



UNIVERSITAS
Miguel Hernández

Universidad Miguel Hernández

Facultad de Ciencias Sociales y Jurídicas de Elche

Grado en Comunicación Audiovisual



Trabajo Fin de Grado

Curso Académico: 2023-2024

**“Preproducción del cortometraje de
animación Lo que no ves”**

Modalidad C: Carácter práctico y/o profesional

Autora: Clara Eufemia Saborido Moral

Tutor: Sami Natsheh Barragan

ÍNDICE

- 1. Resumen/ abstract y palabras clave**
- 2. Introducción**
- 3. Objetivos**
- 4. Marco teórico**
 - 4.1. La ansiedad social
 - 4.2. Representación de la ansiedad social y otras enfermedades mentales en el cine/ televisión
 - 4.3. Referencias
 - 4.3.1. Visuales
 - 4.3.2. Temáticas
- 5. Realización del proyecto: fases**
 - 5.1. Guion
 - 5.2. Storyboard
 - 5.3. Diseño de personajes
 - 5.4. Diseño de fondos
- 6. Resultados del proyecto**
- 7. Conclusiones**
- 8. Bibliografía**
- 9. Anexos**

1. Resumen

El siguiente proyecto muestra un trabajo de preproducción del cortometraje “Lo que no ves”. Este cortometraje enseña un día en la vida de Laura, una persona que sufre ansiedad social.

El objetivo principal es la creación de una representación exacta de esta enfermedad. También durante el trabajo se destaca la diferencia entre la ansiedad social y la timidez, además de explicar a través de algunos de los ejemplos de enfermedades mentales en el cine y la televisión cómo son las buenas y las malas representaciones de estos.

Seguimos con la parte práctica del proyecto, explicando las diferentes fases de creación del guion, storyboard y diseño de personajes y fondos.

El trabajo explica la importancia de hablar sobre salud mental y eliminar el estigma que hay sobre estas enfermedades.

Abstract



The following project shows pre-production work for the short film “Lo que no ves”. This short film shows a day in the life of Laura, a person who suffers from social anxiety.

The main goal is to create an accurate representation of this illness. Also during the project, the difference between social anxiety and shyness is highlighted, in addition to explaining through some examples of mental illnesses in film and television shows the difference between good and bad representations.

We continue with the practical part of the project, explaining the different phases of creating the script, storyboard and character and background design.

This paper explains the importance of talking about mental health and eliminating the stigma around these diseases.

Palabras clave

Preproducción, animación, ansiedad social, salud mental, timidez y cortometraje

Keywords

Pre-production, animation, social anxiety, mental health, shyness and short film.

2. Introducción

El presente proyecto consiste en la creación de la fase de preproducción de un cortometraje de animación basado en la ansiedad social, titulado “Lo que no ves”. La historia nos muestra un día en la vida de Laura, la protagonista que sufre de ansiedad social. A lo largo del corto podemos ver cómo esta enfermedad interfiere en la mayoría de los aspectos de su vida, ya que se muestra desde su perspectiva, con las reacciones que ciertas situaciones le causan.

El motivo principal para la creación de este trabajo con la temática de la ansiedad social es la necesidad de mostrar más sobre las enfermedades mentales en la media audiovisual, ya que, aunque en los últimos años se hayan creado muchas obras con esta temática, el tema de la ansiedad social no es muy común.

Además, el uso de la animación para representar las emociones de la protagonista ayudará a plasmar de una manera más visual todo lo que esta enfermedad le provoca, así el espectador podrá hacerse una mejor idea sobre cómo es su vida.

Finalmente, a lo largo de este trabajo explicaremos lo que es la ansiedad social, ya que normalmente es confundida con la timidez. La ansiedad social puede surgir debido a muchos factores, ya sean genéticos o incluso debido a algún trauma que el paciente haya sufrido a lo largo de su vida. Todos estos datos serán explicados de manera más extensa a lo largo del trabajo, además

de cómo las enfermedades mentales han sido representadas a lo largo de la historia y cómo de precisas han sido estas.

3. Objetivos

El objetivo principal de este proyecto es conseguir una representación precisa sobre esta enfermedad, para que así la gente que la sufra pueda encontrar una obra audiovisual con la que sentirse identificada, ya que la cantidad de proyectos como este es relativamente baja.

Además de conseguir más apoyo para el sector de las enfermedades mentales y conseguir más recursos para solicitar ayuda y vías de mejora.

También, se busca hacer que la gente que no comprende lo que es la ansiedad social consiga, tras ver la perspectiva de la protagonista, entender esta enfermedad y empatizar con estas personas.

El uso de la animación nos ayudará a plasmar de una manera más visual todas las emociones que recorren al personaje.

4. Marco teórico

4.1. La ansiedad social

Para poder comprender el cortometraje en su totalidad y el porqué de su creación, es necesario entender qué es la ansiedad social ya que, aunque en los últimos años se ha hablado mucho sobre las enfermedades mentales, aún seguimos confundiendo esta enfermedad con la simple timidez.

Primero que todo, debemos entender que tener ansiedad es algo común y que todo el mundo lo sufre, ya sea preocupación por la familia o por la salud. Es una emoción que nos ayuda ante las situaciones de peligro. Sin embargo, en el momento en que esta preocupación llega a niveles extremos, donde la persona que lo sufre ve que su vida se ve afectada por su culpa, estamos hablando de un trastorno de ansiedad. Las personas que sufren de este trastorno pueden sufrir de ansiedad durante varios años de su vida.

La ansiedad social es un tipo de enfermedad más específica, no tan generalizada como lo que hemos explicado anteriormente. En este caso la ansiedad se presenta en situaciones donde la persona que la sufre tiene que hacer alguna interacción social. Esta ansiedad nace de un miedo irracional a sentirse juzgado por el resto de la gente.

El hecho de que la ansiedad social se presente ante situaciones donde tenemos que interactuar con más gente, lleva a que normalmente sea confundida con la timidez. Mientras que la timidez y la ansiedad social comparten algunas similitudes, no podemos dejarnos asumir que sean lo mismo. A continuación, hablaremos sobre las diferencias y similitudes que ambas comparten.

Los síntomas que producen la ansiedad social y la timidez son bastante similares. En ambas podemos encontrar que las personas que lo sufren se ruborizan con facilidad, sienten que su corazón se acelera o sudan más en las situaciones sociales que les causan incomodidad. Además, no todos los síntomas son simplemente reacciones físicas, también pueden ser mentales, como preocuparse por la manera en la que otros los perciben, sentirse incómodo durante situaciones sociales o evaluarse a sí mismos de una manera negativa. Estos son simplemente algunos de los síntomas que se pueden experimentar.

Aunque después de esta explicación parezca que la ansiedad social y la timidez son prácticamente lo mismo, a continuación explicaremos las diferencias que hay entre ambas.

Muchos estudios explican que la timidez es un rasgo de la personalidad que se activa cuando una persona se encuentra en una situación nueva. Normalmente surge en la infancia y causa que el sujeto que la está experimentando se sienta incómodo en situaciones nuevas o durante interacciones sociales.

Por otro lado, la ansiedad social es un tipo de ansiedad donde la persona que la sufre siente un miedo muy intenso a ser juzgada por otras personas. Este miedo normalmente nace en situaciones sociales donde la persona se expone a más gente. Al sentir miedo al sentirse expuestos, las personas que sufren de ansiedad social normalmente permiten que esta enfermedad se interponga entre ellas y el poder llevar una vida normal. Por

ejemplo, el simple hecho de acudir a una tienda de ropa o de zapatos puede causar miedo en esta gente, ya que en una tienda se encuentran más personas, por lo que el miedo a ser juzgado nace y el simple hecho de acudir a una tienda se convierte en una de sus peores pesadillas.

Tras entender qué son la ansiedad social y la timidez, podemos decir con certeza que no son lo mismo. Aunque los síntomas de ambos, de los que hemos hablado anteriormente, al ser tan similares hacen que de cara al mundo exterior se perciban como el mismo problema, ya hemos visto que no. Los estudios explican que la timidez puede ser un rasgo de la personalidad de una persona, algo que, aunque le haga sentir al sujeto incómodo en situaciones sociales, no le produce un miedo paralizante. Por otro lado, aunque no sabemos muy bien por qué surge la timidez, la ansiedad social puede surgir debido a algún trauma, un momento de la vida de una persona donde ésta fue puesta en una situación en la que, de un modo u otro, su autoestima se vió afectada. También puede ser genética.

Entonces, podemos entender que la ansiedad social, a diferencia de la timidez, es una condición médica que debe ser tratada para que la persona que la sufre pueda llevar a cabo una vida normal, sin tener que evitar situaciones cotidianas por el miedo a ser juzgado.

4.2. Representación de la ansiedad social y otras enfermedades mentales en el cine/ televisión

Durante toda la historia del cine y la televisión podemos encontrar poca representación de enfermedades mentales, y cuando por fin podemos ver alguna película o serie en la que se habla de este tema, normalmente la persona que la sufre no está bien representada.

Normalmente vemos estos trastornos cargados de estereotipos o incluso mezclando los síntomas de unas enfermedades con otras. El ejemplo más común de enfermedades mentales en el cine o televisión es del psicópata, que se convierte en un asesino. Esto lo podemos ver en películas como "Psicosis" (1960) o en "El silencio de los corderos" (1991), donde nos encontramos a un Hannibal Lecter que sufre de trastorno antisocial de la personalidad.

Al ser estas las representaciones más comunes y más famosas de las enfermedades mentales, no es de extrañar que el público general asocie a un enfermo mental con un “loco violento”. Se exageran muchos de los síntomas que sufre una persona o simplemente se crea a un personaje con diferentes problemas para después escudarse en que tiene una enfermedad mental, solo para hacer la trama más interesante y añadir tensión, sin tener en cuenta o preocuparse de si la imagen que están transmitiendo es apropiada o acertada.

Podemos encontrar muchas malas representaciones de casos de salud mental, empezando por la ya mencionada anteriormente “Psicosis” (1960) y “El Resplandor” (1981). En ambas podemos ver que tratan la esquizofrenia como un trastorno que hace que la persona que lo sufre se vuelva violenta y comience a asesinar gente. Estigmatizan enfermedades como esta simplemente por el morbo y ganar más público. Por otro lado, también se han plasmado distintos diagnósticos en tono de comedia, como en la película “Toc toc” (2017), donde vemos cómo se aborda el tema del Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC) en tono cómico. Este trato a las personas con este trastorno es ofensivo, ya que se las representa como algo que deba hacer gracia, gente tan obsesionadas con el orden o limpieza que no pueden ni llevar a cabo una vida normal.

Entonces, estas películas, tan famosas e icónicas, nos llevan a la idea de que la gente con alguna enfermedad mental solo pueden ser violentas o un chiste que nos haga reírnos de ellos.

Aunque también hay películas y series que nos salvan de estos estereotipos y nos explican más sobre las enfermedades mentales y cómo son las personas que las sufren.

En la película “Cisne negro” (2010) podemos ver cómo la protagonista desarrolla una psicosis debido a la gran presión que siente por su necesidad de llevar a cabo una actuación perfecta del “Lago de los cisnes”. La película nos muestra cómo esta presión lleva a la protagonista a confundir lo que es la realidad y lo que no, incluso a autolesionarse debido a la alta presión a la que está expuesta. Esta película en concreto enseña algo muy común en las personas que sufren de enfermedades mentales, que es la necesidad de mostrar que están bien de cara al resto de la gente.

Otra película que mencionar es “Las ventajas de ser invisible” (2012), donde el protagonista, Charlie, un chico con depresión que lidia con la muerte de su mejor amigo. Durante la película vemos como el protagonista sufre diferentes episodios de ansiedad y depresión. Estos problemas muestran de manera realista, vemos cómo estos afectan su día a día y sus relaciones con los demás. Además, a lo largo de la película se explica que Charlie también lidia con Trastorno de Estrés Postraumático, debido al abuso sexual que sufrió en su infancia. Este filme no romantiza ninguno de los problemas que sufre el protagonista sino que los vemos de manera realista y estos no definen el carácter de este, ya que también vemos más cosas a parte de sus problemas con la salud mental.

También podríamos destacar las películas “Del Revés” (2015) y “Del Revés 2” (2024). En ellas vemos cómo se muestran las emociones de una chica preadolescente, además de su paso a la pubertad en la segunda película. En ambos filmes podemos ver cómo se trata la importancia de las emociones, incluso llegando a haber un personaje llamado Ansiedad en la segunda parte. Este personaje representa perfectamente lo que es la ansiedad, incluso llegando a decir que ella se preocupa del futuro, para proteger a la protagonista, Riley, de las cosas que ella no puede ver. La ansiedad nos provoca miedo por situaciones que todavía no han pasado y en esta película, el personaje de Ansiedad incluso tiene un departamento para crear escenarios que podrían pasar en el futuro si la protagonista toma según que decisiones. Es una gran representación de cómo la ansiedad puede llegar a afectar a una persona y cómo trabaja. La película no nos intenta demostrar que la ansiedad es mala, de hecho incluso el personaje se defiende diciendo que solo quiere proteger a Riley, sino que lo que no explica es que la ansiedad es útil en dosis normales, ya que nos puede proteger, pero si tenemos mucha ansiedad estos puede derivar en un problema grave.

En cuanto a series de televisión, uno de los mejores ejemplos es el de “SKAM” (2015). En cada temporada de esta serie nos centramos en un personaje distinto y el caso de la salud mental se toca en la temporada 3, teniendo como protagonista a Isak. La trama principal nos muestra como de complicada es su vida debido a su conflicto interno de ser homosexual habiendo sido criado con una madre muy religiosa. El argumento de las

enfermedades mentales sale cuando Isak conoce a Even, un chico más mayor del que se acaba enamorando. Este chico tiene algunos comportamientos extraños y nos enteramos de que tiene trastorno bipolar después de que sufriera un episodio maníaco. La temporada nos muestra cómo Even lidia la situación tras ese episodio aislándose de la gente y faltando a clase. Aunque al principio se diga que este chico no tiene la capacidad de sentir como una persona normal, finalmente la serie nos explica lo que es realmente la bipolaridad y que la gente que la sufre es gente normal. Al final Isak no “cura” a Even, simplemente se informa y busca la manera de mejor entender lo que es esta enfermedad. Esta serie es muy importante ya que, al ir dirigida a un público más joven, enseña desde más pronto que las enfermedades mentales no son algo que nos tenga que dar miedo ni vergüenza.

En el caso de la ansiedad social, no encontramos muchas películas que se centren específicamente de este tema, normalmente lo encontramos en algún personaje secundario, o en algunos casos principal, que tiene rasgos que podemos asociar con la ansiedad social.

Algunas películas de éxito que nos muestran personajes con un perfil de persona que sufre de fobia social son “Amélie” (2001).

En el caso de “Amélie” vemos a la protagonista, Amélie, siendo una chica introvertida que vive con el miedo de crear relaciones con el resto de personas. Aunque no se describa directamente como un personaje y una película centrados en la ansiedad social, el personaje principal muestra algunas características de un perfil de una persona que sufre este trastorno.

El tema de la salud mental en el cine o televisión ha cambiado mucho en los últimos años y nos ha ayudado a comprender más las enfermedades mentales. Aunque en el caso de la ansiedad social aún hay camino por recorrer, ya que existen muy pocas series o películas que la representen.

4.3. Referencias

4.3.1. Visuales

En una obra audiovisual de animación los referentes visuales son esenciales, ya que estos nos guían para crear la personalidad del proyecto y nos ayudan a transmitir las emociones que queremos proyectar al espectador.

En nuestro cortometraje, nos hemos guiado por un estilo de dibujo bastante simple, inspirado en vídeos que podemos encontrar en diferentes redes sociales, como Youtube o TikTok. En concreto, podemos decir que el referente principal ha sido el estilo de dibujo del canal de Youtube “TikTak Draw”. El objetivo de usar diseños simples es para que el espectador se centre en las emociones que la historia transmite más que en el dibujo.

Al utilizar un estilo similar al que podemos ver en redes sociales, podemos llegar a un público joven, que comprende este código ya que está acostumbrado a él gracias a su presencia en internet. Estos dibujos tan familiares para el espectador joven, hará que se sienta más predispuesto a visualizar el cortometraje.

4.3.2. Temáticas

En el caso del desarrollo de la trama del cortometraje, las referencias temáticas son muy importantes, ya que hablamos sobre un tema delicado como es una enfermedad mental.

Películas como “Al filo de los diecisiete” (2016) o “Las ventajas de ser invisible” (2012) han servido de inspiración a la hora desarrollar la trama del cortometraje. No son películas que hablen sobre ansiedad social explícitamente, sino que nos muestran la vida de adolescentes y adultos jóvenes que luchan en su día a día, ya sea con enfermedades como la ansiedad o la depresión, o simplemente por tener baja autoestima y no encajar bien en la sociedad.

La manera en que se representa a los personajes principales como gente compleja, que van más allá de sus enfermedades mentales pero que aún así estas rigen gran parte de su vida, hacen que sean una guía para poder desarrollar nuestra historia de una manera realista y emocional. Estos referentes nos ayudan a poder crear una trama que conecte con el espectador y apele a sus sentimientos.

5. Realización del proyecto: fases

5.1. Guion

La creación del guion es una de las etapas fundamentales de creación de cualquier obra audiovisual, ya que este nos narra la historia que vamos a representar durante el cortometraje. En el guion presentamos a los personajes, las localizaciones y la trama que nos guiará durante todo el filme.

En nuestro caso, para la escritura del guion tenemos que informarnos sobre la ansiedad social, comprender qué sienten las personas con esta enfermedad, los síntomas que experimentan y en qué tipo de situaciones notan que la ansiedad les nace.

Tras haber recopilado toda la información necesaria para poder crear una historia realista, lo que debemos hacer a continuación es crear unos personajes con distintas personalidades y, en el caso de este cortometraje, crear a una protagonista con las características de una persona que sufre de ansiedad social.

Después de tener toda esta información que necesitamos, comenzamos a idear la historia que queremos contar con el guion. Es importante tener una estructura planeada y seguirla, en este caso la típica estructura de planteamiento, desarrollo y desenlace.

Dentro del guion, en cada escena debemos indicar en primer lugar si esta tiene lugar en el interior o el exterior; después el lugar específico, por ejemplo “La casa de Laura”; y finalmente si es durante el día o la noche.

El guion de “Lo que no ves” se ha escrito intentando mostrar tanto la perspectiva de Laura, nuestra protagonista, como en tercera persona, para así

poder ver las diferencias de lo que ocurre dentro de la mente de Laura con la realidad. Por ejemplo, en una situación donde hay un grupo de adolescentes riéndose, la perspectiva de Laura nos muestra que se están riendo de ella, mientras que desde fuera podemos ver que no es cierto. Este es el modo en el que se ha elegido representar la ansiedad social que sufre la protagonista, saliendo y entrando de su perspectiva para poder comprender lo que le pasa por la cabeza en ciertas situaciones.

5.2. Storyboard

El storyboard nos ayuda a visualizar el guion, también lo podemos llamar guion gráfico. En él lo que hacemos es desglosar las secuencias en diferentes planos teniendo en cuenta diferentes aspectos, como el ángulo, movimientos, etc. Nos ayuda a tener una idea más gráfica de cómo será el resultado final de la obra. El storyboard puede tener diferentes grados de detalle, cuanto más detallado esté podremos tener una idea más clara de otros elementos, como la iluminación. En el caso de una obra animada, el storyboard es esencial, ya que ayuda a planificar de un modo más exacto todo antes de comenzar el desarrollo de la animación.

Es creado por un artista de storyboard. Esta persona debe tener nociones de puesta en escena, composición y montaje, además de saber transmitir con el dibujo.

En el storyboard enumeramos cada escena y cada plano dentro de ella, además debemos señalar aspectos que sean esenciales para poder comprender el contenido. En el caso de “Lo que no ves”, podemos ver que hay muchas notas sobre el audio, donde se especifica en qué escenas se tienen que escuchar latidos del corazón, risas o ruido blanco. Esto nos ayuda a poder representar los síntomas de una persona con ansiedad social, como la aceleración del corazón. Además, el storyboard nos ayuda a visualizar los momentos en los que la ansiedad aumenta en la protagonista, oscureciendo el plano o con garabatos que compliquen la visión al espectador, representando un ataque de ansiedad.

5.3. Diseño de personajes

Tras tener tanto el guion como el storyboard finalizado, procedimos a crear el diseño de los personajes del cortometraje. Como hemos mencionado en el apartado de referencias visuales, los diseños de los personajes están basados en personajes que podemos encontrar en redes sociales, para poder conectar con la audiencia más joven y así poder educar sobre salud mental a las generaciones más jóvenes. Además, el trazo simple de los personajes nos ayuda a centrarnos más en el mensaje que se está intentando transmitir, ya que no distraemos al espectador con diseños más complejos y demasiados estímulos.

Cada personaje tiene un color distintivo, que han sido seleccionados para poder representar elementos simbólicos y emocionales en relación a la protagonista, Laura.

El color principal del personaje de Laura es el amarillo, este aunque se asocia con la energía y la creatividad, también puede representar la ansiedad. Es un color que provoca muchos estímulos, por lo que en algunas personas genera ansiedad. Nuestra protagonista es de color amarillo para así representar este estado de ansiedad que le caracteriza durante todo el cortometraje, pero además, el amarillo también nos ayuda a identificarla como el personaje principal de la historia. Este color es muy llamativo, nos hace girar la cabeza para verlo, por ello la protagonista es la única persona que es de color amarillo, pero en el caso de Laura es en un tono bastante apagado, ya que por su ansiedad social, evita llamar la atención del resto de la gente y pasar desapercibida.

En el caso de los amigos de Laura, Diana y Pablo, ambos están diseñados en dos tonos de azul distinto. El azul en psicología está asociado con la amistad, confianza y lealtad. Al ser el cortometraje visto desde la perspectiva de Laura, estas son características que ella asocia con sus amigos. Ambos amigos están representados con distintos tonos de azul. En el caso de Diana, su azul es bastante claro, un tono que representa la tranquilidad y protección, también transmite relajación. En el cortometraje vemos como Laura, al ver a sus amigos, se relaja, esto lo representamos visualmente con este tono

de azul. Por otro lado, el diseño de Pablo es con un tono de azul más oscuro, que está asociado con la fidelidad y la estabilidad, de nuevo mostrando estos sentimientos de tranquilidad que los amigos de Laura le transmiten.

Por último, nos encontramos con los personajes que no forman parte de la vida de Laura, o los “extras”, que están representados de color rojo. Este color tiene diferentes significados, pero en este caso nos centramos en algunos en específico, como la ira y la agresividad. Además, la psicología del color nos explica que el rojo aumenta la frecuencia cardíaca, uno de los síntomas de la ansiedad social. El motivo por el que esta gente exterior esté diseñada de color rojo es porque Laura los visualiza como enemigos, figuras amenazantes en su entorno, que hacen que se le acelere el corazón y no sienta que pueda estar segura mientras está en su presencia. Todos estos personajes “enemigos” comparten el mismo diseño y las mismas características, ya que desde la perspectiva de la protagonista estos son vistos como una masa uniforme de gente hostil, preparada para atacarla en cualquier momento. Carecen de personalidad propia ya que Laura solo puede identificarlos por el miedo que estos le provocan.

5.4. Diseño de fondos

Al igual que en el diseño de los personajes, los fondos de este cortometraje son de un diseño simple, con la intención de focalizar toda la atención del espectador en la trama y las emociones que siente Laura. Son dibujos minimalistas, acompañando al estilo de los personajes.

Estos diseños tan poco complejos se usan como contraste al mundo interno de la protagonista, ya que sus emociones tan complejas son lo que hace que la trama continúe y mantenga al espectador interesado. Es Laura y su forma de ver el mundo lo que hace que los fondos sean como son, ya que al estar tan centrada en sus pensamientos no percibe el mundo exterior con la misma nitidez que cualquier otra persona.

El uso de una paleta de colores en su mayoría suave, ayuda a dar esa sensación que buscamos de neutralidad, que además resalta la relación que

tiene la protagonista con el mundo exterior, que hace que se sienta bastante aislada, ya que en el momento en el que sale de casa le nace el miedo a ser juzgada que le surge debido a su ansiedad social.

El diseño de estos fondos están pensados específicamente para apoyar la idea de que lo principal del cortometraje son las emociones que nos transmiten los personajes.

6. Resultados del proyecto

El proceso de la preproducción del cortometraje “Lo que no ves” nos ha dejado con diferentes resultados esenciales que nos servirán para poder pasar a la fase de producción del proyecto.

En primer lugar, a través del guion hemos podido definir la trama principal del cortometraje y a poder transmitir las emociones de una persona con ansiedad social. Toda la investigación previa que hemos hecho sobre esta enfermedad mental se ve reflejada en el guion, a través de los diálogos y los pensamientos de la protagonista. El guion nos ha servido de cimiento para poder continuar con la preproducción.

El storyboard nos ha mostrado de manera visual cómo se vería la estética del guion que habíamos creado previamente. Es importante ya que nos da una primera vista sobre cómo sería el resultado final del cortometraje.

Tanto el diseño de los personajes como el diseño de los fondos se han desarrollado con éxito, ya que ambos cumplen la función de no distraer al espectador, dado su simpleza, y que este se centre en el aspecto emocional del proyecto, para que puede aprender y prestar atención a lo que sufre una persona con ansiedad social.

Finalmente, podemos decir que estos cuatro resultados nos han ayudado para poder ser el fundamento sobre el que crear el futuro proyecto del cortometraje.

7. Conclusiones

El objetivo principal de este proyecto era la representación precisa de la ansiedad social, además de eliminar la creencia de que la ansiedad social y la timidez son lo mismo. Considero que este objetivo se ha cumplido, ya que a través de las diferentes fases del trabajo se puede apreciar las emociones por las que pasa la protagonista. Además, eligiendo representar cómo es un día en la vida de una persona con ansiedad social, ayuda a explicar lo que experimenta la gente con esta enfermedad, enseñando al espectador la lucha interna por la que pasan.

El guion ha sido uno de los elementos fundamentales del trabajo, ya que por medio de él hemos logrado representar el mundo interno de Laura, nuestra protagonista. También, el storyboard nos ha ayudado a poder visualizar la estética que seguiría al cortometraje. Además, gracias a que es un cortometraje de animación, esto nos permite crear.

Este trabajo demuestra la importancia de una buena documentación, ya que sin todo el trabajo de investigación realizado previamente, este proyecto habría podido alcanzar el objetivo de una representación acertada de la ansiedad social. También debemos destacar el valor que tiene contar con una estructura antes de pasar a la fase producción.

Finalmente, la realización de la preproducción del cortometraje “Lo que no ves” nos ha ayudado a notar la importancia de las emociones en el diseño visual dentro de los trabajos de animación. Como hemos visto anteriormente, hay muy poca representación de la ansiedad social en el cine, por lo que este proyecto puede servir de inspiración y guía para futuros trabajos sobre este tema.

8. Bibliografía

Aspectos cognitivos, emocionales, genéticos y diferenciales de la timidez. (s.

f.). *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*.

<https://www.researchgate.net/profile/Antonio-Cano-Vindel/publication/230>

[577073 Aspectos cognitivos emocionales geneticos y diferenciales d e la timidez Cognitive emotional genetic and differential facets of s hyness/links/09e41501998e4cfb48000000/Aspectos-cognitivos-emocion ales-geneticos-y-diferenciales-de-la-timidez-Cognitive-emotional-genetic- and-differential-facets-of-shyness.pdf](https://doi.org/10.1016/s0377-4732(08)70023-3)

Beltri, R. T., & Fuentes, À. C. (2008). Psicopatía: una entidad clínica controvertida pero necesaria en psiquiatría forense. *Revista Española de Medicina Legal*, 34(1), 25-35.

[https://doi.org/10.1016/s0377-4732\(08\)70023-3](https://doi.org/10.1016/s0377-4732(08)70023-3)

Cinco películas que te permitirán comprender la ansiedad social. (2021, 26 marzo). SoyAire.

<https://www.soyaire.com/mente/Cinco-peliculas-que-te-permitiran-compr ender-la-ansiedad-social--20210326-0017.html>

Cuncic, A., MA. (2024, 7 marzo). *Differences Between Shyness and Social Anxiety Disorder.* Verywell Mind.

<https://www.verywellmind.com/difference-between-shyness-and-social-a nxiety-disorder-3024431>

DurÁN, P. S., & DurÁN, P. S. (2023, 13 enero). Retro reseña: Las ventajas de ser invisible y los estragos de la depresión. *Cine&Series.*

<https://www.mundiario.com/cineseries/articulo/netflix/retro-resena-ventaja s-ser-invisible-estragos-depresion/20230113031916005252.html>

George, S. (2019, 15 octubre). Why Skam's portrayal of mental illness is so important. *The Odyssey Online*.

<https://www.theodysseyonline.com/why-skams-portrayal-of-mental-illness-is-so-important>

Jorge, & Jorge. (2023, 25 julio). *El poder del amarillo: su significado y efectos psicológicos en la mente humana*. psicologiamentesalud.com.

<https://psicoadsense.cafeyarmonia.com/el-impacto-psicologico-del-color-amarillo-descubre-su-significado-y-efectos-en-la-mente-humana/>

Manual psicoeducativo para personas con ansiedad social. (s. f.).

<https://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo45.pdf>

manatiseo@gmail.com. (2023, 7 octubre). *Psicología del color amarillo, simbolismo y significado*. Significado Colores.

<https://significadocolores.es/amarillo/>

Mollá, J. M. (2024, 2 agosto). Ansiedad social y timidez: ¿son lo mismo? *VIU España*.

<https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/ansiedad-social-y-timidez-son-lo-mismo>

Morón, A. (2023, 28 marzo). *significado del color rojo*. Puntillismo.org.

<https://puntillismo.org/blog/significado-del-color-rojo/>

Pérez-Chirinos, V. (2024, 7 mayo). El significado del color rojo, símbolo de fuerza, pasión... y mucho más. *Cuerpamente*.

https://www.cuerpamente.com/psicologia/significado-color-rojo-color-fuerza-pasion-mucho-mas_12354

Pino, I. M. F. (2024, 1 junio). *Los mitos y estigmas sobre los trastornos mentales en el cine*. Radio Angulo.

<https://www.radioangulo.cu/2024/06/01/los-mitos-y-estigmas-sobre-los-trastornos-mentales-en-el-cine/>

Portrayals of Mental Illness in Film and the Impact on Viewers, Individuals with Mental Illness, and Mental Health Treatment – Portrayals of Mental Illness. (s. f.).

<https://amattleresearch.digitalscholar.rochester.edu/portrayals-of-mental-illness-in-film-and-the-impact-on-viewers-individuals-with-mental-illness-and-mental-health-treatment/>

Qué significa el color azul en psicología. (2021, 6 abril). Psicología-Online.

<https://www.psicologia-online.com/que-significa-el-color-azul-en-psicologia-5322.html>

¿Qué significa y representa el color rojo en psicología? (2024, 20 junio).

PsicoActiva.

<https://www.p psicoactiva.com/blog/que-significa-y-representa-el-color-rojo-en-psicologia/>

Representación de las enfermedades mentales y sus tratamientos en el cine: como afecta a la psiquiatría y al estigma (21.^a ed.). (2020).

<https://psiquiatria.com/congresos/pdf/1-7-2020-1-PON35.pdf>

Social Anxiety Disorder: More Than Just Shyness. (2022). *National Institute Of Mental Health*, 22-MH-8083.

<https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/documents/health/publication/s/social-anxiety-disorder-more-than-just-shyness/social-anxiety-disorder-more-than-just-shyness.pdf>

Suarez, J. D. (2024, 27 abril). Las 20 mejores películas sobre la ansiedad para comprenderla. *Rincón de la Psicología*.

<https://rinconpsicologia.com/peliculas-sobre-ansiedad/>

Trastorno de ansiedad generalizada: Cuando no se puede controlar la preocupación. (s. f.). *National Institute Of Mental Health*, 22-MH-8090S.

[https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/documents/health/publication/espanol/trastorno-de-ansiedad-generalizada-cuando-no-se-pueden-controlar-las-preocupaciones-new/trastorno de ansiedad generalizada.pdf](https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/documents/health/publication/espanol/trastorno-de-ansiedad-generalizada-cuando-no-se-pueden-controlar-las-preocupaciones-new/trastorno%20de%20ansiedad%20generalizada.pdf)

Trastorno de ansiedad social (fobia social). (2016). *Revista Médica Sinergia*, 1(4), ISSN 2215-4523.

<https://Dialnet-TrastornoDeAnsiedadSocialFobiaSocial-7070342.pdf>

V, J. (2024, 12 mayo). *8 movies that got mental illness (Mostly) right*. The Mighty.

<https://themighty.com/topic/mental-health/good-portrayals-mental-illness-movies-depictions/>

9. Anexos

Anexo 1: guion

1.INT. CASA DE LAURA - DÍA

LAURA (24) está en la cocina de su casa cocinando la comida de hoy. Tras esto, la coloca en un plato y se sienta en la mesa para comerla. Tras comerla y con una sonrisa, recoge la mesa y limpia los platos y sartenes sucias.

Laura se dirige al salón que conecta con la cocina, móvil y auriculares en mano. Se sienta en el sofá, se coloca los auriculares en los oídos y comienza a escuchar música.

El móvil de Laura suena indicando la llegada de un mensaje nuevo. Esta lo coje y lo mira.

DIANA (MENSAJE)

Tíos, ¿os apetece quedar a tomar un café?

PABLO (MENSAJE)

De una. ¡Claro!

Laura deja de estar relajada. La música de sus auriculares sigue sonando pero ella ya no la oye. Lo único que puede escuchar es su respiración agitada y el irregular latido de su corazón.

2.EXT. CALLE CENTRO DE ALICANTE - DÍA

LAURA camina por una calle muy transitada del centro de Alicante. Desde su perspectiva todo el mundo la está mirando, apuntándole con el dedo y cuchicheando sobre ella. El corazón, al igual que su respiración, se le acelera e intenta evitar el contacto visual con la gente.

En realidad, nadie la está mirando. Todas las personas de la calle están inmersas en sus conversaciones y ni siquiera la están mirando.

Laura continúa andando por la calle hasta que llega a una cafetería llamada "CAFÉ CENTRAL" y entra a esta.

3.INT. CAFETERÍA "CAFÉ CENTRAL" - DÍA

Después de entrar por la puerta LAURA rápidamente localiza a sus amigos en una de las mesas del fondo. PABLO (23) le está haciendo señas para que se siente con ellos. Laura va directa a sentarse y DIANA (24) le sonríe.

DIANA
(Contenta) Por fin, ya
estamos todos.

Tras sentarse, Laura se encuentra mucho más tranquila y consigue relajarse.

Los tres cojen el menú y lo leen para decidir qué van a pedir.

Después de unos segundos un camarero llega a la mesa para tomarles la nota.

Laura deja de tener un semblante relajado y se pone tensa. Desde su perspectiva ella ve como todos los clientes y trabajadores de la cafetería la están mirando, incluidos sus dos amigos.

LAURA
(Nerviosa) Un café con
leche, por favor.

El camarero se va y todo vuelve a estar normal, nadie la mira y sus amigos están hablando como siempre, pero ella no puede escuchar la conversación. Aún está muy tensa e intenta relajar su respiración.

Después de un par de respiraciones profundas, consigue tranquilizarse lo suficiente como para sonreír y volver a la conversación con sus amigos.

4.EXT. CALLE CENTRO DE ALICANTE - DÍA

LAURA, DIANA y PABLO están caminando por las calles del centro. Los tres están metidos en una conversación animada mientras caminan a sus respectivas casas cuando, de repente, Laura escucha a un grupo de gente joven reírse.

Esa risa es lo único que puede escuchar Laura. Ella busca al grupo con su mirada y los ve sentados más adelante en un banco. El grupo consta de 3 chicos y 2 chicas, con apariencia de tener entre 17 y 18 años.

Desde la visión de Laura esos chicos se ríen mientras la miran y apuntan a ella con el dedo. Aunque ahora no son solo los chicos del banco, Laura mira alrededor y todas las personas de la calle la están mirando, esperando a que cometa algún error y poder reírse de ella, al igual que los chicos del banco. No se puede centrar en otra cosa y su corazón se acelera.

PABLO
(A lo lejos) ¿Estás bien?

Laura se gira a mirar a Pablo y consigue recomponerse rápidamente y afirmar con la cabeza. Aún no está tranquila del todo.

El grupo de los tres amigos continúa caminando y vemos que toda la gente de la calle actúa como si nada hubiera pasado. El grupo de adolescentes no les miran a ellos sino

al teléfono móvil de uno de los chicos, con el pelo oscuro y pecas. El grupo de Laura pasa por su lado pero ellos no les miran, al igual que el resto de los transeúntes de la calle, ya que ellos ni siquiera se habían dado cuenta de su existencia.

5.INT. CASA DE LAURA - NOCHE

Laura entra en su casa y cierra la puerta. Todo está en silencio. Entonces la chica comienza a analizar todo lo que ha ocurrido durante su salida de casa. Sus pensamientos no tardan en atacarla. «Has actuado rarísimo hoy, seguro que se han dado cuenta», «Se habrán aburrido seguro conmigo, normal, si soy un coñazo», «No van a querer quedar más conmigo».

Laura se adentra más en su casa. Su respiración se agita y siente mucho calor. Se mira las manos y ve que están temblando.

Sus pensamientos no cesan, le siguen gritando al oído «Solo quedan conmigo por pena», «Dios, qué ridícula que soy, normal que me odien», «Me odian seguro, solo se reían conmigo para aparentar».

Sus manos no dejan de temblar y no consigue controlarlas, su corazón está muy acelerado y respirar le cuesta tanto como calmar sus manos.

Ya no puede descifrar sus pensamientos, para ella son solo ruido blanco. La visión de Laura comienza a distorsionarse, solo puede ver escenas del día que ha tenido; a sus amigos en la cafetería mirándola con cara de odio, el grupo de adolescentes en el banco riéndose de ella y señalándole y a la gente de la calle mirándole fijamente.

En medio de todas esas emociones, suena el teléfono de Laura indicando la llegada de un mensaje. Esta, con manos temblorosas, lo coje y lo lee.

DIANA (MENSAJE)

Chicos, tenemos que quedar más veces. ¡Me lo he pasado genial!

PABLO (MENSAJE)

¡Ya ves! Sois las mejores.

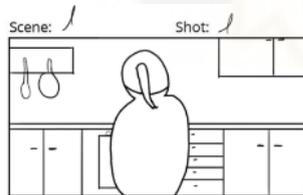
Después de leer los mensajes Laura no oye nada, todo se queda en silencio. Toma tres respiraciones agitadas más para intentar calmarse.

Finalmente lo consigue y, con los ojos cerrados, exhala una última respiración profunda.

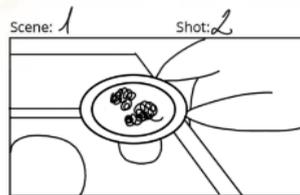
Anexo 2: Storyboard

PRODUCTION: **Lo que no ves**

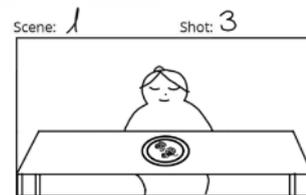
PAGE: **1**



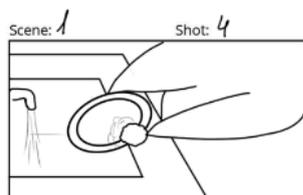
Audio: Comida cocinándose



Audio:



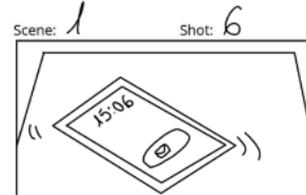
Audio:



Audio: Agua corriendo



Audio: Música baja (desde los auriculares)



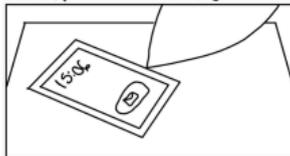
Audio: Fin de la música
Vibración

Scene: 1 Shot: 7



Audio: _____

Scene: 1 Shot: 8



Audio: _____

Scene: 1 Shot: 9



Audio: Notificación de mensaje

Scene: 1 Shot: 10



Audio: Latido de corazón
 Respiración agitada

Scene: 2 Shot: 1



Audio: _____

Scene: 2 Shot: 2



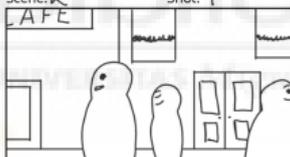
Audio: SUSURROS

Scene: 2 Shot: 3



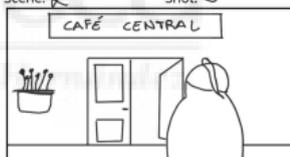
Audio: Ruido blanco

Scene: 2 Shot: 4



Audio: Fin ruido blanco
 Sonido de calle

Scene: 2 Shot: 5



Audio: _____

Scene: 3 Shot: 1



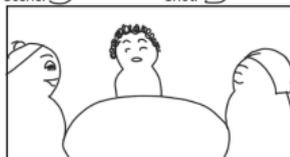
Audio: _____

Scene: 3 Shot: 2

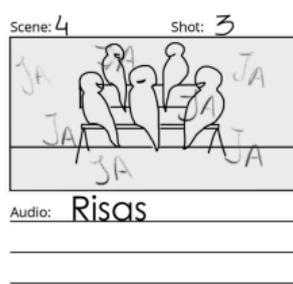
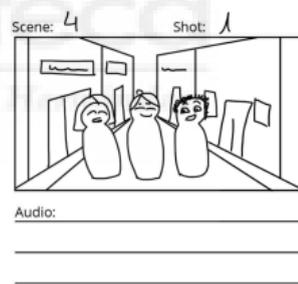
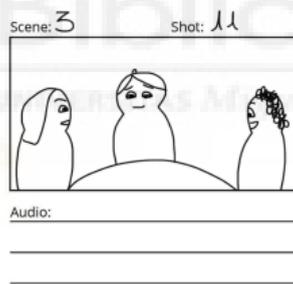
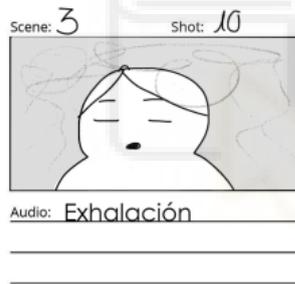
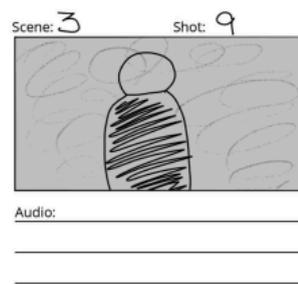
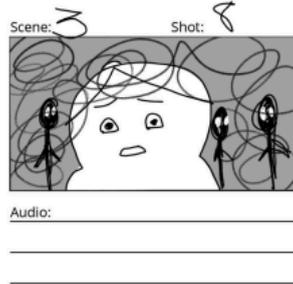
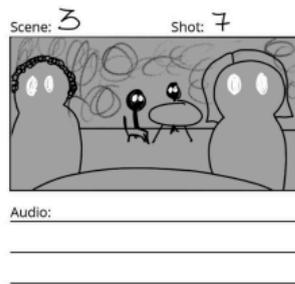
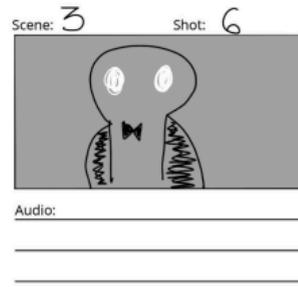
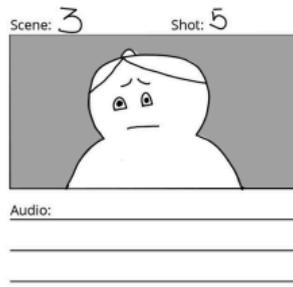
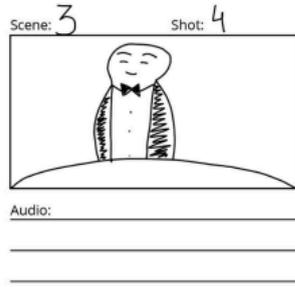


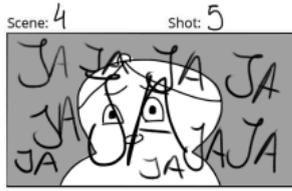
Audio: _____

Scene: 3 Shot: 3

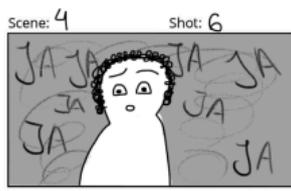


Audio: _____





Audio: Carcajadas



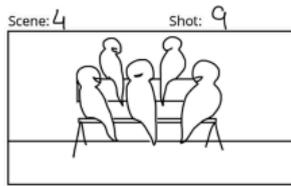
Audio: Risa lejana



Audio:



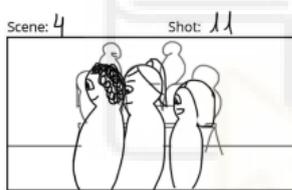
Audio:



Audio:



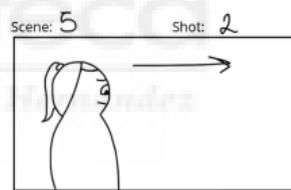
Audio:



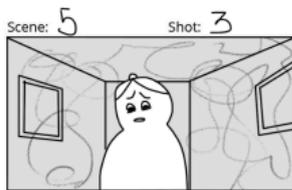
Audio:



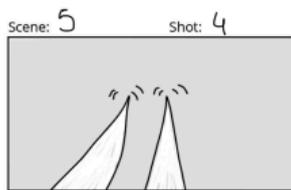
Audio: Puerta cerrándose



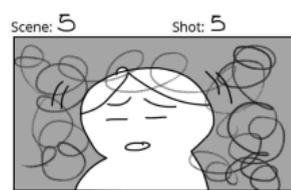
Audio: Voz en off
"Has actuado rarísimo hoy
seguro que se han fijado!"



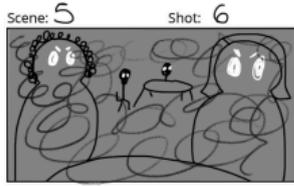
Audio: Voz en off
"Se habrán aburrido conmigo"
"No van a querer volver a quedar"



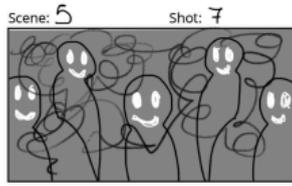
Audio:



Audio: Voz en off
"Me odian seguro"

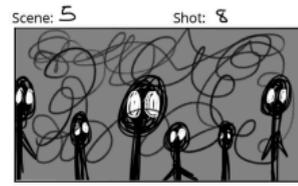


Audio: Ruido blanco



Audio: Ruido blanco

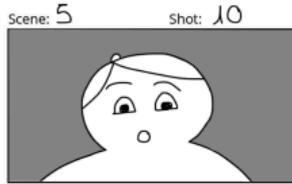
Risas



Audio: Ruido blanco



Audio: Ruido blanco



Audio: Fin del ruido blanco

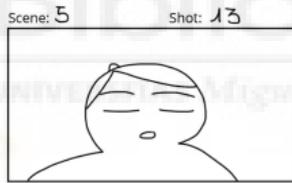
Notificación de mensaje



Audio:

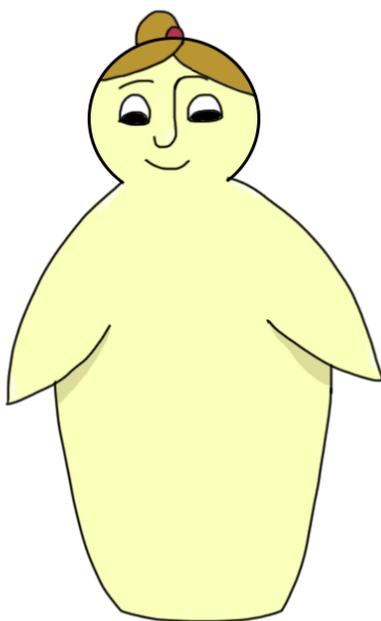


Audio: Respiración agitada



Audio: Exhalación profunda

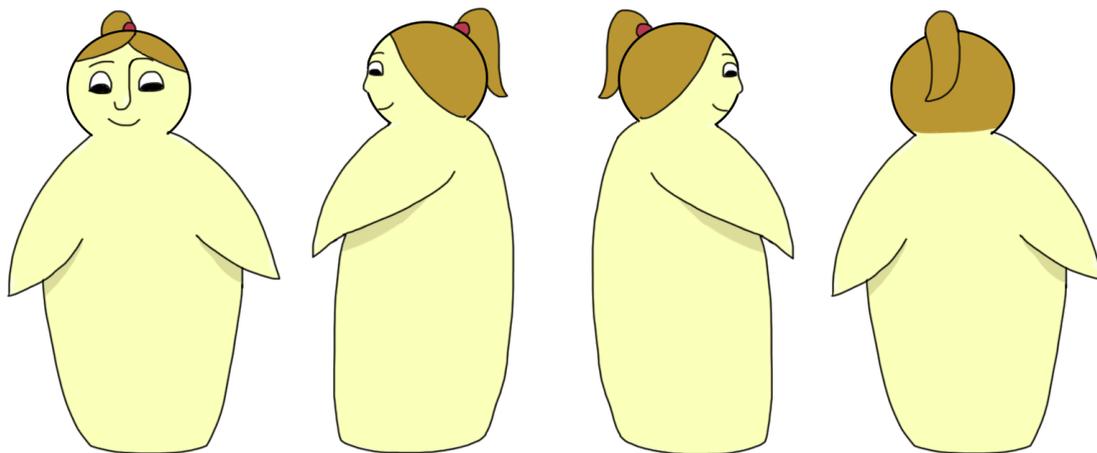
Anexo 3: Personajes



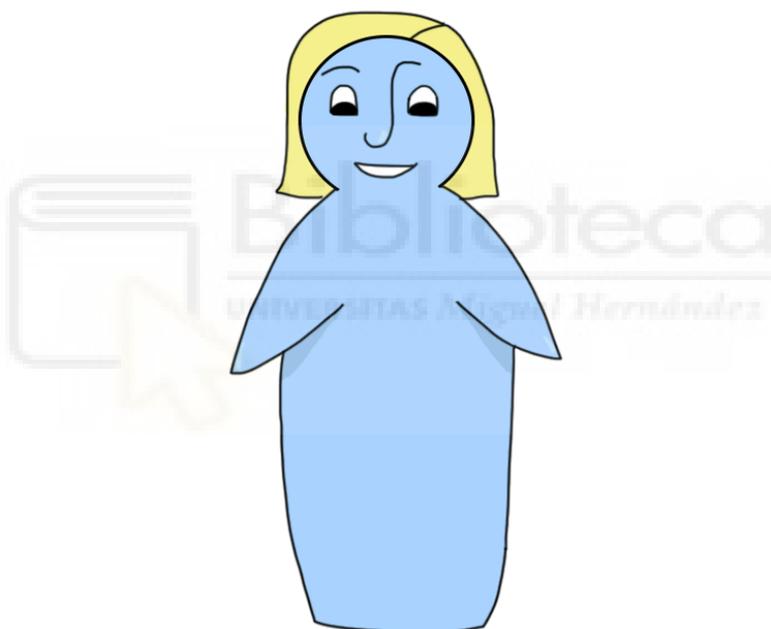
Diseño final de Laura



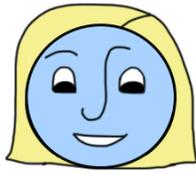
Cuadro de expresiones de Laura



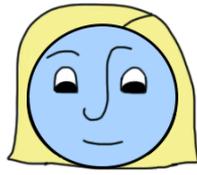
Vistas de Laura



Diseño final de Diana



Feliz



Normal



Confusa

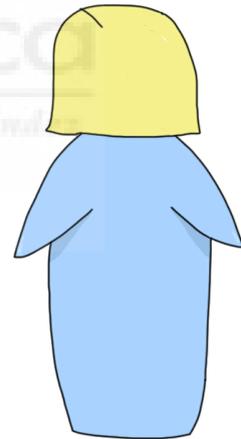
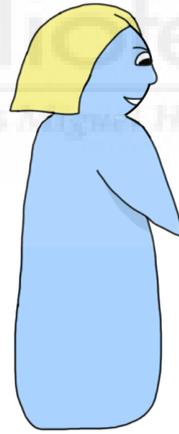
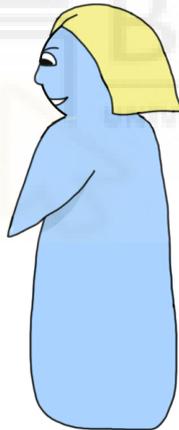


Preocupada

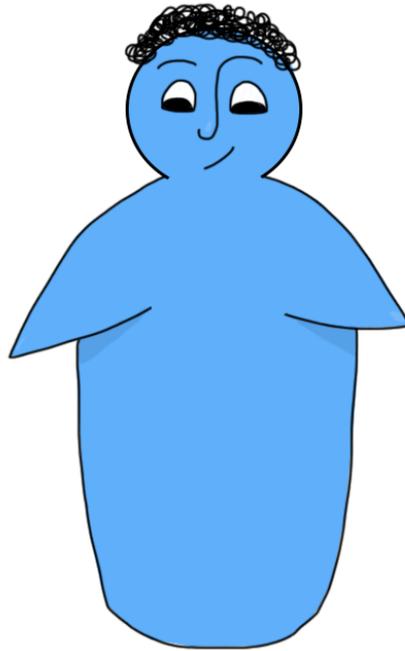


En la mente de
Laura

Cuadro de expresiones de Diana



Vistas de Diana



Diseño final de Pablo



Feliz



Normal



Confuso

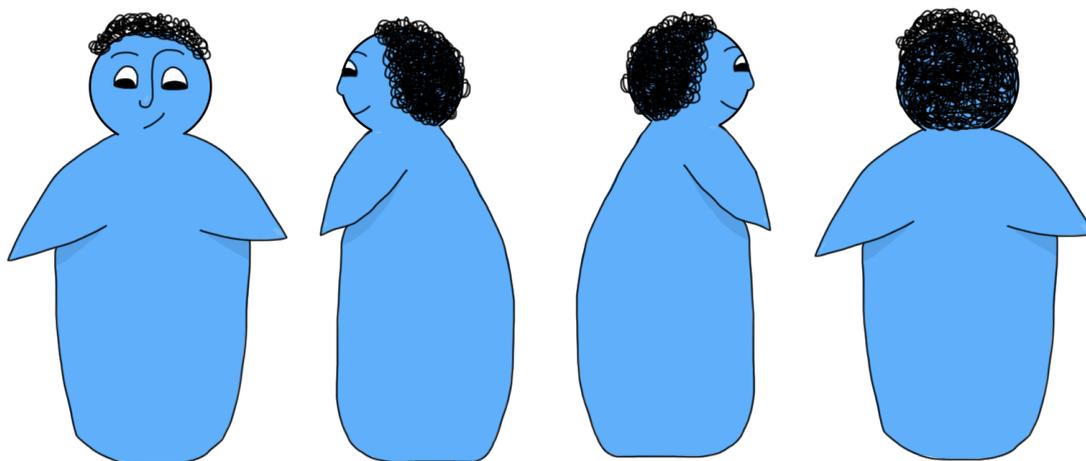


Preocupado

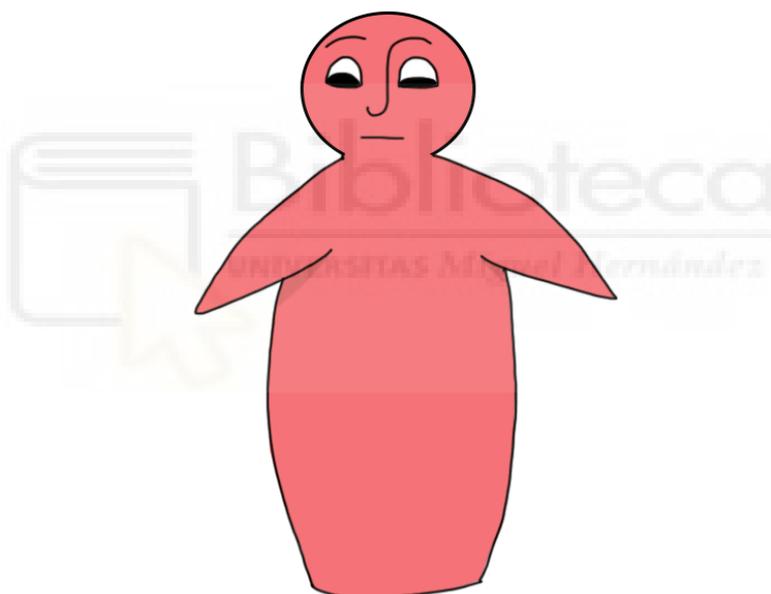


En la mente de
Laura

Cuadro de expresiones de Pablo



Vistas de Pablo



Diseño final de "Los extras"/ gente ajena a Laura



Normal

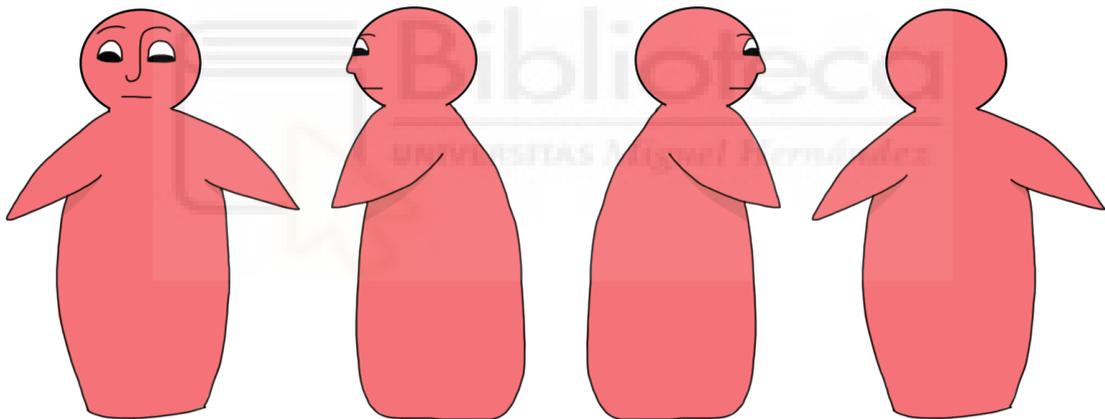


Feliz/ Amable



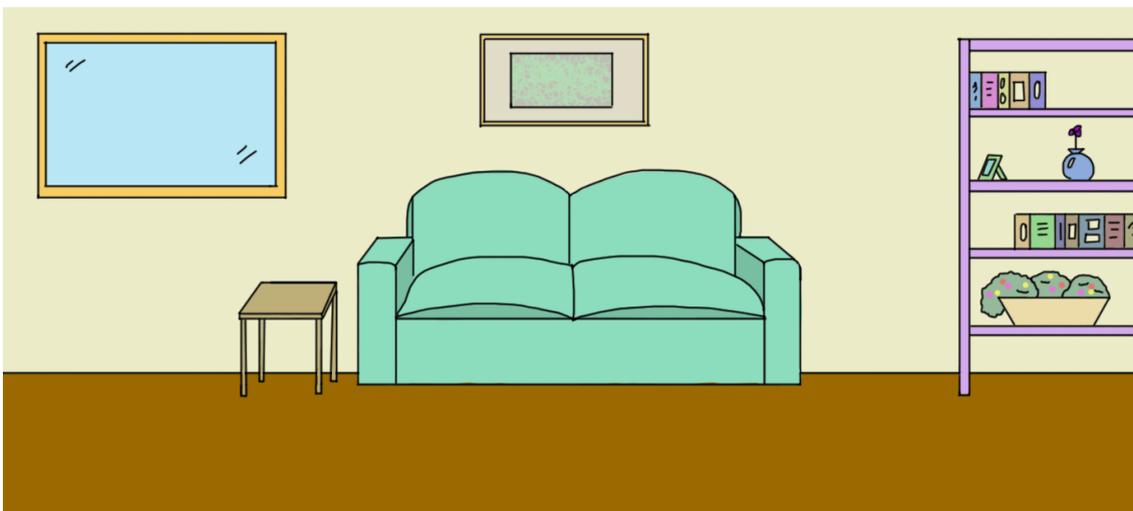
En la mente de
Laura

Cuadro de expresiones de “Los extras”/ gente ajena a Laura



Vistas de “Los extras”/ gente ajena a Laura

Anexo 4: Fondos



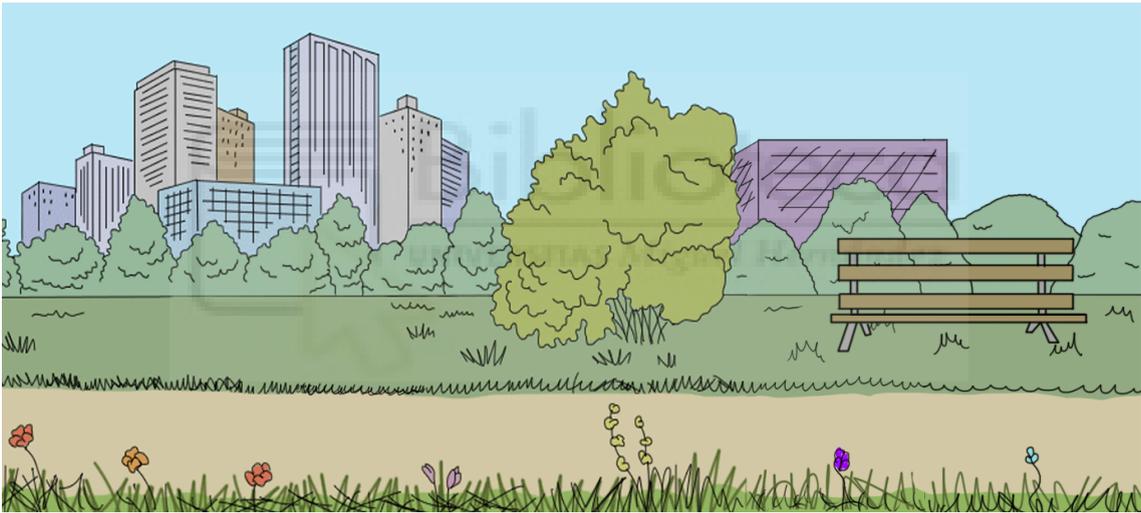
Diseño "Salón de Laura"



Diseño "Cocina de Laura"



Diseño "Recibidor de Laura"



Diseño "Calle"



Diseño "Cafetería exterior"



Diseño "Cafetería interior"