:** Conjunto de Iluminação vidaXL

### 3.7. Orçamentação

Combustível: 8,62€  
Kit de Câmara e Lente: 2042€  
Microfone: 319€  
Kit de Iluminação: 70,99€

**Total:** 2440,61€

### 3.8. Elenco



Maria por:  
Patrícia Teixeira



Joana por:  
Carolina Medeiros



Margarida por:  
Ionhinte Fernandes





Filomena por:  
Filipa Godinho



Gonçalo por:  
Diogo Costa



Aluna 1 por:  
Patrícia Niderost



Aluna 2 por:  
Carolina Freitas



Aluna 3 por:  
Flávia Costa



### 3.9. Guião Literário

Maria é uma rapariga de 24 anos, alegre, humilde e sensível. A sua forte personalidade fá-la sentir-se bem consigo e transmite boas energias a quem a rodeia.

Maria perdeu os pais num acidente de viação e vive na casa que lhe deixaram. Sem ser a sua irmã, não tem mais família. Na casa, de quatro quartos, vive com a sua irmã, Joana e a sua melhor amiga, Margarida. É instrutora de yoga, trabalha em parceria com a Câmara Municipal de Odivelas e dá aulas ao ar livre. Fora o seu trabalho, que estima muito, tem um gosto especial pela pintura. A natureza e a sua arte são o seu refúgio.

Joana é a irmã mais velha de Maria, protetora e dedicada, quando os pais morreram, amparou a irmã. Trabalha para a Câmara Municipal de Odivelas, a dar workshops de introdução à pintura. Faz voluntariado e participa em tudo o que são eventos de solidariedade. Valoriza a partilha e incentiva Maria e Margarida a tornarem-se vegetarianas, fazendo-lhes deliciosas receitas. Adora acampar e gosta de fazer trabalhos manuais com fragmentos da natureza, como conchas, folhas secas, troncos...

Margarida é como se fosse família. Filha de um casal amigo de infância dos pais das irmãs. Sempre passaram férias e épocas festivas todos juntos, em Ferrel, terra natal dos pais das irmãs, dos pais de Margarida e de Margarida. Aos 18 anos, entrou no curso de Design de Comunicação, na faculdade de Belas Artes e os “tios” fizeram questão de acolhê-la na casa deles. Quando terminou o curso (no ano em que os tios faleceram), as irmãs propuseram que Margarida continuasse a viver com elas, não só por na cidade existir uma maior oportunidade de emprego, mas também pela sua presença e companhia ajudar a atenuar a dor da perda dos pais.

Filomena é a típica vizinha tradicional e demasiado atenta. É a residente mais antiga do prédio. Na casa dos 50 anos, trabalha nas finanças, é divorciada e não tem filhos. Passa grande parte do seu tempo livre sozinha. O seu gato e as palavras cruzadas são a sua maior companhia. Não perde uma reunião de condomínio, onde manifesta, sempre, o seu desagrado com a vizinhança.

Gonçalo é um vizinho jovem e descontraído, pratica surf e conduz um jipe, tem 30 anos e é veterinário. Faz voluntariado, o que suscita o interesse de Joana por ele. Vive com os seus dois cães. É simpático e está sempre disponível. Mudou-se para o prédio 2 anos antes dos pais de Maria e Joana morrerem.

#### Cena I

Passa-se numa aula de yoga. Vê-se Maria e as suas alunas.

Maria:

- Muito bem, minhas meninas. Como sempre, foi um gosto estar convosco. Não se esqueçam de cuidar de vocês e até à próxima aula.

#### Cena II

É mostrada a casa de Maria, apresentada a sua irmã e a sua amiga. É final do dia, antes da hora de jantar. O ambiente em casa é muito tranquilo, com muita cumplicidade entre as três amigas. Joana, a sua irmã, está a cozinhar. Maria está na varanda a pintar, e ouve-se a porta a bater. Chegou a Margarida, a sua melhor amiga. Vemo-la quando chega à varanda.

Joana:

- Olá, minha artista preferida! Como correu o dia?

Maria:

- Bem e o teu? Já recebes mais, ou quê?

Risos.

Margarida:

- Correu bem, mas já sabes, não valorizam o meu trabalho. É tão bom chegar a casa, ao pé de vocês.

Joana chega à varanda.

Joana:

- É? Olha que o jantar é vegetariano!

Maria e Margarida riem-se. Joana também.

Maria:

-Nós já somos vegetarianas sem querer.

Margarida:

- É a desvantagem de só termos jeito para lavar a loiça.

Joana:

- Não há nenhuma desvantagem em não matar animais.

Margarida e Maria (ao mesmo tempo):

- Tens razão!

Anoitece.

### Cena III

O dia seguinte, de manhã. Maria está na sala a fazer exercício. Joana e Margarida saem à pressa para ir para o trabalho. É o dia de folga de Maria e, por isso, vai à praia. Ao chegar à praia, Maria abre os braços a agradecer por poder estar ali. Vemos que a praia é um sítio que deixa a Maria ainda mais feliz do que normalmente. O seu telemóvel toca. É Margarida a perguntar se Maria ainda está na praia.

Maria (ao telemóvel):

- Sim, vem vem! Está tão boa!

Margarida (com o telemóvel na mão):

- Então olha para trás!

Maria dirige-se a Margarida, feliz por ela já ter chegado, e abraça-a. As duas passeiam a beira-mar e meditam.

#### Cena IV

É hora de ir para casa. Já ao chegar a rua onde vivem, vão a conversar enquanto se dirigem para o prédio. Encontram a vizinha na rua, param a conversa.

Maria e Margarida (ao mesmo tempo):

- Olá vizinha.

Vizinha (com um ar desconfiado):

- Olá.

Maria e Margarida olham uma para a outra sem perceberem o porquê da cara da vizinha. Chegam a casa e encontram Joana, na sala, com um ar triste.

Joana:

- Olá. Podemos mandar vir comida hoje?

Maria (com um ar muito preocupado):

- Claro que sim, mana. Mas o que se passa contigo? Não estás bem.

Joana:

- Tenho saudades dos pais. Queria-os aqui.

Maria (triste):

- Eu sei mana. Eu também.

As três amigas abraçam-se. Anoitece.

#### Cena V

Dia seguinte, de manhã, Maria e Joana tomam o pequeno almoço juntas. Vão a sair de casa, e Joana lembra-se que quase esquecia o seu casaco. Maria está à sua espera à porta de casa e passa um vizinho por quem Joana tem uma paixão secreta. Maria diz bom dia ao vizinho e este continua para o seu andar. Chega Joana perto da porta.

Maria:

- Passou aqui o meu futuro cunhado.

Vizinho (já no andar de cima, espreita para baixo):

- Diz?

Maria (ri-se):

- Era para a Joana.

Vê-se uma cara de espanto e interrogação no vizinho. Já a descer as escadas, Maria e Joana vão-se a rir da situação. Encontram a vizinha, que Maria e Margarida encontraram na rua no dia anterior, a subir as escadas. Param de se rir para cumprimentar a vizinha.

Vizinha (com um ar confuso):

-Olá?

Maria:

- Bom dia.

Joana e Maria acham que talvez estivessem a fazer muito barulho. Saem do prédio, despedem-se e vão para os seus trabalhos.

Cena VI

Maria está a dar uma aula. Está mais distraída. Despede-se das suas alunas, no fim da aula.

Maria:

- Xau, minhas meninas, cuidem de vocês. Até à próxima.

As alunas e Maria vão-se embora. Maria senta-se no seu colchão e fica a olhar para o horizonte. O sol está a descer.

Cena VII

Maria chega a casa. A sua irmã e amiga já estão em casa. Sente-se um ambiente diferente do habitual. As três estão na varanda, caladas. Depois de alguns momentos em que é possível observar uma tensão, as três decidem conversar.

Joana:

- O tempo parece que está a ficar estranho.

Margarida:

- Parece-me igual. Mas há algo de estranho.

Maria:

- Estamos é cansadas. Precisamos de um copo.

Maria abre a garrafeira, tira três copos, abre uma garrafa de vinho e serve-o. As três brindam a olhar para a janela e escurece.

Cena VIII

Passa-se no quarto de Maria. Está a olhar-se ao espelho e a desenhar sobre o seu reflexo. Observamos uma expressão triste na sua cara. Pega num baton e desenha um sorriso no seu reflexo. Decide deitar-se. Num ambiente escuro, Maria dá algumas voltas na cama até adormecer.

### Cena IX

É de manhã. Maria está na cama a olhar para o teto. O seu olhar é vazio. Respira fundo. Espreguiça-se, sorri e levanta-se. Maria sai à rua e vê-se o esboçar de um sorriso.

Maria:

- Bom dia, mundo!

Dirige-se para o seu carro.

### Cena X

Maria chega, feliz, ao seu trabalho. Começa a exercitar-se e vão chegando as suas alunas. Seguem os seus passos para o aquecimento. De repente, a cara de Maria muda. Sente um desconforto muito grande. Não percebe o porquê.

Maria:

- Meninas, desculpem, não me estou a sentir bem. Acho que a aula vai ter de ficar por aqui.

As suas alunas ficam preocupadas e tentam aproximar-se, mas percebem que Maria precisa de espaço e decidem afastar-se.

### Cena XI

Maria chega a casa. Fica surpreendida quando vê que a sua irmã e amiga estão em casa tão cedo.

Maria:

- Olá. Já estão cá?

Margarida:

- Parece que sim. Vivemos cá.

Maria está sensível e a resposta não lhe cai bem. Dirige-se para o seu quarto. No momento em que está a ir para o seu quarto, a sua irmã aparece e percebe que algo não está bem.

Joana:

- O que se passa, Maria?

Maria não para e continua para o seu quarto. Senta-se no chão. Apoia os cotovelos nos joelhos dobrados e segura a cabeça com as mãos.

Joana:

- Mana, o que se passa?

Maria (em tom agressivo):

- Não se passa nada, deixa-me em paz.

Chega Margarida ao pé de Joana, ambas à porta do quarto de Maria.

Margarida:

- Maria, fala, o que é que se passa?

Maria grita:

- Passa-se que vocês não me deixam em paz.

Joana (exaltada):

- Não te deixamos em paz nem te deixamos sozinha. Não sejas mal-agradecida.

Maria:

- Mal-agradecida? Mal-agradecida és tu.

Margarida:

- Meninas, chega!

Joana está enervada e sente que tem de pôr um ponto final naquela situação, mas para não atacar mais ninguém dirige-se à estante de livros e manda livros ao chão. Margarida sente que precisa de fazer o mesmo para terminar aquela discussão.

Maria dirige-se à porta de entrada. Quer fugir, mas não consegue. Encosta-se à parede e desliza até cair no chão, a gritar.

## Cena XII

Ouve-se a campainha. Maria tenta recompor-se e abre a porta. É Filomena.

Filomena:

- Maria! Que barulheira! O que é que se passa?

Maria:

- Desculpa, eu, a minha irmã e a Margarida tivemos uma discussão.

Filomena:

- Irmã? És maluquinha!

A vizinha vira as costas e vai-se embora. Joana e Margarida não existem, só na cabeça de Maria, nelas projetou traços da sua personalidade e factos da sua vida, a tristeza da perda dos pais, a falta de reconhecimento no trabalho, a alimentação, o estado de espírito...

Gonçalo está a subir as escadas e dá conta do que se passou. Corre para o andar de Maria e entra na casa dela (tinha deixado a porta aberta). Maria está a chorar. Não há sinal de Joana e Margarida. O vizinho senta-se no chão ao pé de Maria.

Vizinho:

- Maria...

Maria:

- Elas estavam aqui, fizeram barulho e desapareceram.

Vizinho:

- Maria... Eu nunca as vi... Penso que não existem...

Maria:

- Então... eu sou maluca?

Vizinho:

- Não, Maria...

Maria:

- Elas são reais!

Vizinho:

- Maria... elas são reais para ti, mas estão a fazer-te mal.

Maria chora mais e baixa a cabeça. Vizinho abraça-a.

Vizinho:

- Não estás sozinha. Eu estou contigo. Vou ajudar-te!

FIM





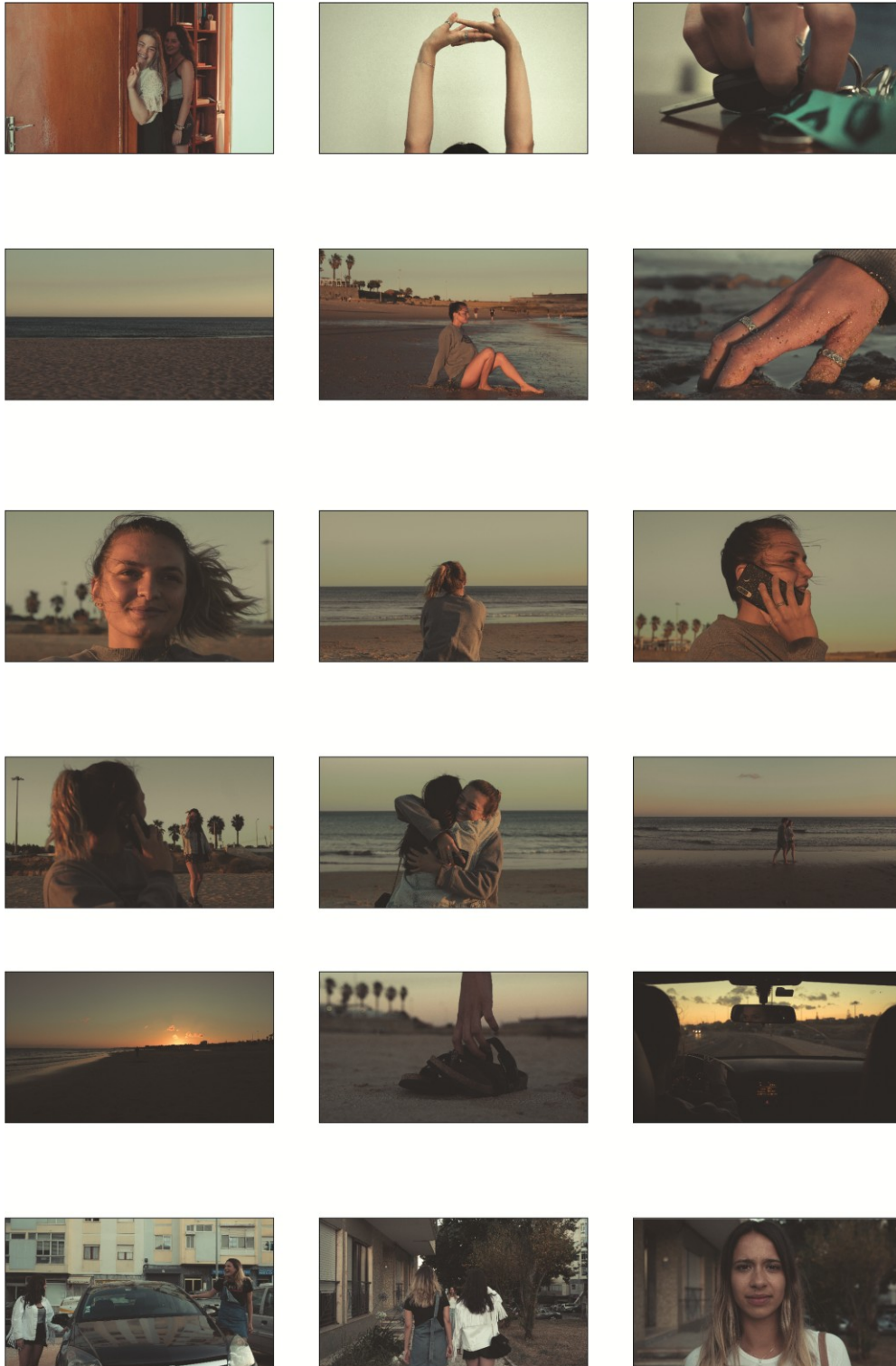


Figura 43- 2/7 do Storyboard.



Figura 44- 3/7 do Storyboard.



Figura 44- 4/7 do Storyboard.





Figura 45- 5/7 do Storyboard.



Figura 46- 6/7 do Storyboard.

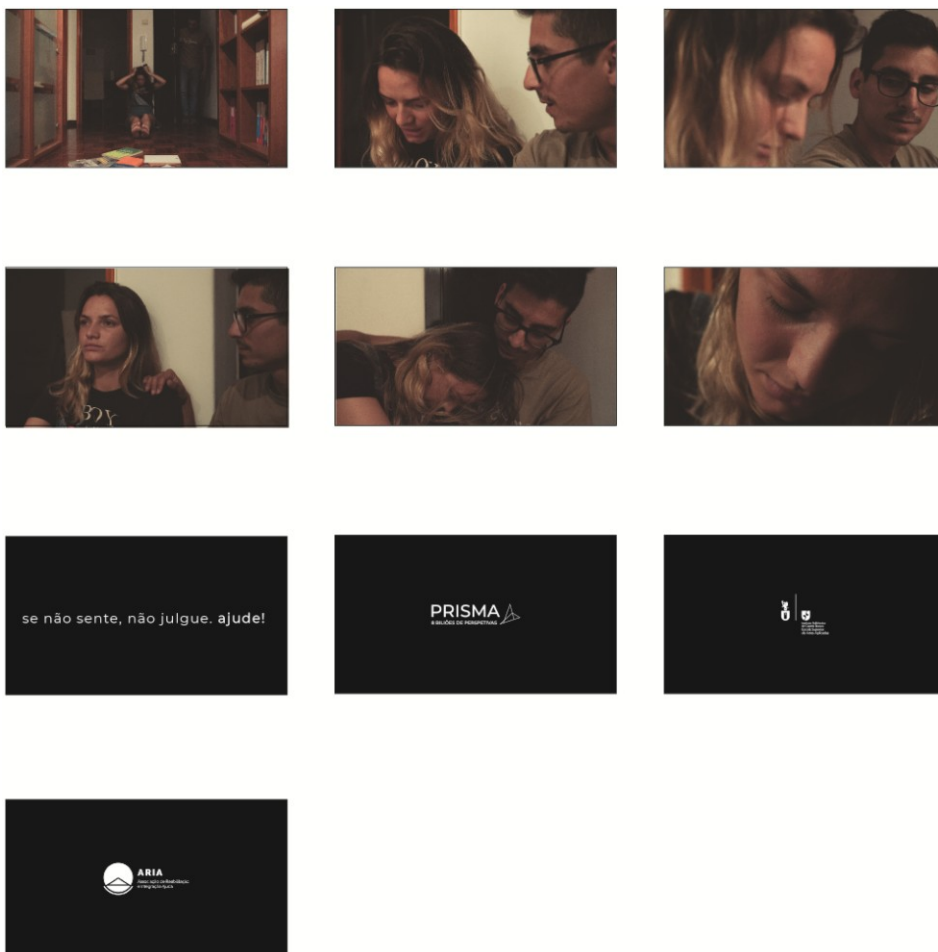


Figura 47- 7/7 do Storyboard.

### 3.11. Guião Técnico

Plano	Ângulo	Escala	Movimento	Iluminação	Local	Descrição
<b>CENA I</b>						
1	Frontal	Geral	Panorâmico Horizontal	Natural	Serra da Amoreira	Paisagem em Odivelas
2	Traseiro	Geral	Panorâmico Horizontal	Natural	Parque Roberto Nobre	Aula de yoga. Apresentação da profissão da personagem principal.
3	Frontal	Americano	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Apresentação de personagem principal.
4	Perfil	Geral	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Fim de aula. Professora e alunas a arrumar colchões.
5	Contra picado	Geral	Panorâmico Horizontal	Natural	Parque Roberto Nobre	Céu de fim de tarde.
<b>CENA II</b>						
6	Frontal	Médio	Panorâmico Vertical	Natural	Hall de entrada	Entrada em casa.
7	Frontal	Médio	Panorâmico Vertical	Natural	Sala	Plano Contínuo. Passagem para sala. Continuação do plano anterior.
8	3/4	Americano	Fixo	Natural	Marquise	Personagem principal, Maria, a praticar o seu hobbie, na marquise.
9	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Marquise	Chegada da melhor amiga, Margarida ao pé de Maria.
10	Frontal	Close-up	Fixo	Natural	Marquise	Maria a cumprimentar a amiga.
11	Perfil	Médio	Fixo	Natural	Marquise	Amigas a irem-se.
12	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Marquise	Aparece Joana, irmã de Maria.
13	3/4	Médio	Fixo	Natural	Marquise	Margarida (encostada à janela), responde ao comentário de Joana.
14	3/4	Médio	Fixo	Natural	Marquise	Maria, já virada para a janela, completa o que Margarida disse.
15	Frontal	Close-up	Fixo	Natural	Marquise	Joana, revira os olhos, e responde a ambas.
16	Perfil	Médio	Fixo	Natural	Marquise	As três viram-se e vão para dentro da sala, em direção à cozinha.
17	Frontal	Médio	Panorâmico Horizontal	Natural	Marquise	Continuação de plano anterior, viragem para o exterior da casa. Ambiente escuro, é de noite.
<b>CENA III</b>						
18	Frontal	Geral	Fixo	Natural	Marquise	Transição de noite para dia. Timelapse.
19	3/4	Geral	Fixo	Natural	Sala	Dia seguinte. Maria a praticar yoga na sala. Visto de fora da sala.
20	3/4	Geral	Fixo	Natural	Hall de entrada	Joana e Margarida vão para os seus trabalhos. Vistas de dentro da sala.
21	Frontal	Close-up	Fixo	Natural	Sala	Maria a alongar braços para acabar exercício.
22	Perfil	Pormenor	Fixo	Natural	Sala	Chaves do carro. Maria passa e pega nelas. Vai aproveitar o dia de folga.
23	Frontal	Geral	Panorâmico Horizontal	Natural	Praia de Carcavelos	Panorâmico da praia de Carcavelos.
24	Perfil	Médio	Fixo	Natural	Praia de Carcavelos	Maria sentada na areia, à beira-mar.
25	Perfil	Pormenor	Fixo	Natural	Praia de Carcavelos	Mãos de Maria a mexer na areia.
26	Frontal	Pormenor	Fixo	Natural	Praia de Carcavelos	Cara da Maria, ar de satisfação. Levantase e sai de plano em direção ao areal seco.
27	Traseiro	Médio	Fixo	Natural	Praia de Carcavelos	Maria a observar o mar. Telemóvel toca.

28	Perfil	Close-up	Fixo	Natural	Praia de Carcavelos	Maria atende o telemóvel. É Margarida a perguntar se ainda está na praia.
29	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Praia de Carcavelos	Margarida diz a Maria para olhar para trás. Afinal Margarida já estava a chegar.
30	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Praia de Carcavelos	Maria levanta-se e abraçam-se.
31	Perfil	Geral	Panorâmico Horizontal	Natural	Praia de Carcavelos	Maria e Margarida a passear à beira-mar.
33	Frontal	Geral	Fixo	Natural	Praia de Carcavelos	Timelapse, tempo a passar, sol a descer.
34	Perfil	Close-up	Fixo	Natural	Praia de Carcavelos	Sandálias das amigas. Entram no plano, pegam nelas e saem. É hora de ir para casa.
<b>CENA IV</b>						
35	Traseiro	Médio	Travelling	Natural	Carro	Ida para casa. Maria a conduzir.
36	Frontal	Americano	Fixo	Natural	R. D. Nuno Álvares Pereira	Chegaram à rua onde moram. Saem do carro.
37	Traseiro	Médio	Travelling	Natural	R. D. Nuno Álvares Pereira	Amigas conversam em direção ao prédio. Vemos, entre as duas, alguém a surgir. É Filomena, a vizinha.
38	Frontal	Close-up	Fixo	Natural	R. D. Nuno Álvares Pereira	A vizinha, meio espantada, diz olá.
39	Frontal	Close-up	Fixo	Natural	R. D. Nuno Álvares Pereira	Retribuição de cumprimento à vizinha. POV da vizinha, a sua cabeça tapa a cara de Margarida.
40	Perfil	Geral	Fixo	Natural	R. D. Nuno Álvares Pereira	Porta do prédio onde moram Maria e Margarida. Vista de fora.
41	3/4	Médio	Travelling	Artificial	Sala	As amigas chegam ao pé de Joana, no sofá que está triste. Joana não está a fazer o jantar, como de costume.
42	Contra-picado	Close-up	Fixo	Artificial	Sala	Maria e Margarida, de pé, preocupadas com Joana. Após Maria perguntar o que se passa, sentam-se no sofá.
43	Frontal	Close-up	Fixo	Artificial	Sala	Joana explica o que se passa.
44	Frontal	Médio	Fixo	Artificial	Sala	Vemos a reação de Maria e Margarida. Maria sente a dor de Joana.
45	Perfil	Geral	Fixo	Artificial	Sala	As três amigas abraçam-se.
46	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Marquise	Vista da janela, da rua. É noite.
<b>CENA V</b>						
47	Perfil	Médio	Fixo	Natural	Cozinha	Dia seguinte. Maria e Joana estão a tomar o pequeno-almoço juntas.
48	Perfil	Close-up	Fixo	Natural	Cozinha	Levantam-se. Maria passa à frente da câmara, em direção à porta de entrada
49	Frontal	Médio	Fixo	Artificial	Porta de casa	Soft transition. Maria abre porta de casa, está à espera que Joana venha.
50	Picado	Médio	Fixo	Artificial	Escadas do prédio	Vizinho, Gonçalo, a subir as escadas do prédio. Cumprimenta Joana.
51	Frontal	Close-up	Fixo	Artificial	Porta de casa	Maria cumprimenta Gonçalo



52	Frontal	Médio	Fixo	Artificial	Porta de casa	Joana aparece. Maria brinca com a irmã a dizer que o seu futuro cunhado acabou de passar.
53	Contra-picado	Médio	Fixo	Artificial	Escadas do prédio	Gonçalo espreita.
54	Frontal	Médio	Fixo	Artificial	Porta de casa	Joana esconde-se. Maria explica ao vizinho que estava a falar com Joana.
55	Picado	Close-up	Fixo	Artificial	Escadas do prédio	Gonçalo continua a subir as escadas. Com uma expressão de intrigado.
56	Contra-Picado	Médio	Travelling	Artificial	Escadas do prédio	Maria e Joana vão a descer as escadas, a rir-se muito da situação com o vizinho.
57	Traseiro	Geral	Fixo	Natural	Entrada do prédio	Maria e Joana encontram a vizinha Filomena a entrar no prédio.
58	Frontal	Close-up	Fixo	Natural	Entrada do prédio	Filomena ao passar pelas irmãs, com um ar de interrogação, diz bom dia. Visto do prédio para a rua.
59	3/4	Médio	Fixo	Natural	Entrada do prédio	Maria em primeiro plano, receia que estivessem a rir-se alto. Vizinha já de costas. Visto da rua para o interior.
60	Perfil	Geral	Fixo	Natural	R. D. Nuno Álvares Pereira	Irmãs despedem-se e vão para os seus trabalhos.
<b>CENA VI</b>						
61	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Maria está a dar aula, mas parece um pouco distraída.
62	Frontal	Médio curto	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Maria na posição Adho mukha svanasana.
63	Perfil	Geral	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Decorrer da aula.
64	Contra-picado	Médio	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Árvores do parque. Ramos a mexer.
65	Perfil	Geral	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Alunas de costas. Acabou a aula. Maria a despedir-se.
66	Perfil	Médio	Panorâmico Horizontal	Natural	Parque Roberto Nobre	Alunas já foram embora. Maria está sentada a olhar para o horizonte.
67	3/4	Médio	Fixo	Natural	Carro	Maria já no carro. Fecha a porta.
<b>CENA VII</b>						
68	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Hall de entrada	Match cut. Maria abre a porta de casa.
69	3/4	Geral	Fixo	Natural	Marquise	Maria chega à marquise, onde estão Joana e Margarida, sentadas na alcatifa.
70	Frontal	Médio	Panorâmico Horizontal	Natural	Marquise	As três a olhar para a janela. Não falam.
71	3/4	Médio curto	Fixo	Natural	Marquise	Joana quer quebrar o silêncio, fala com a irmã e a amiga, que olham para ela enquanto fala.
72	3/4	Médio curto	Fixo	Natural	Marquise	Margarida responde a Joana.
73	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Marquise	Maria responde a ambas e levanta-se para ir buscar vinho.
74	Frontal	Close-up	Fixo	Natural	Sala	Maria tira da garrafeira vinho e três copos.
75	3/4	Geral	Fixo	Natural	Marquise	Maria chega, distribui os copos.
76	Perfil	Close-up	Fixo	Natural	Marquise	Maria serve o vinho.

77	Traseiro	Close-up	Fixo	Natural	Marquise	As três brindam, a janela está em segundo plano. Os copos saem do plano e vê-se a rua, de noite.
<b>CENA VIII</b>						
78	3/4	Médio	Fixo	Artificial	Quarto de Maria	Reflexo de Maria no espelho, está a pintar no vidro traços da sua cara.
79	Traseiro	Pormenor	Fixo	Artificial	Quarto de Maria	Over the shoulder. Desenha um sorriso na sua cara, embora o seu reflexo seja triste.
80	Frontal	Geral	Fixo	Artificial	Quarto de Maria	Maria vira costas ao espelho e deita-se.
81	Perfil	Médio	Fixo	Artificial	Quarto de Maria	Maria não consegue dormir. Às voltas na cama.
<b>CENA IX</b>						
82	Contra-picado	Médio	Fixo	Natural	Janela do quarto de Maria	Timelapse. Amanhece.
83	Perfil	Close-up	Fixo	Natural	Quarto de Maria	Maria a olhar para o teto, decide levantar-se.
84	Traseiro	Close-up	Panorâmico Horizontal	Natural	Quarto de Maria	Contra-luz. Silhueta de Maria, em frente à janela, a espreguiçar-se.
85	Perfil	Geral	Fixo	Natural	Porta de prédio	Maria sai do prédio, olha para o céu e abre os braços. Dá graças por mais um dia.
<b>CENA X</b>						
86	Perfil	Médio	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Folhas de Árvore
87	Perfil	Médio	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Maria, de pernas à chinês, olhos fechados, a meditar. Olha para o lado e vê que as alunas já chegaram.
88	Traseiro	Americano	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Maria de costas. Alunas a fazerem alongamentos. Todas sentadas.
89	3/4	Médio	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Maria a dar aula, posições de yoga sentadas.
90	Frontal	Geral	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Alunas de Maria levantam-se e fazem as posições de yoga, como Maria.
91	3/4	Geral	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Maria na posição <i>Virabhadrasana III</i> , observamos um ar de inquietação. Acena que não com a cabeça.
92	Perfil	Médio	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Maria para o exercício. Sente que tem de terminar a aula. Alunas preocupadas, dão-lhe espaço.
93	Traseiro	Geral	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Alunas de Maria a ir embora.
94	Frontal	Close-up	Fixo	Natural	Parque Roberto Nobre	Cara de Maria, desolada.
<b>CENA X</b>						
95	Frontal	Close-up	Fixo	Artificial	Casa	Soft transition, olho esquerdo de Maria dissolve para maçaneta da porta da entrada de casa.
<b>CENA XI</b>						
96	3/4	Médio	Fixo	Natural	Hall de entrada	Maria repara que a irmã e a amiga já se encontram em casa.
97	Traseiro	Médio	Fixo	Natural	Hall de entrada.	Maria reage à resposta de Margarida, expressando choque e vai em direção ao seu quarto.
98	Contra-picado	Close-up	Fixo	Natural	Quarto de Maria	Porta do quarto de Maria. Visto do quarto para fora. Joana apercebe-se que

						algo não está bem.
99	Picado	Médio	Fixo	Natural	Quarto de Maria	Maria, sentada no chão, apoia os cotovelos nos joelhos dobrados e segura a cabeça com as mãos. Responde à irmã.
100	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Hall de entrada	Margarida chega ao pé de Joana. Insiste com Maria para saber o que se passa.
101	3/4	Médio	Fixo	Natural	Quarto de Maria	Maria, irritada, responde à amiga gritando.
102	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Hall de Entrada	Joana, exaltada, reage ao que a irmã acabou de dizer.
103	Perfil	Médio	Fixo	Natural	Quarto de Maria	Maria responde a Joana
104	Traseiro	Médio	Fixo	Natural	Hall de entrada	Margarida pede às irmãs para terem calma.
105	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Quarto de Maria	Plano contínuo. Tensão. Joana pega em livros e manda-os ao chão. Margarida faz o mesmo, de seguida.
106	Frontal	Médio	Travelling	Natural	Hall de entrada	Maria dirige-se à porta de casa, com vontade de fugir.
107	Frontal	Médio	Fixo	Natural	Hall de entrada	Encosta-se à parede e desliza até ficar sentada no chão. A campainha toca.
<b>CENA XII</b>						
108	Frontal	Médio	Fixo	Artificial	Corredor do andar de Maria	Vizinha, depois de ter ouvido o barulho, vai ver o que se passa.
109	Frontal	Médio	Fixo	Artificial	Hall de entrada	Maria explica discussão, e fala na sua irmã.
110	Frontal	Close-up	Fixo	Artificial	Corredor do andar de Maria	Vizinha, com um ar nauseado, chama maluca a Maria. E vai-se embora.
111	Frontal	Geral	Fixo	Artificial	Hall de entrada.	Maria está sentada, a tentar assimilar a situação. Gonçalo vinha a subir e ouviu Filomena, corre para amparar Maria.
112	3/4	Médio	Fixo	Artificial	Hall de entrada	Foco em Maria Gonçalo fala com Maria que lhe responde, de cabeça para baixo, pausadamente.
113	3/4	Close-up	Fixo	Artificial	Hall de entrada	Foco no vizinho que lhe diz, delicadamente, que nunca viu Joana ou Margarida. Maria pergunta se é maluca.
114	3/4	Médio	Fixo	Artificial	Hall de entrada	Gonçalo responde que não. Maria levanta a cabeça e tenta explicar que a irmã e a amiga são reais.
115	Frontal	Médio	Fixo	Artificial	Hall de entrada	Após ouvir Gonçalo responder que só são reais na sua cabeça, Maria chora. Gonçalo abraça-a.
116	3/4	Close-up	Fixo	Artificial	Hall de entrada	Cara da Maria O vizinho disse-lhe que não estava sozinha, Maria encostada ao pescoço de Gonçalo, respira de alívio.

Figura 48- Guião Técnico.

### 3.12. Cor

Para a edição de imagens, optámos por tons quentes e esverdeados que dessem a ideia de analógico. Com isto, pretendemos não só colorir de acordo com o que entendemos por preferencial esteticamente, mas também passar a ideia de que a curta-metragem se passa num tempo mais antigo e, visto que pretendemos informar e desmistificar, usamos metaforicamente a cor para caracterizar um pensamento antigo e antiquado.



Figura 49- Paleta Cromática do Color Grading da curta-metragem.

### 3.13. Complementos

Para acompanhar possíveis peças de comunicação deste projeto, desenhámos um logótipo com fragmentos de um prisma, escolhemos alterar a sua rotação para ficar visualmente parecido com um avião de papel, devido ao facto de queremos deixar uma mensagem. No logótipo utilizamos a fonte Montserrat em caixa alta. A escolha deste tipo de letra deve-se a ser simples e simétrico. Pertence, também, o nosso slogan.



Figura 50- Logótipo positivo.



Figura 51- Logótipo negativo.

Para possível promoção do nosso projeto, nas redes sociais da ARIA, fizemos peças de comunicação online. Todas seguem a mesma linguagem, texto a branco e apontamentos com cores da Paleta Cromática do Color Grading que definimos para a curta-metragem. Utilizamos ilustrações de uma só linha. E óptamos por mensagens mais abstratas. Nas quatro peças, só uma fala de doentes mentais diretamente. Pretendemos desta forma suscitar o interesse antes de publicar o vídeo e a última peça.



Figura 52- Primeira peça para estratégia online.

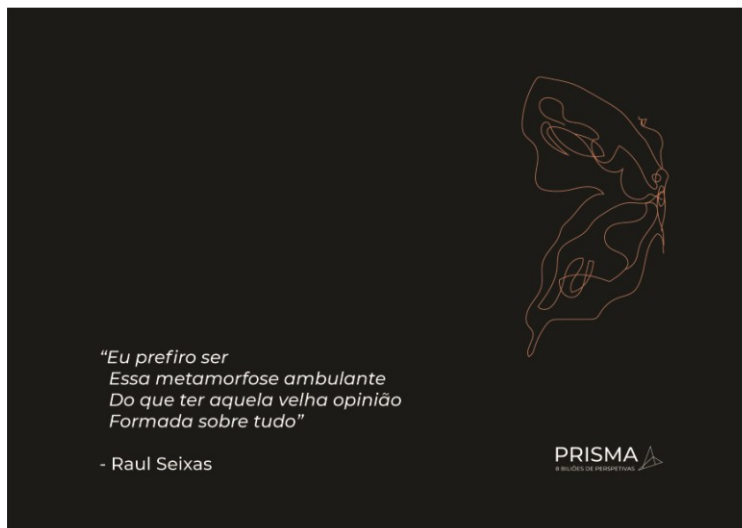


Figura 53- Segunda peça para estratégia online.



Figura 54- Terceira peça para estratégia online.

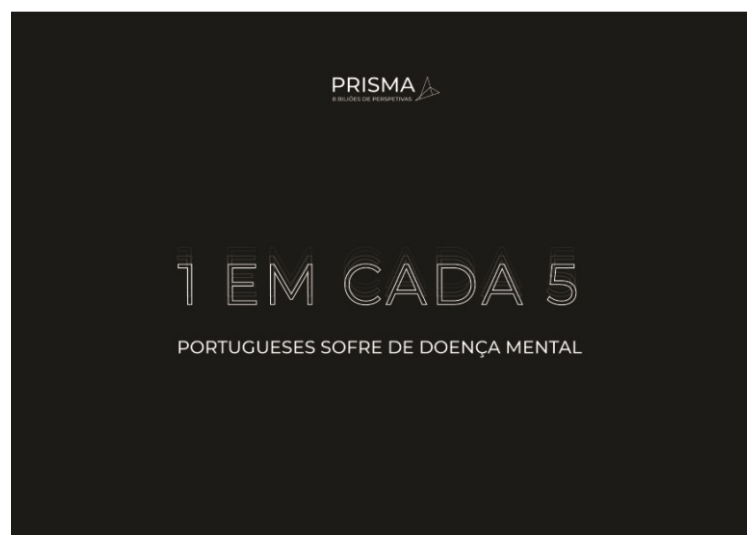


Figura 55- Peça final para estratégia online.

## 4. Conclusão

O desenvolvimento deste projeto revelou-se de grande importância para mim, não só pelo que aprendi sobre as perspetivas face à doença mental ao longo dos séculos, mas também pelos conhecimentos que adquiri através das pesquisas feitas sobre os meios audiovisuais. As pesquisas efetuadas sobre estes dois assuntos constituíram uma oportunidade de alargar os meus conhecimentos e permitiram-me, por um lado, perceber a dimensão da problemática das doenças do foro psiquiátrico e, por outro, constatar a grandeza do mundo audiovisual desde o surgimento da fotografia até aos nossos dias, a era do digital.

Estou convencida de que a realização da curta que idealizei teria um impacto muito positivo no público-alvo, sobretudo junto das pessoas que veem na doença mental uma espécie de “bicho papão” e que são incapazes de conviver com ela, embora saiba que a mudança das mentalidades é um processo lento e difícil.

Os planos selecionados em cada momento da curta são os que, do meu ponto de vista, melhor traduzem a ideia que pretendo passar e que suscitarão a reflexão dos telespectadores acerca do assunto abordado.

Tendo perfeita consciência de que a sociedade está constantemente em evolução, tenho esperança de que haja uma mudança de atitudes relativamente à doença mental e acredito que o cinema, como outros meios audiovisuais, terão um papel muito importante a desempenhar nessa mudança.

## Bibliografia

- GOFFMAN, Erwin, Stigma (1963);  
 COSTA, Antonio, Compreender o Cinema (1985);  
 REES, A.L, Movements in Film (1912-40);  
 WESTGEEST, Helen -Video Art Theory\_ A Comparative Approach-Wiley-Blackwell (2015);
- <https://www.sppsm.org/a-sppsm/historia-e-missao/> kj consultado a 30 de outubro  
[https://www.infopedia.pt/\\$philippe-pinel](https://www.infopedia.pt/$philippe-pinel) consultado a 30 de outubro  
<https://www.msmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbios-de-sa%C3%BAde-mental/considera%C3%A7%C3%B5es-gerais-sobre-cuidados-com-a-sa%C3%BAde-mental/tratamento-das-doen%C3%A7as-mentais> consultado 30 de outubro  
<http://www.saudeamental.pt/perturbacao-mental/4589890629> consultado a 4 de novembro  
[http://www.fcm.unl.pt/main/alldoc/galeria\\_imagens/Relatorio\\_Estudo\\_Saude-Mental\\_2.pdf](http://www.fcm.unl.pt/main/alldoc/galeria_imagens/Relatorio_Estudo_Saude-Mental_2.pdf) consultado a 4 de novembro  
<http://www.saudeamental.pt/perturbacao-mental/4589890629> consultado a 8 de novembro  
<http://cssc.pt/faq/o-que-e-uma-doenca-mental/> consultado a 24 de novembro  
<https://www.msmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbios-de-sa%C3%BAde-mental/considera%C3%A7%C3%B5es-gerais-sobre-cuidados-com-a-sa%C3%BAde-mental/considera%C3%A7%C3%B5es-gerais-sobre-a-doen%C3%A7a-mental> consultado a 24 de novembro  
<https://www.dgs.pt/paginas-de-sistema/saude-de-a-a-z/programa-nacional-para-a-saude-mental/perguntas-e-respostas.aspx> consultado a 9 de fevereiro  
[https://pt.wikipedia.org/wiki/Hospital\\_psiqui%C3%A1trico](https://pt.wikipedia.org/wiki/Hospital_psiqui%C3%A1trico) consultado a 9 de fevereiro  
[https://pt.wikipedia.org/wiki/Philippe\\_Pinel](https://pt.wikipedia.org/wiki/Philippe_Pinel) consultado a 9 de fevereiro  
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsaude/v7n2/v7n2a09.pdf> consultado a 27 de fevereiro  
[https://www.infopedia.pt/\\$philippe-pinel](https://www.infopedia.pt/$philippe-pinel) consultado a 3 de março  
<http://www.paramederepenteopensamento.com/> consultado a 7 de março  
<https://www.youtube.com/watch?v=tluHwK0OwO0> consultado a 7 de março  
<https://www.youtube.com/watch?v=BGTohkmBf58> consultado a 10 de março  
<https://www.youtube.com/watch?v=YhMndJPJ1Gw> consultado a 10 de março  
<https://www.facebook.com/paramederepenteopensamento/> consultado a 22 de março  
<https://www.clinicadesaudeamentaldoporto.pt/pt/pagina-do-doente/o-que-e-a-doenca-mental/disfuncao-psicologica/15/05> consultado a 3 de abril  
<https://www.infoescola.com/cinema/historia-do-cinema/> consultado a consultado a 18 de abril  
<https://blog.scienceandmediamuseum.org.uk/very-short-history-of-cinema/> consultado a 24 de abril  
<https://medium.com/@montagem/a-hist%C3%B3ria-da-gravac%C3%A7%C3%A3o-de-audio-d8d2b0fd6c71> consultado a 26 de abril  
[https://www.infopedia.pt/\\$camara-obscura](https://www.infopedia.pt/$camara-obscura) consultado a 8 de maio  
<https://www.dw.com/pt-br/1816-primeira-fotografia/a-515945> consultado a 9 de maio  
<https://www.infoescola.com/fotografia/camara-escura/> consultado a 9 de maio  
<https://pt.wikipedia.org/wiki/Heliografia> consultado a 10 de maio  
<https://akvis.com/pt/articles/photo-history/niepce.php> consultado a 11 de maio  
[https://www.infopedia.pt/\\$nicephore-niepce](https://www.infopedia.pt/$nicephore-niepce) consultado a consultado a 11 de maio



<https://www.infoescola.com/artes/fotografia/> consultado a 11 de maio

<https://astronautafilmes.com.br/cinema/historia-do-audiovisual-antigamente/> consultado a 15 de maio

<https://www.fnac.pt/SearchResult/ResultList.aspx?SCat=0%211&Search=Panasonic+Lumix+G+X+Vario+12-35mm+f%2F2.8+II+&sft=1&sa=0> consultado a 18 de maio

<https://www.fnac.pt/mp12213306/Conjunto-de-Iluminacao-vidaXL-para-Estudio-com-Tripes-e-Sombrinhas-24-W> consultado a 19 de maio

[https://the.hitchcock.zone/wiki/1000\\_Frames\\_of\\_Psycho\\_\(1960\)](https://the.hitchcock.zone/wiki/1000_Frames_of_Psycho_(1960)) consultado a 19 de maio

<https://dicionario.priberam.org/prisma> consultado a 19 de maio

[https://www.youtube.com/watch?v=\\_fcRj0SXYh8&t=13s](https://www.youtube.com/watch?v=_fcRj0SXYh8&t=13s) consultado a 23 de maio

<https://www.youtube.com/watch?v=0vS0E9bBSL0> consultado a 24 de maio

[https://ec.europa.eu/health/state/glance\\_pt](https://ec.europa.eu/health/state/glance_pt) consultado a 26 de maio

<https://www.ipf.pt/site/um-clique-historia-fotografia/> consultado a 27 de maio

[https://the.hitchcock.zone/wiki/1000\\_Frames\\_of\\_Psycho\\_\(1960\)\\_-\\_frame\\_399](https://the.hitchcock.zone/wiki/1000_Frames_of_Psycho_(1960)_-_frame_399) consultado a 28 de maio

<https://ia800206.us.archive.org/31/items/evolutionofphoto00werguoft/evolutionofphoto00werguoft.pdf> consultado a 29 de maio

<https://www.digitfoto.pt/PANASONIC-Microfone-Estereo-Externo-DMW-MS2E-para-GH3-GH4-GH5-rPANASONICDMWMS2E.html> consultado a 29 de maio

<http://www.primeirofilme.com.br/site/o-livro/enquadramentos-planos-e-angulos/> consultado a 1 de junho

<https://movie-screencaps.com/2001-space-odyssey-1968/81> consultado a 2 de junho

<http://edition.cnn.com/2010/OPINION/11/29/zelizer.chaplin.modern.times/index.html> consultado a 2 de junho

<https://www.justwatch.com/br/filme/luzes-da-cidade> consultado a 3 de junho

<https://www.culturagenial.com/filme-laranja-mecanica-de-stanley-kubrick/> consultado a 4 de junho

<https://www.comunidadeculturaearte.com/40-anos-de-annie-hall/> consultado a 5 de junho

<https://www.magazine-hd.com/apps/wp/top-filmes-allen-annie-hall/> consultado a 5 de junho

<https://movie-screencaps.com/pulp-fiction-1994/95> consultado a 6 de junho

<https://youtu.be/IW63SX9-MhQ> consultado a 6 de junho

<http://www.sommaior.com.br/noticias/a-evolucao-da-gravacao-e-reproducao-do-som/> consultado a 6 de junho

[http://www.img.lx.it.pt/~mpq/st04/ano2002\\_03/trabalhos\\_pesquisa/T\\_11/cronologia\\_da\\_gravacao\\_de\\_som.htm](http://www.img.lx.it.pt/~mpq/st04/ano2002_03/trabalhos_pesquisa/T_11/cronologia_da_gravacao_de_som.htm) consultado a 7 de junho

<https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/5041/1/Tese.pdf> consultado a 7 de junho

[http://recil.grupolusofona.pt/jspui/bitstream/10437/9524/1/Tese%20Mestrado%20Estudo%20Cinematogr%C3%A1ficos\\_Jo%C3%A3o%20Hip%C3%B3lito\\_Cor\\_A%20Defini%C3%A7%C3%A3o%20do%20Cinema%20como%20Arte.pdf](http://recil.grupolusofona.pt/jspui/bitstream/10437/9524/1/Tese%20Mestrado%20Estudo%20Cinematogr%C3%A1ficos_Jo%C3%A3o%20Hip%C3%B3lito_Cor_A%20Defini%C3%A7%C3%A3o%20do%20Cinema%20como%20Arte.pdf) consultado a 8 de junho

<http://portalintercom.org.br/anais/sudeste2013/resumos/R38-0169-1.pdf> consultado a 8 de junho

<https://pt.slideshare.net/MauricioMalletDuprat/historia-do-cinema-parte-2> consultado a 8 de junho

<https://sessaodastres.com/2018/06/20/historia-do-cinema-1-a-invencao-do-cinematografo-e-as-primeiras-exibicoes/> consultado a 10 de junho

<https://sessaodastres.com/2018/06/20/historia-do-cinema-1-a-invencao-do-cinematografo-e-as-primeiras-exibicoes/> consultado a 13 de junho

[http://recil.grupolusofona.pt/jspui/bitstream/10437/9524/1/Tese%20Mestrado%20Estudos%20Cinematogr%C3%A1ficos\\_Jo%C3%A3o%20Hip%C3%B3lito\\_Cor\\_A%20Defini%C3%A7%C3%A3o%20do%20Cinema%20como%20Arte.pdf](http://recil.grupolusofona.pt/jspui/bitstream/10437/9524/1/Tese%20Mestrado%20Estudos%20Cinematogr%C3%A1ficos_Jo%C3%A3o%20Hip%C3%B3lito_Cor_A%20Defini%C3%A7%C3%A3o%20do%20Cinema%20como%20Arte.pdf) <https://netshow.me/blog/edicao-de-video/> consultado a 14 de junho

<https://midiainteressante.com/2017/03/qual-primeira-filmagem-do-mundo.html> consultado a 14 de junho

<https://www.sabado.pt/gps/palco-plateia/cinema/detalhe/a-historia-do-cinema-3d> consultado a 15 de junho

[http://www.11h55.fr/spip.php?article27&id\\_rubrique=17](http://www.11h55.fr/spip.php?article27&id_rubrique=17) consultado a 18 de junho

<https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/23475/1/Coloriza%C3%A7%C3%A3o%20de%20filmes%20ap%C3%B3s%20Becky....pdf> consultado a 27 de junho

<https://noarfilmes.com.br/lancamentos/a-camera-de-video-ao-longo-da-historia/> consultado a 27 de junho

<https://medium.com/@montagem/a-hist%C3%B3ria-da-gravac%C3%A7%C3%A3o-de-audio-d8d2b0fd6c71> consultado a 29 de junho