

tf g

memoria

comunicación
audiovisual



TÍTULO: _____

ESTUDIANTE: _____

DIRECTOR/A: _____

CODIRECTOR/A: _____

PALABRAS CLAVE: _____

RESUMEN: _____



ÍNDICE

1. PROPUESTA Y OBJETIVOS	2-3
2. REFERENTES	4-5
3. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA	6-7
4. PROCESO DE PRODUCCIÓN.....	8-19
4.1.Preproducción	8-14
4.2.Producción	15-16
4.3.Postproducción.....	17-19
5. RESULTADOS	20-26
6. BIBLIOGRAFÍA.....	27



1. PROPUESTA Y OBJETIVOS

El siguiente TFG que tiene por nombre *Gracias Laura* consiste en la ideación y producción de una película documental que se centra en la unión de personas que tienen distintas dificultades en su día a día (personas discapacitadas y personas con riesgo de exclusión social) gracias a la equinoterapia, la terapia con caballos.

Dicho documental es de carácter digital, a color y con medidas de 1920 x 1080 Full HD. Tiene una duración de 18:15 minutos y está compuesto por planos recursos de los protagonistas realizando la terapia con caballos y planos de entrevista a modo de voz en *off*. El vídeo está íntegramente realizado entre los meses de marzo a junio de 2015.

La equinoterapia es un tratamiento que consiste en la realización de actividades con caballos para mejorar el desarrollo físico, cognitivo o emocional de cualquier persona que sufra alguna discapacidad o necesidad especial. Pero el tratamiento con caballos, tal como se plasma en este proyecto, va más allá de una terapia con animales. El caballo se convierte en el nexo de unión de personas discapacitadas del centro día *El Puente* (Aspe) y jóvenes procedentes de Holanda que han tenido problemas familiares, con drogas o con la prostitución. Es el nexo que une a Iván y Damian o a Olga y Michelle, porque esta terapia con caballos ha hecho que estas personas formen un estrecho vínculo.

En pleno siglo XXI y con la situación que se vive actualmente en España, los problemas salen a flote y la humildad de la sociedad se esconde. Los prejuicios hacia personas con discapacidad o hacia personas con riesgo de exclusión social aún están latentes en nuestra sociedad. Es por este motivo por el que surgió la idea de hacer el documental *Gracias Laura*, en el que se pudiera ver la humildad de personas con distintos tipos de dificultades en la vida. Observar cómo estas personas se ayudan de una manera desinteresada y leal, alberga incógnitas sobre nosotros mismos y lo que hacemos día a día por los demás.

Desde una parte técnica se desarrolla un método de trabajo que consiste en abaratar en tiempo y material. A pesar de los avances tecnológicos y la democratización audiovisual, no todas las personas están al alcance de poseer un material técnico propio. Se pretende demostrar que con un presupuesto cero se puede realizar un buen trabajo audiovisual.

Por lo tanto, esta propuesta académica se presenta con el objetivo de dar un mensaje optimista a la sociedad y dar una mayor difusión a la humildad de los protagonistas de *Gracia Laura*, concienciando a la gente sobre los prejuicios que aún hoy en día se tienen debido a la poca información que las personas alejadas de la discapacidad tienen sobre ellas. Así pues, aprovechando el conocimiento y las posibilidades de los citados avances tecnológicos, presentamos el citado TFG con el objetivo de contribuir a la difusión de estos documentales.

Los objetivos del TFG que tiene por nombre *Gracias Laura* son los siguientes:

- Realizar un documental para contribuir a elaborar una concienciación social acerca de los prejuicios que hoy en día se tienen hacia personas discapacitadas o con cualquier tipo de dificultad.
- Dar a conocer el nexo en común que en este documental une a personas con distintos tipos de dificultades en la vida: la equinoterapia.
- Demostrar a los actuales o futuros creadores audiovisuales que con una insuficiencia de medios técnicos propios profesionales (productoras, cámaras avanzadas en el mercado, etc.), cualquiera que tenga educación audiovisual puede realizar un buen proyecto.
- Dar a conocer las dos asociaciones de Aspe (Alicante) a las que pertenecen los protagonistas, centro de día *El Puente* y *Adiós Holanda*.
- Promocionar mi trabajo audiovisual y darme a conocer en este ámbito.

2. REFERENTES

Gracias Laura es un documental expositivo de carácter social y de historia de vida porque retrata a un grupo de personas que nos cuentan su vida y su aprendizaje en ella. Además de mostrar las emociones y sensaciones de sus protagonistas y dar un mensaje positivo, informa sobre algo en concreto: la terapia con caballos. Es un híbrido entre el documental de testimonios y el de observación.

Los siguientes referentes visuales son los que definen de alguna manera el espíritu de *Gracias Laura*, ya que lo más importante en ellos son las historias que cuentan, las emociones y las sensaciones. En este proyecto se quería dar a conocer la equinoterapia y mostrar el lado más humano de los protagonistas, conociendo cómo se ayudan a superarse día a día. Por lo que estos referentes nos han servido para saber cómo contar una historia emotiva y para saber cómo informar de algo en concreto.

- a) Lo que importa en los referentes citados a continuación, es la historia de superación que cuentan. Se tomaron como referencia para contar la historia y llegar al espectador.

El primer referente ha sido el **documental** *Five Days to Dance*¹. Un documental social sobre la igualdad. Bailar les obliga a tocarse y se comunican e igualan gracias a dos coreógrafos, Wilfried Van Poppel y Amaya Lubeigt. Se ha tomado como referencia porque al igual que en *Five Days to Dance*, en *Gracias Laura* los protagonistas se tocan y se comunican con el caballo y con ellos mismos y se puede llegar a ver el proceso de superación por el que pasan los protagonistas. Además, este documental está narrado por los propios coreógrafos y protagonistas, que es lo que se quería realizar en nuestro documental.



Fig. 1 Fotograma extraído de *Five Days to Dance*

¹ Dirigido por Rafa Molés y Pepe Andreu y producido por SUICAFilm y REC garabateka estudiosa en España durante el año 2014. <http://www.suicafilms.com/five-days-to-dance/>

El **documental** *Hope for Hurting Hearts*², basado en testimonios de personas con ciertas dificultades en su vida y que cuentan cómo han ido superándose poco a poco.

El **documental** *Verve*³. Un famoso documental monográfico sobre la vida de Nick Vujicic, un hombre que nació sin brazos ni piernas y que ha ido superándose día a día.

La serie de **documentales** *Discapacidades Humanas*⁴, realizada desde el punto de vista de los propios discapacitados. El punto novedoso de este documental es que está contado por los propios discapacitados, algo que se ha querido añadir en *Gracias Laura*, saber el punto de vista de los protagonistas dándole un toque más humano.

b) Los siguientes referentes visuales nos han servido a la hora de conocer cómo realizar un documental que informe sobre algo en concreto para que el espectador pueda captarlo de inmediato.

En el **documental** *La Senda del Triunfo*⁵ se da a conocer la equinoterapia a través de dos chicas que van superando obstáculos junto a los caballos. Se quería informar sobre la equinoterapia, ya que no está suplida por los medios y es una terapia un tanto desconocida para personas que quizás la necesiten. Por este motivo se tuvo como referencia este documental, porque trata el tema que íbamos a abarcar en *Gracias Laura*, la equinoterapia.

El vídeo **masterclass** de Sony: *Grabación cinematográfica: cómo se hizo el documental: The Magician's Apprentice con el FS700RH*⁶, también se ha tenido como referente porque es de gran utilidad estudiar el *cómo se hizo* de documentales que aporten ideas o consejos para realizar el tuyo propio con un equipo y material técnico muy reducido.

² Producido por Harvest Films, 2013. <http://www.harvest.org/hope-for-hurting-hearts.html>

³ Orador motivacional, predicador cristiano y director de *Life Without Limbs*, una organización para personas con discapacidades físicas. Protagonista de *Verve*. <http://www.imdb.com/name/nm3607348/>

⁴ Emitida por RTVE y producida por la Fundación ONCE y la productora Faro.

⁵ Dirigido por Amaia Irigoyen y producido por Jon Ibero, 2012.

<https://www.youtube.com/watch?t=432&v=EnXPSGcj4j0>

⁶ Una producción de Sony con el realizador Philip Bloom. <http://www.sony.es/pro/article/broadcast-products-how-to-shoot-cinematically>.

3. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

Existen numerosos documentales sobre personas discapacitadas que se superan día a día gracias a la ayuda de otras personas. En este documental se pretende dar un nuevo enfoque y plasmar un elemento novedoso: que ellos también saben y pueden ayudar a otras personas a superar sus dificultades. Mostrar una ayuda mutua desinteresada entre personas discapacitadas y personas con riesgo de exclusión social que forman parte de dos asociaciones procedentes de Aspe (Alicante).

El centro día *El Puente* está destinado a las personas con discapacidad en situación de dependencia que, por razones derivadas de la enfermedad o discapacidad han perdido autonomía mental, intelectual o sensorial y precisan del cuidado de otras personas para realizar actividades de la vida cotidiana. Por otro lado, *Adiós Holanda* es un programa de inserción social en el que jóvenes procedentes de Holanda llegan a España para rehabilitarse superando problemas familiares, drogadicción o prostitución y poder volver a insertarse en la sociedad.

Pero además, esta ayuda mutua es gracias a otro elemento imprescindible del documental: Laura, la yegua con la que hacen la terapia. La equinoterapia utiliza al caballo como elemento terapéutico para contribuir positivamente al desarrollo de cualquier aspecto de la vida de una persona. Pero en *Gracias Laura*, esta terapia va más allá. Laura es el nexo de unión de personas que no tienen una vida fácil, les hace sentir emociones que utilizan para mejorar y crecer como personas. Finalmente, se pretende mostrar e informar sobre los beneficios que conlleva realizar la terapia con caballos, ya que esta no es suplida por la televisión convencional y no hay demasiada información en la web.

Los celtas acostumbraban a regalar un caballo a la persona de la comunidad que había sufrido una pérdida de un ser querido porque sabían que la ayudaría a sanar la ausencia y, además, creían que el caballo era mensaje entre los dos mundos.

Buscaglia, 2015

Todo el contenido del documental nos lo transmiten ellos mismos, los protagonistas del documental, a través de entrevistas donde nos cuentan de primera mano cómo se ayudan, sus sensaciones y lo que aprenden unos de otros a pesar de sus dificultades. Al igual que en la serie documental *Discapacidades Humanas* y en el documental *Five Days to Dance*, nos cuentan sus propias vivencias y emociones los

propios protagonistas del vídeo y son ellos los que van narrando el documental a través de entrevistas y testimonios.

En este vídeo documental se informa, en primer lugar, de en qué consiste la equinoterapia y cómo ayuda en la rehabilitación de diversos aspectos de la vida a las personas. Cómo han evolucionado los protagonistas del vídeo que la practican y cómo, gracias al caballo, los jóvenes de las dos asociaciones citadas anteriormente se conocen y se ayudan mutuamente a evolucionar y mejorar según sus circunstancias.

De esta manera, la *masterclass* de Sony Grabación cinematográfica: *cómo se hizo el documental: The Magician's Apprentice con el FS700RH* es una pequeña guía de consejos e ideas para plantearnos cómo contar lo que en *Gracias Laura* se pretende. Que este documental sirva no solo para informar de una terapia un tanto desconocida, sino también para que impliquen al propio espectador invitándole a reflexionar sobre los prejuicios que existen en la actualidad.

También comentaremos cómo es posible llevar a cabo un documental social de esta envergadura y demostrar que esto es posible en un mínimo espacio de tiempo y con recursos limitados. La evolución inmediata de la tecnología y la gran competencia de marcas en el mercado ha hecho que se reduzca el precio del material tecnológico, por lo que se ha democratizado el poder adquirirlos. Además, las diversas opciones que ofrecen las nuevas tecnologías para distribuir y poder llegar al público de forma directa, han hecho que el género audiovisual haya experimentado un gran crecimiento a través de plataformas como YouTube o Vimeo, en las que se pueden subir vídeos y compartirlos con otros usuarios. Dado el tipo de investigación en la que se enmarca nuestro proyecto, este estudio sólo queda reflejado en la Memoria del TFG, pues aunque es fundamental, no tendría cabida en éste vídeo documental.

Lo que se pretende con la realización del TFG *Gracias Laura* es dar un mensaje optimista a la sociedad y demostrar que en pleno siglo XXI y con la situación actual del país se pueden eliminar los prejuicios y que se necesita más que nunca la humildad desinteresada, ayudar a otras personas que lo necesiten a cambio de la gratificación que esto supone. Encontrar la respuesta en nosotros mismos de qué hacemos por los demás o plantearnos esa cuestión y razonar sobre ello es la meta principal de este proyecto. Y por último, también se pretende dar una difusión mediática a la terapia con caballos además de utilizar el documental para definirme como profesional en el ámbito audiovisual.

4. PROCESO DE PRODUCCIÓN

El proceso de producción de *Gracias Laura* se ha articulado en tres fases: Preproducción, producción y postproducción. Dado que cada una de ellas se subdivide a su vez en otras, pasaremos a exponerlas.

4.1 PREPRODUCCIÓN

a) Idea

El gran y principal reto a la hora de realizar un documental es el encuentro con el tema. Hay que tener en cuenta que para que un documental sea de interés para el público debe de informar, mostrar y despertar. La idea principal era realizar un proyecto que tuviera estas tres características y que además, tuviera un mensaje positivo y optimista de la vida.

La idea surge gracias a una conversación con una amiga que hacía prácticas en el centro de día *El Puente* (Aspe). Ella comentaba que en una excursión que hicieron con el centro y un colegio, los niños de este colegio les tenían miedo. Esto se debe a la poca información, educación y atención que las personas alejadas de la discapacidad tienen sobre ellas. Les es difícil ponerse en la piel del otro y la falta de conocimiento sobre la discapacidad genera que la sociedad tenga prejuicios sobre estas personas. Por lo que realizar un proyecto que ayude a que estos prejuicios desaparezcan y que de un mensaje positivo, era necesario.

La idea del documental se forjó más adelante dándole un toque innovador. Se quería transmitir una unión entre personas con distintas dificultades a través de la terapia con caballos realizando un documental expositivo de carácter social y memorialista o de historia de vida, que retrate a un grupo de personas.

b) Documentación previa

El realizador de documentales debe tener un compromiso activo de investigación, registro, empatía y reflexión.

La primera documentación que se realizó fue a través de Internet, visionando vídeos y noticias sobre la discapacidad, la equinoterapia y las personas con riesgo de exclusión social, que son los tres elementos fundamentales que protagonizan el documental.

La segunda documentación que se realizó fue informarse en vivo de la cooperación que hacía el centro de día *El Puente* y el programa *Adiós Holanda*. En el centro de día *El Puente*, el director nos informó de la equinoterapia y de los chicos que iban a realizarla. Y en *Adiós Holanda* sobre los problemas que tenían los chicos y chicas de allí, de cómo ayudaban a las personas discapacitadas, etc.

c) Presupuesto

El presupuesto de *Gracias Laura* es de cero. Y aún con este presupuesto es posible realizar un buen proyecto audiovisual, ya que no es lo más importante a la hora de realizarlo. Para realizarlo se ha tenido en cuenta un artículo de Elliot Grove⁷ donde ofrece unos útiles consejos para estos proyectos audiovisuales sin presupuesto. Lo más importante en esta industria es el conocimiento, la creatividad y por supuesto, una buena historia y cultura audiovisual.

d) Búsqueda de protagonistas

Una vez se tenía la idea principal del documental y la documentación previa, sólo quedaba conocer a los protagonistas, ya que no había que buscarlos porque ya formaban parte de la equinoterapia.

Antes de la fase de rodaje se dedicaron dos días a conocerlos y a que se acostumbraran a la presencia de las cámaras. Partimos desde el centro de día *El Puente* con ellos hasta llegar al campo, donde encontramos a los jóvenes holandeses y donde se realiza la terapia con Laura, la yegua.

Esta fase fue muy importante porque nos ayudó a conocerlos, a entender lo que hacían y sobretodo nos dio ideas sobre qué cuestiones abarcar en las entrevistas posteriores.

e) Búsqueda de localizaciones

Igual que en la fase anterior, búsqueda de los protagonistas, la localización del campo ya estaba fijada porque es el lugar donde se realiza la terapia, por lo que los dos días que le dedicamos a conocerlos, también conocimos y experimentamos la localización principal investigando sobre los tipos de plano que podíamos grabar, cómo grabarlos, etc.

⁷ Productor de cine de origen canadiense que fundó tanto el *Raindance Film Festival* en 1993 y los *Premios del Cine Independiente Británico* en 1998.

Se tuvo que buscar dos localizaciones más donde se grabarían las entrevistas para que no fuese monótono. La entrevista de educadores y usuarios se decidió grabarla en el centro de día, ya que es desde donde parten hacia la equinoterapia y donde realizan múltiples actividades a lo largo del día. La entrevista de los jóvenes holandeses se decidió grabarla en el restaurante donde los chicos y chicas trabajan aparte de realizar sus labores en el campo. Allí no tendríamos cambios de luz debido al Sol y se conocerían más lugares que definirían a los protagonistas.

f) Plan de rodaje

La equinoterapia se realizaba dos días a la semana, martes y viernes, por lo que nos tuvimos que amoldar a esos días para realizar el plan de rodaje.

Los días 10 y 20 del mes de marzo se dedicaron a conocer a los protagonistas y las localizaciones. En la localización principal, el campo donde se realiza la terapia con caballos, se investigó para saber qué tipos de planos podíamos filmar y los movimientos que podíamos hacer. En el campo también se conoció a los protagonistas del documental, a las personas discapacitadas del centro de día El Puente y a los jóvenes Holandeses del programa Adiós Holanda. Pudimos ver como se movían y como reaccionaban a ciertas situaciones en la práctica de la equinoterapia.

Estos dos días nos sirvieron para conocerlos, investigar la localización y para que los protagonistas se acostumbraran a la cámara, así a la hora de comenzar el rodaje estarían menos fríos y más naturales.

Los días 14, 17 y 21 de abril se dedicaron a la grabación de recursos de la equinoterapia. Los días 23 y 27 de este mes se dedicaron a grabar las distintas entrevistas que servirían en el montaje como voz en *off*. El día 8 de mayo, y tras grabar las entrevistas, se dedicó a grabar recursos que nos faltaban y que se nos habían ocurrido después de grabar las entrevistas.

Marzo 2015

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				




Abril 2015

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Mayo 2015

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	31	25	26	27	28	29
					30	

Fig. 2 Calendario de rodaje

-  Localizar/Conocer
-  Rodaje
-  Entrevistas

g) Material técnico y software

Se ha elegido el siguiente material técnico porque era el más accesible y cumplía con los requisitos de lo que se deseaba realizar. Por lo que se ha buscado la mejor calidad accesible al menor coste y se ha optado por el material citado a continuación.

Material de grabación de imagen	
Dos cámaras Canon 6D	 Fig. 3 Canon EOS 6D
Objetivo Canon EF 24-70mm F4 serie L	 Fig. 4 Canon EF 24-70mm
Objetivo Canon EF 70-200mm F4 serie L	 Fig. 5 Canon EF 70-200mm
Dos trípodes para cámara Kinbgjoy VT-3500 y Manfrotto	 Fig. 6 Trípode Manfrotto

Fig. 7 Tabla de material de grabación de imagen

Material de grabación de sonido

Grabador de campo ZOOM
H4n



Fig. 8 Grabador de campo ZOOM H4n

Micrófono direccional Rode
NTG-2



Fig. 9 Micrófono direccional Rode NTG-2

Pértiga, *dead cat* y cable
balanceado



Fig. 10 Pértiga Rode



Fig. 11 *Dead cat* Rode

Fig. 12 Tabla de material de grabación de sonido

Se ha utilizado material propio como una cámara Canon 6D, el objetivo Canon EF 24-70mm F4 serie L y el grabador de campo ZOOM H4n. Y material prestado por la Universidad Miguel Hernández como la otra cámara Canon 6D, el objetivo Canon EF 70-200mm F4 serie L, el micrófono direccional Rode NTG-2, la pértiga y el cable.

En el vídeo *Grabación cinematográfica: cómo se hizo el documental The Magician's Apprentice con el FS700RH*, se nos explica los beneficios de rodar en formatos 4K⁸, por ejemplo a la hora de grabar un menor número de planos y así economizar el tiempo, ya que se puede pasar de un plano medio a un primer plano en postproducción sin apenas pérdida de calidad para exportaciones en HD. Para nosotros no era accesible conseguir este tipo de material técnico profesional, por lo que grabamos a doble cámara para filmar dos tipos diferentes de planos a la vez.

Se descargó e instaló en las cámaras el software y estilo de imagen *CineStyle Profile de Technicolor*⁹. Esto hace que la saturación y los contrastes sean más neutros y menos duros. Este proceso es necesario para la futura corrección de color porque evitaremos la pérdida de información de colores oscuros y claros. Este software original *EOS Utility*¹⁰ de Canon se instaló desde su página principal, siendo un método seguro para las cámaras.

A pesar de la democratización de la tecnología, que hoy en día nos permite poder adquirir buen material técnico como es la Canon 6D o los objetivos citados anteriormente, encontramos una imposibilidad para la mayoría de estudiantes de acceder a material profesional que requiere una producción audiovisual como las novedosas cámaras Sony que graban a 4K. A pesar de ello, se quiere demostrar con este proyecto que con el material accesible que tengamos se puede realizar un buen proyecto audiovisual.

⁸ 3840 x 2160 píxeles.

⁹ <http://www.technicolor.com/en/solutions-services/cinestyle>

¹⁰ http://www.canon.es/support/camera_software/#EOSUi

4.2 PRODUCCIÓN

En primer lugar, como ya se habían dedicado dos días a conocer el lugar y a los protagonistas, ya se habían planeado las técnicas a utilizar en esta siguiente fase, la producción.

El documental *Gracias Laura* se rodó a multicámara (dos cámaras Canon 6D) y cámara en mano con dos operadores a la vez, Guillem Pau Pons Sarrión y Sandra Galvañ Sánchez, ambos alumnos de 4º de Grado en Comunicación Audiovisual en la Universidad Miguel Hernández (Elche). Se grabó en cámara en mano porque los protagonistas del documental tenían que estar en continuo movimiento, ya que montan a caballo, lo cepillan, lo pasean... Sólo estábamos dos horas allí y era demasiada pérdida de tiempo ir con el trípode de un lado a otro, además de perder también numerosos planos por esto. Por lo que cada operador de cámara se dedicaba a grabar unos determinados planos; uno grababa planos más cerrados (planos detalle, primeros planos...) y el otro planos más abiertos (planos generales, planos medios...), según el objetivo que utilizara cada cámara. Además, siempre se grabó el sonido, tanto en los recursos como, por supuesto, en las entrevistas.

En cuanto al tiempo de rodaje, nos teníamos que amoldar al horario en el que los usuarios del centro día *El Puente* realizaban la equinoterapia junto a los holandeses. Esto días eran martes y viernes de 10:00h a 12.30h. Los martes realizaban la terapia los usuarios con problemas conductuales y los viernes los usuarios con problemas físicos. Por lo tanto, la citación con el segundo operador de cámara para comenzar a grabar era a las 9:45h, y así comenzar a grabar recursos de salida del centro y entrada en la furgoneta.

Durante las primeras dos semanas de rodaje se grabaron recursos, desde planos detalle hasta planos generales. Siempre grabando el audio ambiente con el grabador de campo Zoom H4n y con un *death cat*¹¹, además de grabar conversaciones que se formaban durante la equinoterapia que podían ser interesantes incluirlas en el montaje final. Como el equipo técnico de grabación era reducido (dos personas), se colocó el grabador de campo en la cámara para ir grabando todo lo que se filmaba y se programó la misma hora en el grabador y en la cámara para que estuviera ordenado más adelante en montaje.

¹¹ Accesorio complementario para el micrófono que protege del viento.

Después de tres días de rodaje, ya teníamos recursos suficientes y los protagonistas estaban más sueltos delante de las cámaras. Era el momento de grabar las entrevistas. Se dedicaron primero tres días de recursos para poco a poco, ir pensando las preguntas a realizar a los entrevistados, ya que era un tema un tanto desconocido para nosotros.

Una vez realizadas las preguntas, se filmó la entrevista a los usuarios y educadores en el centro de día *El Puente* y unos días después a los holandeses del programa *Adiós Holanda* en el restaurante *La Torre* (Aspe). Esta última se realizó totalmente en inglés, ya que no hablaban castellano, por lo que al finalizar la entrevista se tradujo¹² de principio a fin al castellano para posteriormente añadirle los subtítulos en montaje. Las entrevistas se filmaron a dos cámaras, un primer plano sin profundidad de campo y un plano medio con algo más de profundidad de campo. Después de filmar las entrevistas, se dedicó un día más de rodaje para los recursos y así complementar los planos que nos faltaban teniendo en cuenta el contenido de las entrevistas.



¹² La traducción la llevó a cabo un compañero con estudios avanzados en lengua inglesa.

4.3 POSTPRODUCCIÓN

Una vez finalizada la etapa de producción, se necesita visionar los brutos y reflexionar sobre cómo queremos contar nuestro proyecto audiovisual.

El software utilizado para el montaje, la edición de audio y color ha sido Adobe Premiere CS6. Y para la realización del título inicial se ha utilizado Adobe After Effects CS6.

Tras visionar y analizar el material grabado (recursos y entrevistas), la selección de los planos recursos se adaptaron a la estructura que habíamos diseñado, así como a los objetivos del mismo. Siento éstos los que siguen:

Se ha elegido un tipo de montaje estructurado y narrado por los propios protagonistas sacados de sus entrevistas porque le da un toque más humano. Por lo que van contando sus vivencias a modo de *voz en off* sobre los recursos y llegamos a conocerlos un poco más y nos dan un toque de empatía.

Gracias Laura comienza con un fragmento de entrevistas de los usuarios del centro de día *El Puente* para que el espectador comience a ver el vídeo conociendo un poco más a los protagonistas y viendo su lado más humano.

El documental está estructurado de la siguiente manera:

- Testimonios de usuarios del centro de día El Puente.
- Varios recursos y título inicial.
- Las sensaciones de los holandeses al trabajar con los usuarios del centro de día.
- Una descripción de los holandeses y cómo ayudan a los usuarios del centro de día.
- Una explicación de la equinoterapia, la terapia con caballos.
- Vivencias, cómo han evolucionado y cómo se trabaja con Adrián e Iván.
- Los holandeses cuentan su pasado y por qué están en el proyecto “Adiós Holanda”.
- Vivencias y cómo trabajan Nieves y Rebeca.
- Cómo han cambiado los holandeses desde que están en el proyecto “Adiós Holanda” gracias a los usuarios del centro de día.
- Que les aporta a los monitores y a los holandeses estar cerca de los usuarios del centro de día cuando realizan la terapia con caballos.
- Varios recursos y créditos finales.

Está estructurado de esta manera para que el espectador pueda comprender todos los aspectos de este documental: en qué consiste la equinoterapia, cómo los holandeses ayudan a los usuarios del centro de día y cómo estos últimos ayudan a los holandeses a superarse día a día y a mejorar sus problemas pasados. Se van turnando las partes emotivas y las explicativas para que el espectador comprenda y empatice al mismo tiempo.

La técnica que se ha utilizado en *Gracias Laura* ha sido la de cabalgar el audio de las entrevistas sobre los planos recursos e intercalar los planos medios abiertos y los primeros planos de las entrevistas a doble cámara.

En cuanto al orden de montaje, se ha comenzado por la limpieza y orden de planos recursos por el nombre de la persona o grupo de personas y día de grabación. Esta ha sido la parte más costosa, ya que había mucho material grabado. Seguidamente se ha procedido a la limpieza de las entrevistas y su estructura.

Para realizar la estructura del documental, se han visionado las entrevistas de los protagonistas y seleccionado lo más importante o lo que queríamos mostrar. Lo que pretendíamos era ir combinando planos de distintas personas para que no hablara siempre una misma persona.

Cuando ya se tenía la estructura de la entrevista montada, se ha procedido a buscar la música sin derechos en Jamendo¹³. Se ha utilizado cuatro canciones, dos de ellas más emotivas para el final y para el pasado de los holandeses, *Estudio 2* (Diego Fernández, 2008) y *Eyes* (Dave Imbernoon, 2012). Y para el resto del documental, dos más alegres y dinámicas, *Happy Mood Ukelele Pop* (Auditone Music Library, 2014) y *Nex to You* (Mike Allen, 2013).

A continuación se han incrustado los planos recursos mientras las voces de los entrevistados nos cuentan o explican algo relacionado con estos planos. Seguidamente se ha realizado un título inicial animado en Adobe After Effects. Este se ha posicionado en un plano recurso del principio que se iba desenfocando poco a poco, apareciendo el título de *Gracias Laura* con un efecto de escritura.

Después se han añadido los subtítulos en castellano en las partes donde se habla en inglés. Y, finalizando la etapa de montaje se han añadido los créditos finales con el

¹³ <https://www.jamendo.com/es/welcome>

nombre de los protagonistas, equipo técnico y logos de las asociaciones *El Puente* y *Adiós Holanda*.

Tras el montaje final se ha hecho el etalonaje. La técnica de grabación de *CineStyle Profile* de *Technicolor* nos ha facilitado la corrección de color. Se ha decidido por un estilo sencillo, con poco contraste y con tonos verdosos naturales para el resultado final, ya que transmite luz y naturaleza. La corrección de color se ha realizado en Adobe Premiere y con un *preset* para este denominado FilmConvert Pro 2.1¹⁴



¹⁴ <http://filmconvert.com/>

5 RESULTADOS

En este TFG se ha puesto en práctica todo lo aprendido durante los cuatro años de Grado en Comunicación Audiovisual. La documentación ha servido para contextualizar este proyecto. La narrativa y fotografía para dar una continuidad y saber cómo contar una historia de la mejor forma posible. Producción, montaje, realización y dirección han sido las más importante a la hora de realizar *Gracias Laura*, ya que ponerse en contacto con las distintas asociaciones que forman el proyecto, realizar un plan de rodaje, dirigir el documental desde la filmación de los planos recurso hasta las entrevistas y, posteriormente, montar todo el proyecto han sido los puntos más extensos y fuertes de la realización del documental.

Realizar un documental que informe, cuente y haga reflexionar con un presupuesto cero y muchas ganas, era la meta principal de este proyecto. Bajo nuestro punto de vista, los resultados obtenidos se podrían clasificar en varios aspectos.

a) Concienciación social.

Aún hoy en pleno siglo XXI, la persona con discapacidad es víctima de discriminación y prejuicios por parte de la sociedad. La falta de educación o conocimiento que se tiene sobre la discapacidad genera que la sociedad tenga ideas preconcebidas sobre las personas discapacitadas, y esto lleva a la discriminación.



Fig. 13 Fotograma extraído de *Gracias Laura*/Adrián montando a caballo

Gracias Laura conciencia a la gente, ayudándola a ponerse en la piel de personas que tienen distintas dificultades en su día a día y a que se planteen qué hacen ellos por los demás sin tener el tipo de dificultades que tienen los protagonistas del documental. La falta de conocimiento sobre los distintos tipos de discapacidad o personas que han tenido

problemas de drogadicción hace que las personas lleguen a tener prejuicios hacia ellas. *Gracias Laura* es un documental expositivo de carácter social y memorialista o de historia de vida, en el que se retrata a un grupo de personas para ayudar a que estos prejuicios desaparezcan. Ya que en el documental se puede llegar a ver la humildad en estado puro, las ganas de superarse y de ayudar a la persona que se tiene al lado a superarse también.

Además, en la actualidad y con la situación que vivimos, los problemas han salido a flote y la gente necesita conocer historias de superación para ver el lado positivo de la vida y salir adelante.

Gracias Laura conciencia a la gente sobre los prejuicios y da un mensaje positivo de superación para cualquier persona.

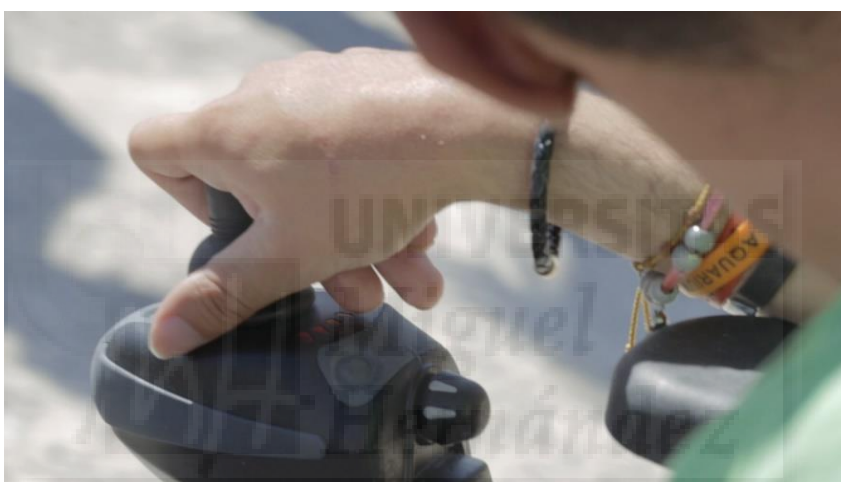


Fig. 14 Fotograma extraído del documental *Gracias Laura*/Iván

b) Dar a conocer la equinoterapia.

Realizar un documental expositivo donde se informe sobre un tema tan complicado como lo es una terapia con animales que ayuda a personas con dificultades en su día a día, requiere documentarse previamente sobre el tema a tratar y sobre las formas de transmitirle la información precisa al espectador para que la entienda y asimile de forma correcta.

En *Gracias Laura* se ha dado a conocer una terapia que no está suplida por la televisión o medios convencionales, la equinoterapia. Un método integral y complementario que utiliza al caballo y su hábitat para contribuir positivamente al desarrollo cognitivo, físico, emocional, social y ocupacional de las personas con necesidades especiales o portadoras de una discapacidad, como en el caso de *Gracias*

Laura. Una terapia que ayuda a cualquier persona en cualquier ámbito y que muchas de las personas que la necesitan no la conocen o creen que es inaccesible para ellas.

Se ha realizado el documental, en gran parte para informar sobre un tema en cuestión que puede ayudar a multitud de personas a conocer en que consiste la equinoterapia.



Fig. 15 Fotograma extraído de *Gracias Laura/Olga* realizando ejercicios

c) Material técnico.

En la actualidad se pueden transmitir multitud de sensaciones a través de una simple cámara de vídeo, siempre y cuando se tenga un mínimo de cultura audiovisual. Hasta con un simple teléfono móvil es posible transmitir y crear un buen producto si se quiere. Grabar un documental sin contar con gran material técnico profesional con calidad de hasta 4K supone un reto, ya que cuanto más calidad a la hora de mostrar un proyecto audiovisual, mejor. Pero hoy en día se puede conseguir una buena calidad con cámaras réflex digitales con opción de vídeo en full HD y 25 fotogramas por segundo. No es comparable con la calidad 4K, pero de lo que se trata es de transmitir emociones y contar historias, y gracias a la democratización de la tecnología, con estas cámaras réflex se puede realizar un buen proyecto si la historia y la cultura audiovisual es buena.

Lo principal a la hora de crear un proyecto es la historia, lo que quieres contar y transmitir. Y esto se puede ver en *Gracias Laura*, que con un presupuesto cero y un equipo mínimo de dos personas se puede crear algo emotivo, real y novedoso. Sea cual sea el tema que se quiere mostrar con un proyecto audiovisual, hay que documentarse previamente. Ver y estudiar documentales, cine y vídeos ayudan a que las ideas florezcan. Hay que conocer previamente lo que se quiere mostrar para poder llegar al espectador.



Fig. 16 Fotograma extraído de *Gracias Laura*/Aimara y Eloy montando a caballo

Por lo tanto, aunque encontramos una imposibilidad para la mayoría de estudiantes de acceder a material profesional como las cámaras Sony que graban a 4K, con *Gracias Laura* se demuestra que con el material accesible que tenemos se puede realizar un buen proyecto audiovisual si la historia, la documentación y la cultura audiovisual son buenas.

d) Resultado final

Gracias Laura explica la equinoterapia y da a conocer la unión de personas discapacitadas y personas con riesgo de exclusión social gracias a esta. Todo esto a través de entrevistas y planos recurso. Además, para darle dinamismo se intercalan evoluciones de los usuarios del centro de día.

El documental *Gracias Laura* comienza con varios testimonios de personas discapacitadas del centro de día *El Puente*. En estos podemos ver lo que significa para ellos Laura, la yegua con la que realizan la terapia. A continuación



Fig. 17 Fotograma extraído de *Gracias Laura*/Entrevista Adrián

se observan diversos planos recursos de la realización de la equinoterapia junto a los jóvenes holandeses, viendo cómo estos ayudan a los usuarios del centro de día. Todo esto acompañado por la canción *Happy Mood Ukelele Pop*, dándole dinamismo y un toque

alegre. Cuando la canción está acabando aparece un último plano recurso desenfocándose mientras aparece el título inicial del documental a modo de escritura, *Gracias Laura*.



Fig. 18 Fotograma extraído del documental *Gracias Laura*/Título inicio

Con *Next to You* de fondo, comienzan las entrevistas de los jóvenes holandeses y de los educadores del centro de día. Michelle y Dirk, dos jóvenes holandeses, comienzan a describir lo que para ellos significa estar con los usuarios del centro de día. Los educadores ahora describen a los chicos holandeses y las labores que realizan con los usuarios. Así ya queda explicado lo que significan los usuarios para los jóvenes holandeses y lo que significan estos para los usuarios, dando a conocer el tema principal del documental, la unión.



Fig. 19 Fotograma extraído de *Gracias Laura*/Entrevista a Romy

El segundo bloque consiste en dar a conocer la equinoterapia. Breves explicaciones de los educadores del centro de día sobre a quién va dirigida y cómo ayuda a las personas.

A continuación se comenta la evolución de dos usuarios del centro de día, Adrián e Iván. Todo esto acompañado de recursos de ellos y escuchando las voces de las entrevistas.



Fig. 20 Fotograma extraído de *Gracias Laura/Iván*

El siguiente bloque consiste en conocer la vida de los jóvenes holandeses. El por qué están en el programa *Adiós Holanda*. Todo acompañado de una canción más emotiva que las anteriores, *Estudio 2*. En este apartado no hay apenas planos recurso que acompañen a la voz, ya que era de gran importancia ver las expresiones y estar centrado en lo que estos jóvenes nos cuentan.



Fig. 21 Fotograma extraído de *Gracias Laura/Entrevista a Dirk*

Vuelve a reproducirse *Next to You* y se habla sobre la evolución de otras dos usuarias del centro de día, Nieves y Rebeca.

Por último, conocemos las sensaciones de los jóvenes holandeses y de los educadores al trabajar con los usuarios del centro de día acompañado por la última canción, *Eyes*. Describen lo que se aportan mutuamente y lo que aprenden gracias a ellos.



Fig. 22 Fotograma extraído de *Gracias Laura*/Entrevista a Paqui

Finalmente, vemos un último conjunto de planos recurso, terminando con uno a cámara lenta. A continuación se lee una frase que describe el tema del documental, *la felicidad no es un destino, sino un camino que se construye a partir de pequeñas cosas*. Y finalmente aparecen los créditos finales.



Fig. 23 Fotograma extraído de *Gracias Laura*/Olga montando a caballo

6 BIBLIOGRAFÍA

- Andreu, P.; Molés, R. *Five Days to Dance* (2014). España: SUICAFilm; REC grabateka estuudioosa. 77 min.
- Bloom, P. *Grabación cinematográfica: cómo se hizo el documental: The Magician's Apprentice con el FS700RH*. Sony Masterclass Seminario Web. 9 min.
- Discapacidades Humanas* (2003). España: Fundación ONCE; Productora Faro. 26 min.
- Enero, T. S. (2015). “Caballos que sanan: La equinoterapia, una alternativa para curar”
URL: <http://www.lanacion.com.ar/1759354-caballos-que-sanan-la-equinoterapia-una-alternativa-para-curar> [última consulta: 20/06/2015]
- Enero, E. G. (2013). “10 Zero Budget Filmmaking Tips” URL:
<http://www.raindance.org/10-zero-budget-filmmaking-tips/> [última consulta: 15/06/2015]
- Irigoyen, A. *La Senda del Triunfo* (2012). España: Jon Ibero. 7 min.
- Kenworthy, C. (2012). *100 advanced cámara técnicas to get an expensive look on your Low-Budget movie*. Michel Wiese Productions; Edition 2.
- León, B. (2009). *Dirección de documentales para televisión: guía, producción y realización*. S.A. Eunsa. Ediciones Universidad de Navarra; Edición 1.
- Mercado, G. (2010). *The filmmaker's eye. Learning (and braking) the rules of cinematic composition*. New York/ London: Focal Press
- Rabiger, M. (2006). *Tratado de dirección de documentales*. Madrid: Omega; edición 4.
- Thompson, D. *Hope for Hurting Hearts* (2013). USA; Italy: Harvest Films. 75 min.
- Vujicic, N. *Verve* (2009). Nick Vujicic. 115 min.