

Emanuel da Silva Santos

ATO REBELDE

**Trabalho de Projecto
Mestrado em Realização - Cinema e Televisão**

JUNHO, 2024

Emanuel da Silva Santos

ATO REBELDE

Trabalho de Projecto apresentado para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Realização – Cinema e Televisão realizado sob a orientação científica do Doutor Henrique António Muga e coorientação do Doutor Isolino Alves de Sousa.

Declaro que este Trabalho de Projecto é o resultado da minha investigação pessoal e independente. O seu conteúdo é original e todas as fontes consultadas estão devidamente mencionadas no texto, nas notas e na bibliografia.

O candidato,

Emmanuel da Silva Santos

Porto, 20. de Junho..... de 2024...

Declaro que este Trabalho de Projecto se encontra em condições de ser apreciada (o) pelo júri a designar.

O(A) orientador(a),

António Reis

Porto, 20. de Junho..... de 2024...

AGRADECIMENTOS

Sem as pessoas que estiveram a ajudar neste projeto não seria possível ter chegado ao fim.

Ao meu orientador, Henrique António Muga, que me foi guiando e ajudando na parte escrita. Ao meu coorientador, Isolino Alves de Sousa, por me apoiar e ajudar a ultrapassar os obstáculos que ocorreram durante a produção da curta-metragem.

À Estrela Babau, à Adelaide Veludo e à Mariana Costa por acreditarem e aceitarem dar vida às personagens.

Ao Filipe Carvalho, à Ana Teresa e à Ariana Vieira por fazerem parte da equipa técnica e contribuírem da melhor maneira para que a minha visão se concretizasse, pois sem eles não seria possível o resultado final do filme.

À Joana Santos e à Vânia Santos por apoiarem indiretamente neste percurso longo e por ouvirem os meus pensamentos.

A todos os citados e àqueles que ajudaram ao longo de vários anos de alguma forma para chegar aqui, um grandíssimo obrigado por tudo.

RESUMO

ATO REBELDE

Emanuel da Silva Santos

PALAVRAS-CHAVE: idoso, lar, cinema, teatro, imagens de arquivo

RESUMO

Ato Rebelde é o nome deste projeto, tendo duas componentes, uma parte escrita teórica sobre a temática, seguida de uma memória do processo da realização do projeto, e uma curta-metragem com mesmo título do projeto. O tema central é o idoso, refletir sobre a vida na terceira idade, sobre a forma com a sociedade encara e trata os mais velhos, o seu confinamento em lares, espaços frequentemente de exclusão e aprisionamento para muitos idosos. O filme une o cinema e o teatro, e integra imagens de arquivo, imagens antigas, esquecidas, postas de lado, e que ganham aqui uma nova vida.

OBJECTIVO DO TRABALHO DE PROJECTO

Este trabalho de projecto tem como principal objetivo refletir sobre uma minoria cada vez maior, que são os idosos, tanto de forma teórica, como também de modo prático, através da realização de uma curta-metragem.

Pretende-se, pois, realizar uma pesquisa sobre como é visto o idoso ao longo dos tempos e em diferentes culturas, explorar as suas múltiplas dimensões, a experiência da terceira idade, o frequente confinamento em lares, a perda de autonomia e liberdade. *Ato Rebelde* é o título do filme, e tem como protagonista uma idosa, que se encontra num lar, mas que ainda sente vontade de viver uma vida livre. O drama é enxertado por imagens de arquivo, que permitem amplificar a narrativa principal, criando um jogo entre o atual e o antigo, entre o novo e o velho.

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	8
Capítulo I: O IDOSO	9
I. 1. Quem é idoso?	9
I. 2. Como é visto o idoso ao longo dos tempos e locais	10
I. 3. Várias dimensões do idoso	12
I. 4. Solidão.....	14
I. 5. Idadismo	16
Capítulo II: O LAR DE IDOSOS.....	18
II. 1. Conceito e criação	18
II. 2. Perspectivas	18
II. 3. Alternativa ao lar	21
Capítulo III: O IDOSO NO CINEMA	22
Capítulo IV: O TEATRO.....	26
Capítulo V: O FILME <i>ATO REBELDE</i>	30
V. 1. A ideia.....	30
V. 2. Os porquês	32
V. 3. Públicos visados	34
Capítulo VI: REALIZAÇÃO DO FILME.....	35
VI. 1. Pré-produção	35
VI. 2. Produção: rodagens.....	39
VI. 3. Pós-produção.....	42
CONCLUSÃO	48
BIBLIOGRAFIA	50
FILMOGRAFIA	53
ANEXOS	54

INTRODUÇÃO

Este trabalho de projeto, desenvolvido no âmbito do mestrado de Realização - Cinema e Televisão, tem como foco a realização de uma curta-metragem, tendo como narrativa uma peça de teatro, onde uma idosa tem a ideia de fugir do lar, enfrentando pelo caminho algumas peripécias. A realização do filme foi acompanhada por uma pesquisa documental bibliográfica e cinematográfica sobre o idoso e por uma memória descritiva da produção da curta-metragem *Ato Rebelde*, desde a pré até à pós-produção. Assim, a memória descritiva estrutura-se em seis capítulos.

No primeiro é desenvolvido o tema do idoso, questiona-se quem é o idoso, como é visto ao longo dos tempos e locais, analisa-se as várias dimensões do idoso, biológica, psicológica, social, espiritual e da idade subjetiva, aborda-se a solidão e o idadismo, e a maneira como afeta a vida, as capacidades e a liberdade dos idosos.

O segundo capítulo centra-se no espaço onde cada vez encontramos mais idosos, o lar, analisando o conceito de lar de idosos, como surgiu e evoluiu, e as alternativas que nos últimos anos têm aparecido. Porém, este tema não quer de todo dizer que o lar seja um espaço infeliz, mas sim, falar dos seus problemas também.

No terceiro capítulo aborda-se o tema do idoso e o cinema, como é retratado o idoso no cinema, a influência da idade no desempenho de papéis de destaque, tanto à frente como atrás das câmaras.

O quarto capítulo explora o teatro, a sua natureza e evolução ao longo dos tempos, permitindo assim desenvolver a minha capacidade de encenação e direção de atores na realização da curta-metragem.

O quinto apresenta o filme, desde o surgimento da ideia base, passado por todo o processo de evolução, até chegar à ideia final, explicando como tudo aconteceu. Tem também uma parte onde se questiona certas escolhas, e outra sobre o público visado pelo filme, a quem pretende chegar.

No último capítulo é descrito detalhadamente todo o processo da produção do filme, contando tudo o que aconteceu, desde a escolha do local, das atrizes e das imagens de arquivo, passando pela produção, como correram as rodagens, até ao trabalho feito na pós-produção, como este se foi desenrolando para chegar ao resultado final do *Ato Rebelde*.

CAPÍTULO I: O IDOSO

I. 1. Quem é idoso?

Muitos de nós vamos ser vistos como idosos, mas a questão que se coloca é: quem é considerado idoso? Esta é uma questão que pode ser debatida durante muito tempo, pois existem diferentes perspectivas. Porém, a primeira ideia que temos de uma pessoa idosa é que esta já é velha, tem uma certa idade, que possui rugas, cabelos brancos e que pode ter uma certa debilidade motora. Todavia, para a Organização Mundial da Saúde (OMS) existe uma resposta para esta pergunta. Nos países em desenvolvimento quem tiver 60 ou mais anos de idade, é visto como idoso. Já nos países desenvolvidos, este número passa para os 65 anos.

Seria muito fácil e retrógrado se simplesmente fossemos definir quem é idoso a partir de um número. Pois, muitas pessoas que já têm mais de 65 anos não se sentem de todo idosas, o que nos leva a ponderar que existem outros fatores/critérios para definir quem é a pessoa idosa, além da idade cronológica. Antes de falar das outras dimensões, talvez tenhamos de olhar para a terceira idade de outra forma, não associar a velhice ao mesmo, pois acaba por ser uma fase da nossa vida.

Algo que está muito atrelado a esta grande questão é o envelhecimento, mas que só olhamos para tal, quando já temos uma certa idade e o vemos com maus olhos, pois quer dizer que estamos a ficar velhos, que por sua vez, diz de forma indireta ou até mesmo direta, que já somos idosos. Envelhecer não é algo que só acontece depois de uma certa idade, mas sim, um processo que está sempre presente desde o momento que nascemos. Nós nascemos como umas simples criaturas inofensivas, pequenas, não sabendo de nada. Ao longo do nosso crescimento somos chamados de crianças, adolescentes, jovens, adultos e idosos. Porém, quando estamos ainda nas primeiras fases, dizem que estamos a crescer, que para sermos adultos temos de crescer. E vemos isso de forma positiva, ansiamos por crescer. Mas se pensarmos um pouco mais, aquilo que dizem sobre crescer é simplesmente uma outra forma de dizer que estamos a envelhecer. Deixando assim a palavra envelhecer como algo negativo, e crescer como uma coisa bela e positiva. Desta forma, nos estaríamos sempre a crescer/envelhecer, não havendo uma distinção entre as duas, de que uma é só usada até uma certa idade, e a outra a partir de uma idade.

Entretanto, Oliveira acaba por referir no seu livro *Psicologia do Envelhecimento e do Idoso*, que existe uma divisão etária usada no recenseamento dos Estados Unidos, da qual, estão presentes 3 tipos de idosos, o idoso jovem (*elderly*, dos 65 aos 74 anos), idoso (*aged*, dos 75 aos 84 anos) e o muito idoso (*very old*, dos 85 ou 90

anos). Esta forma, parece querer abranger a categorização do idoso, devido à sua diversidade, do que simplesmente colocá-lo numa só faixa etária. Dizendo assim que os idosos não são todos a mesma coisa, só por terem uma certa idade, pois cada indivíduo é multidimensional, formado por diferentes dimensões (biológicas, psicológicas, socioculturais e espirituais).

I. 2. Como é visto o idoso ao longo dos tempos e locais

Se em pleno séc. XXI, existem diversas visões perante o idoso, não só entre as pessoas como também entre locais, já nos séculos anteriores, onde os tempos eram diferentes, o mesmo acontecia. Aqui veremos como o idoso foi visto ao longo da história e como o mesmo está agora. Mas antes, é importante ressaltar que a nível biológico, a taxa de expectativa de vida aumentou consideravelmente em relação aos séculos passados. Porém, mesmo havendo uma maior longevidade existem certos problemas que vêm juntos com ele.

Na antiga Grécia, a velhice (o idoso) era vista como uma fase de declínio, deplorável e que ninguém desejava, pois, a juventude, o corpo escultural, a beleza eram o foco e o que apreciavam acima de tudo. Achando assim os velhos como peças descartáveis, que não contribuíam para nada, só por não estarem mais nos seus padrões, ser belo.

Mesmo havendo uma visão negativa perante este assunto, também existe uma positiva. Filósofos como Homero, Sócrates, Platão, entre outros, falavam sobre ser velho de maneira positiva ou em alguns casos de forma ambivalente, tanto bem como mal. Podemos ver isso no livro "A Velhice", de Simone Beauvoir (1908 – 1986), uma filósofa que fala sobre este tema. Lá encontrámos as várias visões, pensamentos. "Segundo Homero, entretanto, a velhice está associada à sabedoria, e é encarnada em Nestor, o conselheiro supremo; o tempo lhe conferiu a experiência, a arte da palavra, a autoridade." (Beauvoir, 2018: 104). Aqui ser-se velho é vantajoso, traz consigo sabedoria, algo que os mais jovens por vezes não têm, pois não viveram tantas coisas como eles, onde tem uma visão mais ponderada. Por outro lado, "Como Minermo, Anacreonte, também ele originário da Jônia, cantou, no Século VI, o amor, o prazer, o vinho, as mulheres; envelhecer é perder tudo o que fazia a doçura de viver;" (Beauvoir, 2018: 106). Entende-se com isto que, para muitos viver é quando se é jovem, e que o processo de envelhecer é o fim para tudo, não havendo motivos para se estar feliz com esse estágio da vida.

Para Platão e Sócrates veem a velhice como uma etapa da vida, que traz consigo paz e tranquilidade, e para quem está bem preparado, esta não acarreta nenhum peso. Já Aristóteles vê o idoso como receoso, lento, que só pensa negativamente, e que fica a relembrar o seu passado e que não aceita a opinião dos outros.

No pensamento oriental, mais concretamente, na China, o idoso é visto como detentor de sabedoria, e como ancião, onde os mais novos têm de cuidar bem porque acarentam imenso valor/estima para a sua sociedade. O pensador, Confúcio, via o velho como alguém com conhecimento, onde já tinha um grande leque de aprendizagens que foi adquirindo na sua vivência, das quais, posteriormente, acabam por serem transmitidas aos mais jovens. Este também encaminhava a sociedade a valorizar os velhos, querendo que os mais jovens, tivessem respeito e carinho para com os anciões, no núcleo familiar e na comunidade; defendia a velhice e o processo de envelhecer deveriam ser com tranquilidade, felicidade e paz. Foi a partir deste filósofo, que a China foi-se moldando, tanto a nível cultura, ético, político e educacional.

Na idade média o idoso acabava por ter um papel de antagonista, onde era visto como fraco, debilitado e como um peso. "Tanto entre os nobres, quanto entre os camponeses, a força física prevalecia: os fracos não tinham lugar" (Beauvoir, 1990: 62); desta maneira os idosos não tinham um papel bem visto. E foi a partir da criação do asilo, no século IV, muitos dos idosos acabavam por serem deslocados para estes locais, sendo esquecidos pelos seus e rebaixados como incapazes.

No período moderno, principalmente na cultura ocidental, o idoso continua a ser visto como descartável. A exaltação da beleza e da juventude do corpo, o encarar os idosos como um entrave, que trazem problemas, conduzem ao seu esquecimento.

Existem diversas perspetivas sobre o idoso ao longo do tempo, algumas positivas, mas a maioria de forma negativa. O idoso tem uma imagem que para muitos acarreta um lado negativo, pois só associam viver quando se é mais novo. É certo, que muitas pessoas veem o idoso como um fardo, porém, este é um ser vivido, com conhecimentos, que muitas das vezes são transmitidos por outros, e que se não fossem eles, não saberíamos certas coisas. Também veem como este já não fosse capaz de ainda viver, que tem de estar quieto num espaço, pois é frágil ou incapaz de fazer o quer que seja. Muitas são as pessoas que os veem assim, como incapazes de fazer algo que já fizeram por muito tempo, só por serem mais velhos, acabando por muitas vezes colocarem barreiras, levando assim, o idoso a um estado de decadência e por sua vez, de fragilidade e incapacidade. Com isto, para muitos o idoso um incomodo para a sua vida, não o valorizando da forma como devia, pois, se seguirmos a lógica natural da vida, tudo que é novo vai ser velho, e acho que qualquer um quando for idoso, quer ser respeitado devidamente como devia de ser sempre em todos as idades.

Porém, muitos tem uma visão do idoso como alguém arrogante, frio, que discorda de tudo mesmo não tendo razão, que não é aberto a novas mudanças ou a pensamentos diferentes, sem serem os deles. De certo modo, é normal este não estar logo aberto a novos pensamentos, porque muitas das vezes não compreendem e porque foram criando de uma outra forma, com outros pensamentos. E muitas das vezes é preciso com que haja uma disponibilidade para explicar as coisas que não entendem. E é aí que está o erro, pois muitos pensam que estes não são capazes de aprender só porque estão velhos, ou, que são mais lentos a aprender, deixando-os assim na ignorância. Não podemos simplesmente deixar de canto ou colocar num lar (algo que falarei mais à frente), para que este viva, mas que não atrapalhe.

No tempo vivemos, a sociedade começa a perceber que não podemos deixar os idosos de lado, tanto na evolução, como indivíduo, e que estes ainda podem ter bastante destaque, pois o mesmo ainda tem lugar de fala. Sendo que atualmente já existem medidas/prevenções para que o idoso seja visto e faça parte da sociedade de forma positiva. Cá, em Portugal, existe o Complemento Solidário para Idosos, que é um “apoio social financeiro pago todos destinado aos idosos com baixos recursos financeiros.” (Stannah, 2019). Na Áustria, no estabelecimento Vollpension os idosos fazem parte dos funcionários, dando assim oportunidade a estes que possam trabalhar, não havendo assim discriminação por tal. Desta forma, os idosos acabam por ter passatempos e sentir-se úteis, convivendo e trabalhando assim também com jovens, deixando de lado a diferença de gerações, e aumentando o respeito e atenção para com os idosos. Entretanto, no México, a rede Starbucks abriu em 2018, um dos seus estabelecimentos com só trabalhadores entre 60 e 65 anos de idade, tendo feito mudanças no *design* da loja para ter mais acessibilidade.

I. 3. Várias dimensões do idoso

Não podemos simplesmente definir o idoso pela sua idade (cronológica), pois existem outras idades, como a biológica, psicológica, sociocultural e espiritual. Desta maneira, percebemos que a pessoa é um ser multidimensional, onde estão presentes estas diferentes dimensões.

A dimensão biológica toca a todos nós, é algo gradual e irreversível. Sendo que podemos afirmar que a idade biológica “é medida através das capacidades vitais do organismo humano e do limite de vida dos sistemas orgânicos, que vão perdendo a sua capacidade de adaptação e de auto-regulação;” (Silva, 2012: 27). Querendo ou não as mudanças que vamos tendo ao longo dos anos estão associadas a esta parte, pois “é sim um processo normal de deterioração biológica”. Porém, também existe uma negação, uma preocupação que vem ao longo dos séculos, perante isto,

pois cada mais, existem métodos (cremes, procedimentos estéticos) para retrogradar as mudanças no corpo, querendo alcançar a juventude eterna. Esta ideia de tentar travar a velhice, ou os traços dela, prejudica muito a mentalidade, a visão das pessoas mais novas, pois começam a olhar e ter preconceitos que não deveriam existir, ou, até mesmo a sentirem pressão que não podem ver nenhuma ruga, e todas as outras coisas que caracterizam fisicamente um idoso. Por outro lado, muitos veem as rugas como algo belo, que contam uma história, totalmente diferente de indivíduo para indivíduo, capazes de transmitir algo sem a pessoa ter que falar.

A dimensão psicológica “abrange as mudanças cognitivas, os desafios da vida subjectiva de cada um, as tarefas e possibilidades, e as capacidades de adaptação constante às modificações impostas pelo meio” (Silva, 2012: 30). Assim, a idade psicológica acaba por estar associada à personalidade, às emoções, como se adapta às mudanças, que vão aparecendo à sua frente e como resolve os problemas. As principais características destas mudanças são: dificuldade na concentração; atenção para coisas específicas e simples; complexidade para compreensão de mensagens mais longas; incapacidade de memorizar algo novo tão facilmente;

A dimensão social “refere-se aos papéis sociais que as pessoas de um determinado grupo etário adoptam em função das expectativas da sociedade” (Silva, 2012: 27). Desta forma, esperam certos tipos de comportamentos que já estão associados a esse nicho. O envelhecimento social é um leque cheio de diferenças, pois os valores, as ideologias variam para cada situação histórica e cultural. Um bom exemplo é que “na sociedade pré-industrial, o idoso foi valorizado e integrado no seio da família, ao passo que, na sociedade contemporânea, após a industrialização, o idoso foi colocado na periferia dos sistemas como obstáculo inerte, perdendo espaço e valor” (Silva, 2012: 36). Assim, conseguimos perceber como o idoso é afetado positivamente como negativamente ao longo dos anos ao nível social. Ao colocarmos o idoso num lugar rebaixado, onde antes este tinha um papel ativo, este passa a sentir-se inútil, frágil, incapaz, e uma solidão por já não ser visto. Algo que se tem tentado é inverter esta ideia/menosprezo para com os idosos, criando uma nova ideia de velhice, mostrando que ainda são produtivos.

A dimensão espiritual é algo que transcende o físico e o psicólogo, que está ligado a uma força invisível, à alma, ao íntimo de cada um. Esta dimensão não tem uma definição universal, acabando por ser muitas das vezes uma coisa subjectiva, que cada indivíduo procura conseguir transcender para uma coisa que não compreendemos, vemos, acreditando assim, em algo para além do que vê, viveu.

Este lado espiritual pode ajudar o idoso, não só a aceitar o passado, a conseguir viver tranquilamente no presente, como olhar para o futuro de forma positiva.

Algo que talvez não se fala muito é da idade subjetiva, onde o indivíduo pode sentir-se com uma certa idade, sem ser a idade cronológica. Deste modo, um adolescente pode sentir que já é velho, que está cansado de certas coisas. Já por outro lado, um idoso pode sentir-se jovem, que ainda tem um monte de energia para fazer o que lhe apetece e que idade não é um obstáculo/peso para este. O idoso pode ter mais energia, predisposição para fazer atividades, pois sente que não tem a idade que tem. Assim a idade subjetiva é algo que varia de indivíduo para indivíduo, dependendo muitas vezes da suas vivências, onde está inserido, qual o seu papel e também como está e/ou se sente fisicamente.

I. 4. Solidão

“A solidão é um bom exemplo de conceito «não definitivo» na justa medida em que carece de referências precisas e não possui limites que permitam determinar com clareza o seu conteúdo” (Pais, 2006: 26).

A solidão é uma coisa que vem a tomar conta de muitas pessoas, sendo os mais idosos que convivem com ela. Uma das grandes razões para que estes acabem por nutrir este sentimento é pela perda do seu sentido na vida. Existem outros fatores, como a perda de alguém próximo, a capacidade motora, o afastamento familiar, entre outros, que deixam o idoso propenso à solidão. Uma ideia que temos de ter é que a solidão não está simplesmente ligada quando estamos sós, pois estar só não é sinónimo de solidão. Em contrapartida, podemos estar acompanhados e existir na mesma este sentimento. A melhor forma de tentar combater a solidão no idoso é com que este seja notado e que ainda posso fazer o que pretende, não simplesmente olhar para ele e não fazer nada. É preciso que haja um investimento neles, pois enquanto estão vivos ainda podem aproveitar a vida de diversas formas, sem ser só estarem sentados a existir. É preciso um diálogo para perceber o que este ainda sente vontade de fazer, de experimentar, de conhecer novas coisas, de sentir vivo e com um propósito ainda. Caso não exista essa vontade, cada mais, os idosos vão se sentir sós. E não só, pois a solidão está ligada diretamente à nossa saúde, porque a mesma pode afetar severamente o nosso bem-estar físico e mental. Cada vez mais, a solidão pode ter “o mesmo impacto que o stresse crónico na nossa saúde mental e pode, igualmente, afetar o sistema endócrino e imunológico, contribuindo para o aparecimento de diferentes doenças” (Stannah, 2017). Para piorar a situação em 2023, o número de idosos que vivem sozinhos e/ou isolados é mais de 44.100, segundo a “Operação “Censos Sénior 2023”, que decorreu em outubro, anunciou esta força policial (Agência Lusa, 2023).

A solidão física acaba por trazer consequências que acabam por impactar os idosos. A publicação a "PLOS One revela que o isolamento social está associado a uma maior propensão de inatividade física, má alimentação e uso de medicamentos psicotrópicos" (Teixeira, 2022), levando assim, com que o idoso acabe por ter problemas, como a obesidade, hipertensão e cardiovasculares.

Atualmente, existem países como o Japão, Reino Unido que tiveram de criar um Ministério da Solidão, pois é uns dos problemas da idade moderna. Já em Portugal não existe tal coisa, e/ou, ainda não foi ponderada a questão. Sendo, que "Antonieta Dias, que afirmou "Portugal é o país da Europa que menos investe nas pessoas da terceira idade"" (Diário de Notícias & Lusa, 2018). Por isso, não seria uma má ideia que houvesse uma estratégia de capaz de enfrentar esta situação. Segundo os dados do BBC Loneliness Experiment, em 2020, "cerca de 30% da humanidade experimenta a solidão, com risco de esta se tornar persistente e se tornar doença" (D. Gomes, 2023). A partir desta necessidade de ter algo que fosse capaz de enfrentar a solidão, em 2021, surgiu "o projeto Pedalar Sem Idade, um movimento sem fins lucrativos, constituído por voluntários que levam seniores e/ou pessoas com mobilidade reduzida em passeios de bicicleta." (Idem).

Um outro projeto que cada vez está a ser notada devido a este fator é o "projeto Aconchego, criado pela Câmara do Porto em parceria com a Federação Académica do Porto em 2004, consiste no alojamento de estudantes na casa de pessoas idosas que se sintam sozinhas" (Idem). No final de novembro de 2023 a MEO, lançou a plataforma Partilha Casa, uma iniciativa nacional que acaba por ter o mesmo objetivo que a proposta anterior, só que numa escala maior. Desta forma, os jovens que têm problemas em conseguir alojamento por diversos fatores, podem conseguir através de projeto gratuitamente, onde acabam também por ajudar os idosos com a sua companhia e assim diminuído o sentimento de solidão, trazendo assim benefícios para os dois lados.

Já nos Países Baixos, foi implementado no supermercado Jumbo as "caixas lentas" onde a pressa não tem lugar e os clientes podem conversar à vontade, sem pressas. Esta é uma forma de tentar combater a solidão, pois a sua população é cada vez mais envelhecida e existem pessoas que se sentem solitários. Esta ideia de 2019 já se tornou um sucesso tendo "já 123 filiais que têm este tipo de caixa no país e mais três na Bélgica" (Rocha, 2023). Esta simples ideia pode acabar por refletir os benefícios a longo prazo, levando a outros supermercados a adotarem.

Estes projetos são extremamente importantes para combater e tentar travar ao máximo a solidão, que afeta a grande maioria dos idosos. E é através destes

pequenos detalhes que podemos ser mais empáticos, a perceber o outro, e saber que este não é invisível, que é um ser com sentimentos.

I. 5. Idadismo

O idadismo abrange o preconceito, discriminação, estereótipos com base na idade do indivíduo, sendo assim, um problema que afeta todas as idades. Porém, este preconceito é mais focado nas pessoas mais velhas, os idosos. E para piorar o idadismo é “a terceira causa de discriminação mais comum no mundo” (Coelho, 2023). Cada vez mais existe uma expectativa de vida mais longa, devido aos avanços da medicina, “mas também da evolução da sociedade e do mercado de trabalho” (Baptista, 2023). Portugal, acaba por ter um nível de longevidade alta, “onde pessoas com 65 e mais anos representam 23,4% do total da população” (Faria, 2023). Já a esperança média de vida, segundo os “dados recentes do INE indicam que os portugueses podem viver, em média, até aos 84,75 anos” (T. A. Gomes, 2023).

Cá já existem associações que ajudam e tentam combater esta discriminação, como o Stop Idadismo e Cabelos Brancos. O Stop Idadismo surgiu em abril de 2021, de forma a dar palco às pessoas mais velhas, chamando assim a atenção para este problema que é ignorado. Muitos dos objetivos destas associações é avisar os vários problemas que existem para com as pessoas idosas, como também dar destaque a estas, tanto em coisas que aparecem, como a ter um local ou algo que refletem neles (filmes, notícias, debates). Pois, sabemos que muitas pessoas idosas acabam por sofrer quando existe um corte de trabalhadores numa empresa, ao não serem contratadas por causa da sua idade, e isto deve ser travado e existir medidas, boas práticas para que haja um movimento contra o idadismo. Uma boa forma de conseguir isso é dar palco aos mais velhos, para que os mesmo possam falar como se sentem e o que deve ser feito, pois são os próprios que sofrem na pele. E quem é mais novo deve de apoiar e ajudar.

O idadismo é um grande obstáculo para a sociedade, principalmente para as pessoas idosas, pois pensam que já não podem fazer determinadas coisas, ir a sítios que desejam, porque a sociedade quase que nega a sua existência ou vê com maus olhos. Daí ser necessário falar desde cedo desta discriminação para combater os preconceitos e criar assim uma sociedade onde todos são vistos, têm lugar de fala e são representados. Levando assim, com que muitos problemas sejam menos presentes como a solidão. Pois caso não haja um combate contra estas questões do idadismo, outros problemas vão aparecer e/ou agravar-se, como é o caso da solidão vivida pela maioria dos idosos. Ultimamente cada vez mais tem havido espaço para se falar deste assunto, tentando consciencializar para estes problemas.

O importante é que exista um espaço onde uma pessoa da terceira idade pode estar, sem existir nenhum tipo de aversão por estar a ocupar algum lugar, pois assim acredito que se sinta mais inserida e bem recebida.

CAPÍTULO II: O LAR DE IDOSOS

II. 1. Conceito e criação

O lar de idosos é algo que está muito presente na sociedade nos dias de hoje, e todos sabem para o que serve. Porém, muitas antes de este ser simplesmente destinado para idosos, antes também abrigava doentes mentais, marginais, durante o século XVI na Europa. Todavia, com o passar dos tempos, este começou a ser destinado a pessoas envelhecidas, tendo assim, um lugar para serem cuidados. Desta maneira, o lar de idosos ou simplesmente lar, passou a ser um local de abrigo para muitos idosos, por diversos motivos, por exemplo: familiares não tinham tempo para cuidar do idoso; ou porque os parentes viviam longe e não queriam que este tivesse sozinho; por ter algum problema, impedindo que possam fazer certas coisas. Deste modo, o lar é visto como um local de cuidado, onde o idoso acaba por ter cuidados, companhia, um local de convívio, e que têm uma equipa de profissionais a tomar conta deles. Entretanto, o termo lar de idoso, começa a ter outro nome, sendo este, estrutura residencial para pessoas idosas (ERPI), parecendo algo mais formal e talvez de querer tirar da cabeça a ideia que muitos tem do lar de idoso, que muitas das vezes é negativa, dando um outro ar com este nome. Porém, se formos a ver ambos tem o mesmo ponto, que é um local destinado para pessoas idosas, no qual, são “prestados cuidados de enfermagem e desenvolvidas atividades de apoio social que contribuam para o bem-estar e melhoria de qualidade de vida destas pessoas” (eportugal, 2024).

II. 2. Perspectivas

Existem diversas opiniões sobre o lar de idosos tanto positivas como negativas, sendo que nos últimos anos tem havido mais notícias menos positivas. Antes de falar sobre as várias questões que estão em torno do lar, falarei em como é preciso ter em atenção nesta mudança de local do idoso.

Primeiramente, é preciso ter atenção para com o idoso e como este pode reagir a uma mudança tão drástica na sua vida. É bastante compreensível que muitos não se consigam adaptar a estarem a viver num novo local, pois é tudo estranho, sendo que esta troca acaba por afetar não só os seus hábitos, o conforto que tinham, as recordações de onde viviam, encontrar novas relações de amizades, maneiras em como ocupar o seu tempo. É preciso ter em conta estes diversos fatores para que se perceba os motivos para que este não se sinta bem no novo local. Um bom exemplo é um idoso que está a viver no campo, onde tem uma liberdade para fazer tudo, desde caminhar, conviver com amigos, ter as suas atividades, onde tem o controlo total do que quer e faz, este quando acabar por ir para um lar tem o seu mundo destruído, pois está num meio fechado, limitado tanto àquilo que pode

fazer, havendo regras, uma rotina diferente, um novo grupo de pessoas que não conhece, tudo coisas negativas para este. Aqui é preciso que haja uma compreensão pelos profissionais, pois o idoso pode ter mais dificuldade em se adaptar a tal mudança drástica, como que se tivesse de criar uma nova identidade para estar naquele ambiente e ver como este reage. De certa forma, podemos dizer que o idoso é deixado lá pelos seus filhos ou parentes, pois não têm capacidade, condições para estarem com o idoso, pelos seus motivos, mas se formos a ver este é colocado num canto, para que os seus parentes possam fazer as suas coisas, esquecendo assim este, não tendo de se preocupar. Uma boa analogia é a creche, pois os pais deixam os filhos aos cuidados de outros e a terem que interagirem com outras crianças que não conhecem ainda. Fazendo com que estes passem o seu tempo a fazer outras coisas e assim a deixar os pais livres, e sem o peso de responsabilidade, preocupação em como estão os filhos. Deste modo, ambas as instituições acabam por servir para a mesma coisa, sendo que o lar acarreta um outro peso, pois os idosos acabam por ficarem lá a viver, sendo esquecidos pelos seus às vezes.

Muitos veem com maus olhos o lar devido às notícias que vão aparecendo. Para além dos principais motivos que referi para dar entrada num lar, também existem outros, que acabam por julgar isso. Pois muitas das vezes os lares acabam por oferecer “um modelo de “vida passiva”, sem tarefas, disfarçado de férias permanentes com “cama, mesa e roupa lavada” e atividades de estimulação cognitiva, fisioterapia e passeios culturais” (Matias, 2020). Assim, o idoso acaba por entrar num estado, onde não tem uma vida social, obrigações, acabando por se desconectar com o mundo que está lá fora, criando assim problemas futuros. Além de estarem mais afastados do mundo os idosos podem estar sujeitos a outros problemas, como maus-tratos, negligências por parte dos funcionários, levando a que se saiba muito tempo depois ou quando acontecer algo pior. Existe um monte de notícias negativas quanto aos lares, desde “utentes de um lar de terceira idade em Vila Nova de Poiares foram agredidos com fraldas e à palmada” (Gonçalves, 2024); “O Tribunal de Évora começa a julgar, na sexta-feira, oito funcionários do lar da Santa Casa da Misericórdia (SCM) de Alandroal, a instituição e a provedora, acusados de maus-tratos contra uma utente que acabou por morrer” (Lusa, 2023); “funcionário da Santa Casa da Misericórdia de Boliqueime, no concelho de Loulé, por ofensas à integridade física por negligência no caso de uma utente atacada por formigas” (Agência Lusa & CF, 2023). Além destas, existem outras que referem principalmente os maus-tratos para com os idosos, como também más condições.

Mesmo havendo esta onda negativa quanto aos lares, eles acabam por serem frequentados. A grande questão é: quantos lares existem cá em Portugal? “Existem

em Portugal 2.526 lares para idosos nos quais estão institucionalizadas 99.234 pessoas e onde trabalham 60 mil profissionais” (SNS, 2020). Podemos ver assim que mesmo havendo questões negativas existe uma grande procura destas instituições. Sendo que, para além das instituições legalizadas também tem as que não estão, “cerca de 3.500 lares ilegais, ou seja, locais sem licença que recebem um número indefinido de idosos” (Lopes, 2023), porém, acabam por ser uma opção. Algo que tem vindo a ser questionado e a preocupar é o preço destes lares. Estes preços podem variar, mas mesmo assim se formos a olhar os valores, estes acabam por serem muitas vezes superiores a um salário mínimo de cá. “Em 2022, os valores praticados pelos lares legalizados variaram entre os 900€ e os 3.015€” (Idem), algo que assusta muito, porque os valores das suas pensões não chegam nem ao valor do salário mínimo, e mesmo que sejam os parentes a pagar muitos não ganham para conseguir pagar essa despesa, mais o resto das coisas da sua vida.

Desta forma, parece que os lares não têm noção dos valores que pedem perante toda a situação que existe por trás. É normal que tenha um determinado valor, pois dentro destas instituições existem vários funcionários, técnicos de saúde, os quais têm de serem pagos. Porém, quando o valor é alto e ainda assim há grandes fragilidades, desde maus-tratos, negligências, entre muitos mais, começa-se a questionar as competências do local e aquilo que se paga. Todavia, mesmo havendo este número de lares ainda existe uma falta de resposta, fazendo com que haja lista de esperas para que idosos possam dar entrada. No “lar da Santa Casa da Misericórdia tem quase 250 utentes em lista de espera – os casos menos urgentes podem ter de esperar até 10 anos por uma vaga” (SIC Notícias, 2023), e isto é preocupante, pois onde ficam os idosos este tempo antes de irem para o lar? Será que têm alguém que para ajudar, entre as outras coisas?

Uma ideia que se pode ter dos lares é que estes são uma sala de espera para a morte. Não é difícil pensar desta forma, pois se formos a reparar algumas pessoas vão para lá, já com uma certa debilidade, com alguns problemas de saúde, e aquelas que quase que são colocadas lá à “força”, que se sentem ainda com energia de continuar a viver, a fazer as suas coisas, acabam por ficarem nesta “sala” acompanhados uns dos outros. Muitas vezes sem terem nada que fazer, sem quase nenhuma atividade, simplesmente sentados nas cadeiras a olharem para a televisão, à espera de que alguém os vá buscar, sendo o pior cenário, a morte. Claro, que existem lares onde os idosos não estão parados, onde tem atividades, mas mesmo assim no fim de tudo estão todos juntos à espera de saber quem é o próximo a morrer. Assim é quase como se não tivessem perspetiva de viver.

II. 3. Alternativa ao lar

Cada vez mais existe uma rejeição dos idosos em irem para os lares, não só pelos fatores negativos que referi em anteriormente, mas também por quererem continuar a viver, sem serem fechados todos juntos e esquecerem que existe um mundo lá fora. Uma alternativa que tem vindo a ter destaque e a ser admirada pelos idosos é uma espécie de aldeia dos idosos, onde existe uma liberdade para os idosos fazerem o que quiserem, desde passear, estar no jardim, terem visitas sem restrição por causa do horário, “onde cada um está na sua casinha, “ao contrário dos lares onde está tudo estabelecido e tudo regulado”” (Lusa & AO Online, 2020). Aqui o idoso tem a sua própria casa, o seu espaço pessoal, liberdade para cozinhar, coisas que num lar não existem. Porém, a Segurança Social quer que a aldeia seja vedada e que tenham portões, mas o padre jesuíta Domingos Costa opõe-se “pois, se tal fosse feito, deixaria de ser uma aldeia e passaria a ser uma cadeia” (Idem).

O criador desta ideia, o padre jesuíta Domingos Costa, “implementada há 30 anos em Alcalar, em Portimão, defende a replicação do modelo em todo o país” (N.N., & Lusa, 2020), e se formos a ver é uma boa opção, pois os idosos têm a mesma liberdade que antes, só que desta vez compartilhada com mais gente, onde cada um tem a sua autonomia, mas “com serviços de apoio, entre os quais lavandaria, refeitório, salas de convívio, serviços médicos e de enfermagem e espaços ajardinados” (Idem). Desta forma, os idosos podem ser livres, terem o devido acompanhamento, igual como se tivessem num lar, mas sem estarem presos às regras e ao espaço. Outra alternativa e não muito diferente da anterior, e que em Espanha também está a ser preferida pelos idosos são residências destinadas especificamente para estes. Isto não mais é do que pessoas a viverem juntas, a compartilhar espaços e a conviverem entre si. Desta forma, os idosos têm mais proatividade e disposição para fazer coisas e ainda se sentirem presentes no mundo.

CAPÍTULO III: O IDOSO NO CINEMA

A arte é um leque enorme que ao longo dos séculos tem vindo a crescer, dando espaço para novos tipos de artes que antes não existiam. Algumas já têm séculos, como a literatura, a pintura, escultura, outras não são assim tão antigas, como a fotografia e o cinema. Se formos a ver todas as artes (como conceito) já são velhas (idosas), mas mesmo assim continuam a ter um papel importante na sociedade, mesmo com obras antigas com novas, pois tem alguma coisa a dizer, ou a aprender com elas, tanto de forma positiva como negativa. Todas têm um lugar de fala, onde expõem um ponto de vista que querem, o do artista, e que vai existir um recetor, capaz de entender, tirar as suas conclusões através da obra. Desta forma, a arte é um meio que tem o poder de influenciar as pessoas, fazendo-as passar o tempo e por consequência refletir sobre aquilo que viram. Tudo aquilo que é feito tem um ponto de foco (um protagonista). A pintura, literatura, teatro, o cinema, abrangem um monte de temas, onde o ser humano tem muito destaque. Porém, estes muitas vezes acabam por se focar em certas pessoas e esquecendo de outras, ou simplesmente não dando lugar de destaque, que neste caso, essas pessoas são os idosos. Na literatura, Simone Beauvoir é um bom exemplo, pois já idosa, escreveu o livro *A Velhice*, de 1970, fazendo frente a todo o tipo de preconceitos e capaz de falar de um tema que tantos temem.

A 7ª arte pode ter pouco mais de um século, mas mesmo assim já marcou bem a sociedade com o seu grande crescimento e desenvolvimento, como também com as histórias e tudo o que surgiu a partir dela.

Foi e é através do cinema que ficamos a conhecer histórias que nos marcaram, sejam com filmes a preto/branco ou a cores, como mudos ou sonoros. A maioria dos filmes são composto por personagens, que fazem parte da narrativa, que têm um papel a desempenhar. Porém, muitas vezes quem desempenha o papel de protagonista são jovens, crianças ou adultos, deixando assim o idoso muitas vezes num papel secundário, e raras as vezes como protagonista. Esta falta de destaque (protagonismo) pode transmitir certas mensagens indiretamente ao espectador, dando a ideia de que o idoso não é capaz de desempenhar esse papel, e que simplesmente serve de apoio em certos momentos. Além de que, esta indústria não dá o devido valor aos idosos, como na sociedade, e desta maneira, acabam por tirar essa oportunidade de destaque, pois acreditam que não vai atrair/satisfazer o público.

Se formos a olhar conseguimos perceber mais ou menos como este processo funciona. Atores jovens/adultos nos anos 50, 60, que tiveram destaque pelos seus papéis de protagonistas, agora que a sua idade cronológica avançou, estes acabam

em papéis secundários, onde talvez a sua personagem tenha alguma relevância para a narrativa ou muitas vezes só aparecem em certos pontos. Alguns atores como, Anthony Hopkins, Clint Eastwood, Michael Caine, Janet Leigh, Marlon Brando, Julie Andrews, Rita Moreno, tiveram os holofotes durante uns tempos, com filmes onde eram protagonistas, só que nos finais do século XX, e inícios do século XXI, os papéis em que participavam nos filmes, já não eram as “estrelas” principais, mas sim atores/atrizes mais jovens que eles. O que faz pensar um pouco, pois se são bons a representar deve haver algum motivo para já não terem estes papéis de destaque.

Um dos motivos é que não se fazem muitos filmes onde a personagem principal é um/a idoso/a, ou porque acham que o filme não vai ser interessante, que não vai atrair espectadores, ou até mesmo porque não tem interesse e acabam por esquecer que estes ainda existem. O que leva a outro ponto, pois parece que ser ator/atriz para papéis principal tem uma idade limite, neste caso, existe uma validade para poder fazer determinado papel ou simplesmente para representar. Assim um ator/atriz que tenha muitos filmes como protagonista vai acabar por não ter mais quando for velho, pois para a indústria este é incapaz de fazer um papel principal. A indústria tem poder todo, de fazer histórias centradas no idoso, tanto seja para filmes de acção, terror, comédia, drama, entre outros, mas deixa isso de lado, tal e qual como a sociedade. As histórias que vemos acabam por ser um reflexo de como vemos o idoso na sociedade, de tal forma, que este também não tem grande foco nos filmes. Aqui, o cinema tem o poder de mudar, de fazer refletir indiretamente o espectador sobre assuntos importantes, e ao estar sempre a colocar no centro maioritariamente jovens/adultos, leva com que o espectador acabe por achar filmes que tem o idoso no centro dos filmes, uma seca ou sem graça.

Todavia, existem filmes onde os idosos têm o protagonismo como, *Ikiru* (1952), de Akira Kurosawa; *Pauline & Paulette* (2001), de Lieven Debrauwer; *Copacabana* (2001), de Carla Camurati; *Secondhand Lions* (2003), de Tim McCanlies; *About Schmidt* (2002), de Alexander Payne; *Central do Brasil* (1999), de Walter Moreira Salles; *Smultronstället* (1957), de Ingmar Bergman; *That Evening Sun* (2009), de Scoot Teems; *As Bodas de Deus* (1999), de João César Monteiro; *Um Adeus Português* (1985), de João Botelho; *Gran Torino* (2008), de Clint Eastwood; *Plan 75* (2022), de Chie Hayakawa; mostram assim, que é possível coloca-los ainda no lugar principal. Em outros casos quando estes têm um papel secundário, devido às suas experiências de trabalhos, ao terem já uma carreira onde cada vez mais foram aprendendo, evoluindo e aprimorando ao seu talento, mesmo tendo papéis secundários conseguem ainda brilhar nas cenas onde aparecem, acabando muitas

vezes por roubar o protagonismo para si e/ou simplesmente tornar memorável a sua aparição.

O cinema português acaba por sofrer um pouco em tudo, quanto ao número de filmes que se fazem por ano, a visibilidade que têm para o público, o interesse deste também, o destino que tem depois de não estar mais em exibição, entre outras coisas. Os filmes nacionais acabam por abordar temas, onde o/a protagonista não é o idoso, algo idêntico aos filmes internacionais, mas mesmo assim existem filmes onde este está no centro. Porém, como a sociedade portuguesa parece ter algum preconceito em ver filmes nacionais, isto porque, segundo o ICA, a quota de espectadores que viram cinema português, desde janeiro até novembro de 2023, foi “apenas 2,7%, o que representa 309 mil bilhetes vendidos por filmes nacionais” (Resende, 2023). Mas se formos a olhar para os filmes portugueses em exibição em 2023, vemos que a maior parte tem como protagonista adultos, jovens, o que supostamente acaba por atrair o público. Isto porque, caso fosse um filme com um/a idoso/a como protagonista, acabavam por ter receio de ir ver, devido aos estereótipos que têm, consequência daquilo que se tem feito com os idosos aos longos dos anos. Se formos a olhar para todas as produções nacionais de 2023 (tanto longas-metragens como curta-metragens), maioritariamente o idoso não tem o papel de protagonista. Porém, em alguns filmes como: *Léguas* (2023), de João Miller Guerra e Filipa Reis, *O Misterioso Caso de Lázaro Lafourcade* (2023), de Tiago Durão, o idoso acaba por ter destaque, estar presente e ter um papel importante para a narrativa dos filmes. Mesmo assim, “segundo o ICA, em 2023 estrearam-se 47 filmes de produção portuguesa” (Lusa, 2024), sendo que houve “98 filmes com o apoio financeiro do ICA” (Idem). Isto mostra que não existe um grande interesse em contar histórias onde o idoso tem destaque, acabando muitas vezes a ficar em segundo plano ou até em nenhum.

Todavia, até existe um certo número de filmes portugueses, onde o idoso tem o protagonismo, desde longas-metragens a curtas-metragens, de ficção a documentário, tais como: *As Bodas de Deus* (1999), de João César Monteiro; *O Gebo e a Sombra* (2012), de Manoel de Oliveira; *Chá Forte Com Limão* (1993), de António de Macedo; *Technoboss* (2019), de João Nicolau; *Velhos São os Trapos* (1980), de Monique Rutler; *Um Adeus Português* (1985), de João Botelho; *Lisboa Domiciliária* (2009), de Marta Pessoa; *O Caso Coutinho* (2022), de Luís Alves; *O Grande Monteleone* (2011), de João Leitão; através dos diversos filmes que mencionei dá para notar que o/a idoso/a está em destaque não só agora, mas nos finais do século XX. Se formos a pôr numa balança, percebemos que ficam sempre em minoria em comparação com os outros filmes onde têm mais jovens, adultos,

porém, seria ainda mais grave se não houvesse filmes com pessoas da terceira idade.

Além do idoso representado nos filmes também existe outra camada, aquele que está atrás das câmaras, que faz parte da equipa técnica, desde realizadores, diretores de fotografia, montadores, entre muitos outros. Talvez seja mais fácil encontrar pessoas idosas que trabalham com o cinema, onde muitos respeitam e admiram. Podemos dizer que os realizadores têm mais liberdade para continuarem a trabalhar quando já são considerados idosos. Realizadores como Akira Kurosawa, Steven Spielberg, Martin Scorsese, Hayao Miyazaki, Stanley Kubrick, Clint Eastwood, Federico Fellini, Jean-Luc Godard, Agnès Varda, Julie Taymor, Claire Denis, continuaram a produzir as suas obras cinematográficas, mesmo depois dos 65 anos de idade, do qual, o público não viu nenhum problema quanto a isso. Um bom exemplo português é o realizador Manoel de Oliveira, pois continuou a trabalhar até à sua morte. Um homem que viveu 106 anos, que realizou ao todo 62 obras cinematográficas, e não viu a idade como um empecilho para continuar a fazer cinema. Talvez por ser realizador é que não existiu esse entrave de poder continuar a trabalhar, pois se não fosse quem era, isso pudesse ser difícil.

Num modo geral, a indústria do cinema parece ter dois pesos e duas medidas, quando se fala do idoso. Pois, um ator idoso e/ou uma atriz idosa parecem não ter importância para a indústria, que já não tem talento, etc., e por isso, fica só em papéis secundários ou às vezes não existe nenhuma personagem para eles nos filmes. Por outro lado, quando são idosos que estão por trás das câmaras, como mencionei anteriormente parece que essa distinção não existe. Principalmente, se forem realizadores idosos a sociedade quase que venera e quer sempre ver mais coisas feitas por estes. Claro que cada vez mais a sociedade começa a dar mais oportunidade para pessoas idosas, mas esta indústria parece reticente, pois sabe que foi a partir dela que surgiram muitos estereótipos, e capaz de influenciar pensamentos/ideias diretamente e/ou indiretamente, das quais, hoje se tenta desvincular.

CAPÍTULO IV: O TEATRO

O teatro é uma das artes mais antigas, que até aos dias de hoje continua em pé, que vem já de séculos passados a fazer um longo percurso, de diversas maneiras, tendo diferentes estilos, dependendo do local.

A origem desta palavra vem do grego "theatron", refere-se ao "lugar para olhar" ou "o lugar de onde se vê". Assim, esta palavra referia-se ao local onde os espectadores se sentavam para observar a peça. Porém, com o decorrer dos tempos, a palavra teatro começou a ser referida como espaço/local onde são representadas as peças de teatro.

Com isto, o teatro é uma arte que vem-nos acompanhando desde sempre, havendo diversas formas, e de como esta era representada nos diferentes tempos. Não existe só o teatro da antiga Grécia, da antiga Roma, existe muito mais além disso e até mais antigo. Pois, "o teatro é tão velho quanto a humanidade. Existem formas primitivas desde os primórdios do homem. A transformação numa outra pessoa é uma das formas arquetípicas da expressão humana" (Berthold, 2001: 1). Esta citação acaba por remeter ao teatro primitivo, onde não existe muita coisa em concreto, mas que podemos aprender através das tribos de aborígenes, das "pinturas das cavernas pré-históricas e entalhes em rochas e ossos; e a inesgotável riqueza de danças mímicas e costumes populares que sobreviveram pelo mundo afora" (Berthold, 2001: 2). Os teatros dos povos primitivos estavam envolvidos em impulsos vitais, dos quais, faziam danças/rituais para fertilidade e a caça, "ritos de iniciação, totemismo e xamanismo e dos vários cultos divinos" (Berthold, 2001: 2). Outras características do teatro primitivo é que estes utilizavam acessórios, máscaras e figurinos, mesmo sendo coisas simples. Um bom exemplo disso são os caçadores da Idade do Gelo, porque ajustavam-se na caverna de Montespan, onde se encontrava "uma figura estática de um urso estavam eles próprios mascarados como ursos. Em um ritual alegórico-mágico, matavam a imagem do urso para assegurar seu sucesso na caçada" (Berthold, 2001: 3). Existem muitas outras práticas, onde o teatro primitivo esteve envolvido, que acabaram por se manter em alguns grupos, regiões até aos dias de hoje. No teatro primitivo o ator é uma peça importante, pois como não existiam grandes adereços, este tinha de ser capaz de se expressar bem corporalmente, "o artista que necessita apenas de seu corpo para evocar mundos inteiros e percorre a escala completa das emoções é representativo da arte de expressão primitiva do teatro" (Berthold, 2001: 1).

Não se sabe muito das suas práticas teatrais no antigo Egito, porém, daquilo que se sabe, pode-se ter em conta que as suas peças estavam ligadas tanto à religião como aos rituais, onde decorriam em eventos religiosos e templos. O teatro acaba

por ser parte dos rituais que honravam os deuses. Muitas das suas peças tinham um cariz religioso, porque serviam para entreter os deuses como também para assegurar a sua benevolência.

O teatro indiano tem uma conexão forte com a dança e o culto no templo. Aqui, a arte da dança “é uma expressão visível da homenagem dos homens aos deuses e de seu poder sobre os homens” (Berthold, 2001: 32). A sua devoção vai desde deuses a deusas, a ninfas, músicos celestiais, que estão representados em escultura até aos dias de hoje. Aquilo que se sabe sobre o teatro clássico hindu, veio através da obra *Natyasastra* de Bharata, onde estão escritas “as regras divinas da arte da dramaturgia no *Natyasastra*, o manual da dança e do teatro” (Berthold, 2001: 33). Nesta obra, a dança e a representação são uma só, não havendo distinção entre elas, “a arte do ator culmina na perfeição da dança” (Berthold, 2001: 38), a espontaneidade não faz parte pois existem regras do que se tem, e o que se pode fazer, até questões relativamente aos problemas técnicos do teatro.

Na Indonésia, mais concretamente em Java e Bali, o teatro *wayang* ou teatro de sombras, é o grande foco. Porém, ambos conseguem distinguir-se devido à sua temática e à sua forma. Em Java, teve uma grande influência por parte do período áureo da civilização indiano-javanesa. Desta forma, as histórias épicas do Mahabharata e Ramayana, serviram de inspiração, pois estas personagens devido às suas grandezas, como também aquilo que significaram na guerra e na paz. Assim, o termo *wayang purwa* (*wayang* significa sombra, *purwa* significa antigo) acaba por estar ligado às histórias destes dois, como também ao melhor período do teatro. Este termo *wayang purwa*, que remete para as histórias épicas, são fundamentais para a tradição do *wayang kulit* (*kulit* quer dizer couro), onde as figuras são feitas com couro de búfalo. Estas peças são encenadas “à noite (exceto na *ngruwat lakon*, uma cerimônia especial que simboliza o exorcismo dos demônios)” (Berthold, 2001: 44), acompanhadas por um *dalang*, um narrador, mas que vai além disso, pois manipula as figuras, e dá vozes às diversas personagens, onde “cada uma individualmente caracterizada em cadência e entonação” (Berthold, 2001: 47). Em Bali, o teatro *wayang* acaba por ser algo mais social, e menos restrito, pois maioritariamente estas peças eram apresentadas nos palácios dos nobres javaneses. A partir do *wayang kulit*, surgiram outras subespécies, como “o *wayang golek* (*golek* quer dizer redondo, plástico), com seus bonecos tridimensionais habilmente esculpidos em madeira e ricamente pintados” (Berthold, 2001: 47), onde o tema era sobre a história do príncipe Menak, e o *wayang kruchil* onde são figuras mais pequenas, “feitas de madeira, porém mais planas e equipadas com braços de couro. Tira seus temas do período entre o declínio de

Majapahit (1520) e a ascensão do império islâmico de Dernak” (Berthold, 2001: 47).

O teatro da Grécia antiga foi um dos que se tornou mais popular até aos dias de hoje, que teve grande influência no ocidente. Aqui o teatro surgiu primeiro em forma de cântico coral, o ditirambo, onde havia composições poéticas e musicais religiosas, em homenagem a Dionísio. Com o tempo surgem as peças teatrais e começam a destacar-se dois gêneros, as tragédias e as comédias. A tragédia está muito ligada a temas como as antigas histórias religiosas, onde representavam a vida dos deuses e o poder que queriam ter na liberdade humana, o sentido da existência e o destino do Homem e a atitude de vingança dos deuses sobre aqueles que tentam fugir ao seu destino. “É a Ésquilo que a tragédia grega antiga deve a perfeição artística e formal, que permaneceria um padrão para todo o futuro” (Berthold, 2001: 107), porque até hoje umas das suas grandes peças é mencionada, *Os Persas*, que seguia uma estrutura bem definida, “um prólogo que explicava a história prévia, o cântico de entrada do coro, o relato dos mensageiros na trágica virada do destino e o lamento das vítimas” (Berthold, 2001: p.107), mostrando assim compaixão pelos vencidos. Sófocles foi outro autor de grandes peças, e o mais premiado, com dezoito prêmios dramáticos, colocando o homem em sofrimento sem saída. As comédias, muitas vezes em forma de sátira, tinham presentes temas da atualidade política, do quotidiano, onde eram ridicularizados, tanto os vícios, os filósofos, as atitudes políticas, até mesmo os deuses. Um dos grandes nomes foi Aristófanes, conhecido pelas obras: *Os Cavaleiros*, *As Nuvens*; onde este, Aristófanes via-se “como o acusador das tendências subversivas e demagógicas na política e na filosofia de Atenas” (Berthold, 2001: 121). O teatro da Grécia antiga foi se destacando pelas suas peças e autores, que foi evoluindo e surgindo assim as trilogias e as tetralogias, como continuaram a ter destaque pelos seus trabalhos ao longo dos anos. Tendo também as suas regras, onde os atores eram sempre homens, interpretavam vários papéis e usavam máscaras.

O teatro da Roma antiga desenvolveu-se durante o período da República e do Império Romano, onde teve uma grande influência do teatro da Grécia antiga, mas também tinham elementos próprios da sua cultura. Aqui o teatro vivia muito da opinião do público, se este gostava da peça, pois ditavam o sucesso da mesma. Durante o declínio do Império, devido aos problemas sociais, acabou por aparecer um termo, do qual, “o teatro de Roma fundamentava-se no mote político *panem et circenses* - pão e circo - que os estadistas astutos têm sempre tentado seguir.” (Berthold, 2001: 139), fazendo assim com que o povo não pensasse nas outras questões e esquecesse do que estava a acontecer naquele momento. Além disto, o

teatro da Roma tinha outros géneros além da comédia e da tragédia, como as farsas, os mimos e a pantomima.

O teatro vai muito além do que apenas a este que referi, pois no mundo existe e ao longo dos tempos o teatro foi tendo as suas variáveis, como por exemplo, o teatro na Idade Média “é tão colorido, variado e cheio de vida e contrastes quanto os séculos que acompanha” (Berthold, 2001: 185), bastante ligado à religiosidade, neste caso ao cristianismo, utilizando assim as peças como ferramenta de ensino, peças de entretenimento feitas nas ruas, etc.; no Renascimento, houve uma grande renovação e revitalização das artes cénicas, especialmente em Itália, as peças eram mais cómico, onde a criatividade tinha lugar, edifícios específicos para o teatro, a tragédia humanista, etc.; no Barroco o teatro manteve temas religiosos, mas, por outro lado, focou-se nas emoções do ser humano e nas suas complexidades, nos seus conflitos, nas paixões, a atuação era exuberante, etc; e nos dias de hoje, todos têm as suas peculiaridades, temas, objetivos, deixando a sua marca e até influenciando outros ao longo do tempo. Desta forma, sendo o teatro uma arte tão antiga, não existe uma única forma de fazer, mostrando assim, que é possível tudo nele, não existe o correto e o errado. O teatro é grandioso por si só, e onde o cinema acaba por ser quase como um primo, pois a câmara acaba por ser o público (espectador).

CAPÍTULO V: O FILME *ATO REBELDE*

V. 1. A ideia

Para perceber melhor a origem da ideia para esta curta-metragem de ficção é preciso recuar para o meu último ano de licenciatura em cinema na UBI (Universidade da Beira Interior). Nesse 1º semestre teria de fazer o segundo projeto, do qual, já andava a pensar em ideias para poder fazer o *pitch*, e foi durante esse período de imaginar um monte de histórias que dessem para uma curta-metragem, que surgiu a ideia de realizar um filme sobre uma idosa a querer fugir do lar. A criação desta história não teve um filme que serviu diretamente de inspiração, simplesmente achei que seria engraçado ver uma senhora idosa a tentar fugir de um lar, mas um filme que esteve sempre presente no meu subconsciente era *Home Alone* (1990), de Chris Columbus. Porém, esta ideia não chegou a avançar para além disso, pois como o covid estava muito presente e existiam riscos, deixei de lado.

Passado um ano, no 1º ano de mestrado na ESAP (Escola Superior Artística do Porto) voltei a pegar nesta ideia na cadeira de argumento, onde desenvolvi melhor a história. Aqui o guião não tinha muitos diálogos, era mais de silêncios, e de interações com objetos, e de uma atuação mais corporal, inspirado nos filmes do Charlie Chaplin. A história foi sempre pensada para ter uma mulher idosa como protagonista do filme, não só por achar que o público iria ter um carinho e compaixão pela personagem, mas também por causa de querer uma mulher como protagonista, devido a não ter tanto destaque como os homens, principalmente já na velhice. A antagonista desta história acaba por ser uma jovem adulta, fazendo uma comparação direta com a idosa. Esta acaba por simbolizar como a idosa se sente ainda interiormente, mesmo que o físico não seja, e como muitas vezes o jovem adulto parece não ter a vontade de aproveitar a vida. A última personagem presente é também uma idosa, sendo o oposto da protagonista, pois já não vai tanto nas ideias que tem, e parece estar conformada com a situação que está. Desta forma, a curta-metragem acaba por desenrolar-se através só de personagens femininas, uma escolha que fiz, pois parece transmitir o significado de forma simples e direta. Quanto ao local onde se passa a ação, o lar, é uma peça importante, pois consegue transmitir a ideia que queria, não só como se o espaço simbolizasse uma prisão, como também um local onde o idoso está numa bolha, onde cada vez mais, parece perder a conexão com o que está fora daquelas paredes, o mundo.

Quando chegou a altura de escolher o que fazer para a conclusão do mestrado, pensei logo em aproveitar este guião sobre a idosa a fugir do lar, pois, assim era

uma forma de concretizar a ideia que tive e aproveitar para fazer o projeto que tinha imaginado há mais de um ano. Porém, a simples ideia de querer realizar uma curta-metragem sobre uma idosa a fugir do lar, tornou-se mais complicada, pois não recebia nenhuma resposta positiva para conseguir filmar num lar. Foi a partir das respostas negativas que o filme acabou por chegar a esta ideia final, acrescentado novas camadas à ideia original, mantendo a ideia base da idosa a fugir do lar, mas com estes acréscimos. Um ensaio de uma peça de teatro e imagens de arquivo. Estes novos elementos dão outra dimensão à curta-metragem. Sendo que a criação de um levou também à utilização de outro. Aqui, o ensaio de uma peça de teatro, que neste caso é a história da senhora a fugir do lar, veio para dispor de um espaço, sem outras pessoas idosas e funcionários a trabalhar, pois em princípio é mais fácil controlar as coisas num único espaço, sem estar a preocupar com outros. E porquê um ensaio da peça? Pois, é mais simples conseguir ter alguns elementos para compor o cenário num ensaio, porque não precisa de ter tudo como no espetáculo e assim também não teria de me preocupar em conseguir um monte de adereços para compor os diferentes tipos de cenários. Desta maneira, os cenários são compostos por poucos elementos importantes, que ajudam no ensaio, mas que apresenta um lado minimalista, dando assim também foco nas personagens. O principal motivo de ter conseguido pensar nesta alternativa, foi por ter visto *La Vénus à la fourrure* (2013), de Roman Polanski, onde uma mulher chega para fazer um teste para uma peça. Outra inspiração foi *Birdman or (The Unexpected Virtue of Ignorance)* (2014), de Alejandro González Iñárritu.

Devido a ter passado o filme para um ensaio de uma peça de teatro, o guião onde antes tinha poucas falas, acabou por sofrer alterações, aumentado os diálogos e diminuindo os silêncios, isto porque o teatro vive muito da voz. Porém, mesmo com o acréscimo de diálogos, ainda existem momentos onde o silêncio (da voz) prevalece.

A ideia da utilização das imagens de arquivo surgiu a partir do ensaio da peça, pois como a narrativa vai-se passar no mesmo local, o palco, e como não tenho grandes elementos que se diferenciam de cenário para cenário, não se ia perceber a mudança de cena. Além de que, não ia ficar bem mudar de cena para outra no mesmo espaço, pois ia ficar confuso e não se ia perceber bem onde as personagens estavam. E é aqui que as imagens de arquivo aparecem, para serem utilizadas como uma espécie de transição entre cenas, uma cortina, mas que vai além disso. Pois, pensei em utilizar este tipo de imagens como também um outro fio condutor da história principal. As imagens de arquivo são vistas como velhas, a maioria, mas que têm uma riqueza de conteúdo e existe um universo cheio de coisas diferentes. Os tipos de imagens de arquivo que pretendo que estejam presentes no filme, são

coisas que se relacionam diretamente com a ideia da velhice, mas que consegue ir além disso, ampliando assim o tema para uma interpretação do que é que é velho. Imagens como esculturas, crianças, jovens, objetos, entre outros, são o que vão criar este jogo sobre o que é velho, de questionar isso. Desta forma, as utilizações das imagens de arquivo têm duas utilidades/formas de serem vistas, a primeira como uma espécie de recordações da vida da protagonista quando era mais jovem, algo que pensei ao ver o filme *Gdy Spadają Anioły* (1959), de Roman Polanski. A outra simplesmente coisas que estejam relacionadas com o conceito do quê velho, podendo não estar relacionado com a história principal. A ideia de querer usar imagens de arquivos na curta, surgiu também por causa de ver alguns documentários que utilizavam esta ferramenta para a narrativa do filme. Para além do mais, acrescenta uma outra camada, que pode permitir diferentes interpretações do espectador, mas que enriquece, eleva a curta-metragem a um outro patamar. No final, mesmo com estas alterações/acréscimos a ideia principal da curta-metragem mantém-se.

V. 2. Os porquês

Ao longo do processo de escrita do guião, das ideias que ia tendo para contar esta história, comecei a questionar-me de certas escolhas que fiz, tanto a nível narrativo como também a nível ficcional. Porquê a tentativa de fuga? Do que foge a protagonista? O que persegue? E porquê uma abordagem ficcional? Questões das quais refleti e que dei resposta a mim mesmo.

Porquê a tentativa de fuga? A princípio parece existir uma resposta simples e direta, pois é mais engraçado a nível narrativo. Todavia, isso acaba por ser uma resposta simples demais, porque existe todo um motivo para a protagonista fazer isso. Não só por causa do espaço de onde está, como também pela forma como esta se sente. Talvez fosse mais fácil ela simplesmente sair do lar, de dia, como se nada fosse, porém isso não ia funcionar, por causa das regras que existem nesse espaço. O lar, para a protagonista, meio que representa uma espécie de prisão, como se fosse a casa onde vivia quando era jovem, onde não podia sair à noite, sem pedir primeiro autorização. Desta maneira, a opção de tentar fugir acaba por ser a mais plausível para a protagonista, fazendo assim recordar-lhe, reviver os momentos em que fazia isso em jovem.

Do que foge a protagonista? Ela foge não só da antagonista, como também do espaço onde está, o lar. A antagonista é o seu obstáculo humano, pois pode acabar com o seu plano se for apanhada. Já o lar é o seu maior obstáculo, mesmo que este não impeça a sua fuga. Para a protagonista este espaço acaba por representar não só uma prisão, como referi em cima, como também a ideia de que já não pode

viver a vida a fazer o que quer. Mas principalmente ela foge deste local porque não quer se tornar esquecível, pois sabe que ainda tem muito para viver, conhecer e divertir-se fora daquelas quatro paredes. Assim, foge da ideia de não poder continuar a viver só por ter uma certa idade e de estar presa num sítio.

Com isto, a pergunta: o que persegue? Acaba por estar ligada à ideia de querer ter a sua liberdade como antigamente. Persegue o desejo de voltar a viver, de ter oportunidade de fazer o que lhe apetece, sem estar num meio onde parece sugar essa energia. De certo modo, a protagonista persegue indiretamente a ideia daquilo que fazia na juventude, e que agora existem obstáculos, as outras pessoas, que não deixam viver como quer, fazer as coisas que deseja, que dão alegria. A protagonista não deseja ser jovem de novo, mas sim continuar a sentir-se viva.

Porquê uma abordagem ficcional? Talvez por ter pensado neste filme já dessa maneira, nem especulei ter uma abordagem documental, onde talvez conseguisse ter facilidade de filmar uma pessoa a contar as suas perícias de fugir dum lar, etc. Porém, a ideia de fazer esta história de maneira ficcional, é por conseguir atrair facilmente o público, pois muitos deles não têm interesse pelo documentário. Além de que, o querer trabalhar com atores idosos, onde terão um papel de destaque também é um dos principais motivos de querer fazer esta abordagem. Sendo que, é mais fácil encontrar documentários onde o idoso é o foco, como *Paz* (2021), de José Oliveira e Marta Ramos, *O Lar* (2008), de António Borges Correia.

A princípio a curta-metragem tinha como título *Vovó Rebelde*, do qual, na minha cabeça fazia sentido no contexto inicial da minha ideia. Porém, com a evolução deste filme, percebi que esse título não condizia muito bem agora, o que me fez pensar noutro que pudesse transmitir logo uma ideia do que poderia ser o filme. Depois de pensar muito, acabei por escolher o novo título, que a meu ver adequa-se melhor, devido à evolução da curta-metragem, intitulado de *Ato Rebelde*. De certa forma não houve uma grande mudança, pois só a primeira palavra é que foi alterada, mas mesmo com esta pequena alteração a curta-metragem acaba por conseguir tocar em dois pontos importantes, principalmente por esta troca de palavras. O significado da palavra ato, aqui faz todo o sentido, porque esta acaba por representar e estar diretamente ligado à curta-metragem, e também pelos significados desta palavra, pois um ato, pode estar associada a uma ação, como também é o que se chama a cada parte que divide uma peça de teatro. Não foi à toa que acabei por escolher esta palavra, pois como a curta-metragem se passa num teatro, e a sua narrativa é envolta a uma ideia/ação que a personagem teve. *Ato Rebelde* é um título direto capaz de dar mais ou menos a ideia daquilo que podemos acabar por ver no filme.

V. 3. Públicos visados

A curta-metragem *Ato Rebelde* é uma comédia protagonizada por uma idosa, tendo assim como principal objetivo atrair o público que gosta de comédias. Além disso, o filme quer dar visibilidade às pessoas idosas, tendo elas como principal foco de toda a narrativa do filme, representadas aqui por duas senhoras, tendo como antagonista uma jovem.

Aqui o principal público visado são os idosos de forma bem direta, estes que ainda se sentem com energia, vontade de viver uma aventura, aproveitar a vida, que não se sentem incapazes de fazer algo. Que estejam fechados num espaço onde foram deixados, neste caso num lar, não é sinal de que não podem ter as suas aventuras, desejos. Nesta obra a idosa é como se fosse regressasse à rebeldia adolescente, pois tenta fugir às escondidas, onde tem obstáculos ao decorrer da fuga, que a levam a situações inusitadas. A antagonista aqui tem um papel não só como um obstáculo para a fuga da idosa, mas também como a representação da juventude a nível físico. O espectador ao ver este filme espero que se entretenha, divirta-se acima de tudo, e que agrade aquilo que viu, mas que posteriormente reflita um pouco, que ponha em causa em como é tratado o idoso nos dias de hoje na nossa sociedade. Que consiga ver/perceber a mensagem que está em torno do filme, onde o idoso pode ainda estar ativo, a fazer o que gosta, e que a idade é simplesmente um número.

CAPÍTULO VI: REALIZAÇÃO DO FILME

VI. 1. Pré-produção

A fase da pré-produção acabou por ser um processo bastante complexo devido aos desafios que já sabia que iriam aparecer, mas também pelos obstáculos que foram aparecendo ao decorrer do tempo. Aqui, três tarefas importantes: arranjar as três atrizes (duas senhoras acima dos 70 anos e uma rapariga mais nova, entre os 23 aos 30 anos), o espaço, neste caso o teatro, e conseguir as imagens de arquivo que se adequassem ao projeto, para além de outros elementos importantes que estiveram presentes nesta fase, que mais à frente irei referir.

A concretização e alterações do guião foi um processo rápido, pois como a base já estava pronta, só foi preciso reescrever algumas partes, neste caso acrescentar diálogos, pois antes o argumento era composto por muitos atos físicos, onde a fala pouco existia. Com isto, as alterações foram simples, depois já sabia mentalmente o que deveria escrever, para complementar a parte dos diálogos.

O método de escolha das imagens de arquivo foi um processo demorado. Aquilo que estava à procura não era nada em concreto, mas sim coisas que pudessem estar relacionadas com o sentido do que é velho. Assim, tanto imagens de pessoas idosas, como crianças, objetos antigos, coisas destruídas, em decadência e até mesmo animais e paisagens eram uma opção. Desta maneira, não me restringia a um só elemento para compor, fazer parte da curta-metragem. A procura das imagens de arquivo foi ampla, desde ver a RTP arquivos, *Internet Archive*, entre outros sites. Durante a procura acabei por encontrar algumas imagens na RTP arquivos que poderiam fazer parte do projeto, tendo pedido autorização para as utilizar. Durante o tempo de espera, andei na mesma à procura de outras imagens, que pudesse usar, que estivessem em domínio público, pois não podia dar por garantido as da RTP. Ao longo desse tempo a procura pelas imagens foi um processo demorado, pois não estava a encontrar nada semelhante às da RTP, de tal forma que demorou algum tempo para encontrar arquivos que me chamassem a atenção e ao mesmo tempo que dessem para utilizar, sem haver qualquer problema. Depois de algum tempo obtive resposta da RTP, todavia tive de desistir desta via porque o que pediam era demasiado alto. Com esta opção descartada, voltei a focar nas outras alternativas que já andava à procura, mas agora mais intensivamente. Ao pesquisar nos outros sites que possuíam imagens de arquivos, acabei por encontrar algumas opções que talvez pudessem estar presentes na curta-metragem; porém, encontrar estes elementos foi mais complicado, porque com o passar do tempo fui tendo mais consciência do tipo de imagens queria, tornando assim o processo mais difícil. Com o passar do tempo e de muito procura,

as imagens de arquivo foram escolhidas, sempre com a preocupação se estão em domínio público, tendo também outras da minha autoria. Estes arquivos foram retirados do *Internet Archive* e *Wikimedia Commons*, no dia 11/05/2024, estando todos em domínio público (no Anexo 1 apresento o link de cada arquivo).

A seleção das atrizes acabou por ser um processo fácil. A atriz mais nova foi a primeira a fazer parte do elenco, pois como já conhecia e estive num projeto onde a mesma estava como atriz, acabei por entrar em contacto com ela e a perguntar se teria interesse em participar na curta-metragem. A escolha das idosas parecia que ia ser um processo mais lento. Porém, tornou-se fácil conseguir encontrar duas senhoras, pois a atriz jovem conhecia senhoras devido a estar num projeto de teatro amador para pessoas idosas. Desta forma, esta transmitiu a palavra às senhoras a perguntar se alguma teria interesse em participar no meu projeto. Assim, consegui quatro senhoras que demonstraram interesse. A escolha de duas entre as quatro, acabou por ser também fácil, pois como a atriz jovem conhecia-as a nível de representação acabei por ouvir a sua opinião, para assim ter uma ideia de quem escolher. Sendo assim, o processo de seleção das duas atrizes foi não só através da opinião da atriz jovem, como pelo aspeto físico também. Desde a primeira vez que vi as quatro opções, já sabia quem queria que fosse a atriz principal, devido à sensação que me transmitia e porque a imaginei logo como a Deolinda, mesmo não sabendo ainda a opinião da atriz jovem. A segunda personagem idosa acabou por ser escolhida também devido ao aconselhamento da atriz jovem. Desta forma, em fevereiro tinha o elenco fechado.

A composição da equipa técnica foi um processo tranquilo, pois acabei por chamar um número reduzido de pessoas para participar e que sabia que estariam interessados. A equipa foi constituída por uma pessoa na parte da captação do som, a Ariana Vieira, com a qual já tinha trabalho em projetos anteriores, eu como operador de câmara/realizador e uma outra pessoa para assistente de realização, o Filipe Carvalho, sendo um colega do curso de mestrado. Um outro elemento da equipa que aceitou ajudar neste projeto foi na parte da montagem, a Ana Teresa, pois também foi outra pessoa com a qual trabalhei em projetos anteriores, e da qual sei do seu potencial e que gosta de montar.

A procura pelo local das filmagens tornou-se um processo lento e demorado, do que imaginava. Inicialmente pretendia filmar logo na primeira ou segunda semana de março, porém, isso tornou-se impossível com o passar do tempo, devido a não conseguir respostas no tempo que tinha estipulado. Em dezembro de 2023, tentei o primeiro teatro, do qual acabei por não ter resposta. Já em janeiro deste ano, o segundo teatro acabou por dar uma resposta, passado muito tempo, só que

negativa devido a um problema que tiveram, sendo que se mostraram prestativos caso não conseguisse nenhum, só que em abril. No final do mesmo mês, tentei um terceiro teatro só que acabou por ser um processo muito lento, sem conseguir respostas durante um longo tempo. Durante esse tempo em que não tinha resposta, tentei um quarto teatro já a meio de fevereiro. Este acabou por dar resposta só que negativo devido a ter espetáculo, mas que em abril, na segunda semana estariam disponíveis. Com este tempo de conseguir resposta já tinha na cabeça que não iria conseguir filmar logo nas primeiras semanas de março. Todavia, o terceiro após tentativas, com a ajuda do meu professor Isolino, acabou por nos abrir as portas. Desta maneira, depois de várias tentativas e persistência o local das filmagens ficou trancado, sendo o espaço o auditório de Gulpilhares, e as filmagens agendadas para os dias 8, 9 e 10 abril. A *repérage* do local acabou por ser bem rápida, devido a ser um local que eu previamente já sabia como era, serviu para ter uma ideia de onde poderia colocar a câmara e os restantes elementos.

A decoração/adereços e os figurinos para compor a curta-metragem foram poucos, principalmente, a nível de décor, pois sabia que iria complicar mais as coisas caso quisesse ter os vários objetos/elementos para criar cada cenário e que também seria complicado arranjar tudo e que depois na parte de levar tudo para o local, organizar, acabaria por tirar muito tempo para filmar. Todavia, um dos motivos de não querer muitos elementos a compor o cenário/palco, vem de querer que o foco esteja inteiramente nas personagens. Sendo assim, os objetos que iria precisar de arranjar seriam poucos, sendo estes, duas cadeiras de madeira, um vaso com flores envolvidos em película aderente, saco preto, corda, um rato de brincar, lençóis brancos, moldura, lanterna, relógio e uma banana. Os figurinos foram simples de se arranjar, o único que tinha uma ideia em concreto era o da personagem principal, o vestido que usa na sua fuga. Este queria que fosse antigo, não vestido recente, que através dele percebe-se que era um vestido antigo e que pela cor também chamaria a atenção ao destacar-se com o fundo do palco, pois este tem uma cortina preta. Os restantes figurinos como a roupa de dormir da personagem Alberta, acabou por ser algo que também chamasse a atenção e talvez menos comum uma senhora usar. A da enfermeira é uma coisa simples, uma bata branca, para haver um contraste entre a protagonista e o cenário/palco.

A parte da realização dos documentos técnicos para a realização da curta-metragem foram simples, pois era algo que tinha em mente e idealizado. Comecei pelo guião técnico, onde a escolha dos planos já estava mais ou menos pensada, tendo os filmes, *Birdman or (The Unexpected Virtue of Ignorance)* (2014), de Alejandro González Iñárritu e *Drive My Car* (2021), de Ryûsuke Hamaguchi e

Dogville (2003), de Lars von Trier como principais referências para esta parte (Anexo 2).

Devido a ser tudo filmado num único espaço, foi preciso pensar em algumas alternativas e composições de planos para que não tornasse o filme em algo repetitivo a esse nível. Um dos principais jogos aqui é junção do teatro e do cinema, pois num teatro temos só uma única visão do palco, onde sentamos e vemos tudo o que está presente no palco, já no cinema é possível criar diferentes perspectivas de visão, criando assim um outro dinamismo, podendo ocultar coisas e mostrar o que se quer. Desta forma, o espectador acaba por ser manipulado perante aquilo que vê, coisa que no teatro em si não acontece. Sendo assim, as escolhas dos planos foram feitas não só para mostrar perspectivas que um espectador de não veria, mas também para fazer com que a curta-metragem tenha um ritmo diferente de cena para cena. Aqui, os grandes planos não são muito usados, pois num espetáculo o público não é capaz de ter a visão, por outro lado, o uso dos planos gerais, americanos, médios são muito usados. Os planos são maioritariamente fixos, tendo só em certas ocasiões movimento para criar um dinamismo em situações específicas e também de olhares/perspetivas que num espetáculo não se tem, em princípio. Depois desta parte, comecei a pensar na *shot list*, pois tinha de pensar bem em quais planos iria filmar em cada dia, pois no primeiro dia e no último é que tinha a antagonista. Desta forma, tinha de ver a melhor maneira de organizar, porque a primeira cena e noutra plano, as três atrizes precisavam de estar juntas, de tal forma, que coloquei essas duas partes logo no primeiro dia, como também cenas onde a protagonista e a antagonista contracenavam. A restante organização foi simples também, pois no segundo dia coloquei planos onde a protagonista, Deolinda, e a personagem secundária, Alberta, apareciam juntas, no último dia ficou todo preenchido pela última cena, onde existiam vários planos, entre a protagonista e a antagonista. Desta forma, os três dias ficaram bem distribuídos ao nível do quê que se iria filmar em cada dia. Outro elemento que acabei por fazer foi o diagrama de cenas para assim visualizar, mais ou menos, a disposição das personagens, dos adereços e também a posição da câmara, de onde teria de estar para filmar, porque ao fazer este documento sabia que iria ajudar-me nas rodagens. Além destes documentos, como a folha de serviço, o mapa de rodagem, que me ajudaram a ver como seriam as coisas, o quê que ia acontecer em cada dia das filmagens. O *storyboard* foi outro elemento que fez parte, do qual, ajudou na parte visual, no quê que iria aparecer em cada plano, tendo assim já uma ideia previa de como queira ver depois pela câmara quando fosse filmar.

Um outro elemento importante para a curta-metragem é o som, pois como o filme está todo presente num local fechado e onde não existem vários elementos para compor o cenário, o som aqui tem um papel importante. O filme *Dogville* (2003), de Lars von Trier é uma referência importante, pois nele ouvimos sons de objetos, como portas a abrir/fechar, sendo que visualmente não estão presentes. E como a minha curta-metragem acaba por ir de encontro nisso, entendi que assim iria conseguir enriquecer a nível sonoro.

VI. 2. Produção: rodagens

O primeiro dia de rodagens aconteceu no dia 8 de abril no local previsto, no auditório de Gulpilhares. O horário previsto de chegada era às 10h30m para começar a organizar as coisas todas para assim dar início às filmagens dos planos definidos. Após um pequeno atraso motivado pelas limpezas que ainda decorriam, começou-se a organizar as coisas, desde colocar as luzes que eram precisas e perceber onde ficavam, a montar câmara, a conferir/preparar o equipamento do som, as atrizes a vestirem-se, explicar o que se ia filmar e como, a esclarecer algumas dúvidas.

As filmagens na parte de manhã tinham como foco a personagem principal, a Deolinda, e a antagonista, a enfermeira, tendo sido filmadas cenas onde ambas contracenavam. Aqui foi preciso puxar um pouco pela atriz principal, para sentir-se à vontade para assim ficar mais tranquila para representar da melhor forma, e consequentemente para que não fossem precisos muitos *takes* em cada plano. De um modo geral, os planos rodados na parte da manhã correram bem, tendo também alguns pequenos percalços/ajustes, como alterar a posição da câmara, alterar de objetiva, perceber que o plano não ficava da forma idealizada e ter de ajustar-me para conseguir concretizar o plano.

A pausa para almoço foi tranquila e necessária, pois acabou por dar oportunidade de conhecer mais o lado pessoal das atrizes e também para criar um ambiente agradável, de bem-estar e de boa convivência. As filmagens foram retomadas na parte de tarde, com alguns planos planeados para de tarde, envolviam as três personagens. Os planos onde as três contracenavam foram tranquilos de se filmarem, mesmo tendo feito alguns *takes*, não só por achar que podiam fazer melhor, como também pequenos ajustes para a imagem ficar bem. Depois de filmar os planos onde as três estavam juntas, pois a atriz da personagem Alberta tinha de sair numa determinada hora do qual já estava tudo previsto e organizado, acabei por ter a oportunidade de repetir alguns planos da parte da manhã. Porém, houve algumas coisas fora do previsto, como aparecer gente para pousar algumas coisas, fazendo barulho impeditivo de filmar. Numa visão geral, as coisas correram

minimamente bem neste primeiro dia de rodagens, não só por ter conseguido filmar tudo que tinha planeado como também perceber como as coisas podiam ir dali para a frente sem grandes problemas, mesmo havendo contratempos.

O segundo dia de rodagens, dia 9 de abril, foi mais puxado devido a uma baixa por parte de um elemento da equipa técnica, que foi o assistente de realização, por motivos de saúde. Desta forma, a equipa técnica passou a ser composta por dois elementos, por mim e a diretora de som. Sem o assistente de realização, acabei por andar um pouco com mais pressa e a tentar perceber se estava tudo bem, para assim cumprir o planeado para aquele dia. O dia das filmagens tinha como objetivo filmar as cenas onde as atrizes idosas contracenavam como também cenas onde a personagem Deolinda estava sozinha. Às 10h30m estávamos todos no local, prontos para dar início às filmagens. A preparação para começar a filmar não foi muito complicada, porque era só colocar mais ou menos algumas coisas na mesma posição do dia anterior, fazer alguns ajustes no enquadramento em alguns planos para corresponderem com o que tinha sido planeado. Quanto à representação das senhoras acabou por ser preciso em alguns momentos repetir planos, pois não estavam a sair bem. Uma das coisas que também acabei por fazer para assim ajudar as atrizes a ficarem tranquilas e sem pressão, foi estar sempre também a encenar o que cada uma tinha de fazer, para assim terem uma referência de mais ou menos como queria e como poderiam fazer. No global, este segundo dia de rodagens correu bem, mesmo sendo só dois elementos na equipa técnica, pois foi filmado tudo aquilo que havia sido planeado, mesmo tendo de vários takes em certos planos.

O terceiro e último dia de rodagens, dia 10 de abril, foi o mais complicado e o mais puxado a nível de execução. Isto porque não ia ter a diretora de som, embora já soubesse previamente. O que não esperava é que o assistente de realização ainda não estivesse bem, de tal modo que não poderia ajudar neste último de filmagens. Com isto tudo a acontecer, o previsto e o não previsto, acabei por ser só eu a fazer tudo, tando aquilo que já fazia como agora teria de estar na parte do som, uma parte que teve bastante pressão. Fazer a som não é algo de goste muito, mas sei desenrascar-me, pois tinha algum conhecimento adquirido em projetos anteriores. Todavia, aqui o grande desafio foi perceber onde o gravador teria de ficar, devido a estar ligado diretamente à fixa, não podendo locomover-se junto comigo para certos sítios, e ao mesmo tempo ter o microfone para captar, junto comigo, ao lado câmara, pois precisava pegar nele. Com isto tudo, quando tinha de começar a filmar as coisas ficavam caóticas, de certa forma, porque ao colocar a câmara a filmar, logo de seguida ia a correr para colocar também a gravar, dizer as informações comuns (cena, plano e *take*), para depois ir a correr a voltar para a

câmara, pegar no microfone, dizer ação e depois quando fosse para cortar, ir de volta a correr para parar o gravador de som de gravar. E foi assim o dia todo de rodagens, nesta pressa de conseguir fazer tudo sozinho, de ver se tudo estava a correr bem, a ser filmado, captado, se não havia nada de errado e se não estava a esquecer-me de nada.

O planeado para este dia era a última cena e o grande foco conseguir filmar tudo, pois era o último dia em que o teatro estava disponível. Aqui só estavam presentes a atriz principal e a antagonista, as quais se mostraram prestativas caso precisasse de ajuda, devido a estar sozinho na parte técnica. Mesmo estando sozinho, sabia que não podia não pensar muito em como talvez as coisas podiam estar a correr mal, pois sabia que isso não me levava a lado nenhum e não iria ajudar a executar as coisas e também acabaria por preocupar as atrizes. Sendo assim, tentei sempre ao máximo fazer tudo aquilo que pretendia só que talvez com uma certa correria, pois, estando sozinho as coisas acabavam por demorar um pouco mais do que era pretendido. Quanto à parte das atrizes tudo correu bem de modo geral, onde certas coisas corriam bem logo e repetia-se para ter um outro ainda melhor, como também às vezes eram precisos mais *takes* em certos planos, pois ou não tinha ficado bom ou em pequenos pormenores como erros a dizer alguma frase. Mesmo com estas pequenas coisas, dei também oportunidade de as próprias poderem dizer de outra maneira ou até mesmo improvisar em certas ocasiões. Algo que acabou por acontecer e por consequência quebrar o ritmo das filmagens, foram as duas vezes onde apareciam pessoas para colocar algumas coisas, das quais, nunca havido sido informado, o que levou a parar em momentos, pois não ia correr bem com gente a fazer barulho e só iria desperdiçar espaço em algo que sabia que não daria para usar na montagem. Mesmo com isto, acabei por conseguir filmar tudo o que havido sido planeado, tendo até oportunidade de repetir alguns planos que tinha visto depois e, de certa forma, achei que não tinham ficado bons. Acabei por ter tudo filmado mesmo no tempo em que tinha de entregar as chaves, já com as coisas arrumadas para assim sair do espaço. Num modo geral, este último dia de filmagens foi intensivo para mim e o mais puxado, mas que mesmo assim consegui ultrapassar isso de certa forma, e estar focado no objetivo principal, que era filmar tudo para depois ter material para a parte da montagem da curta-metragem. Algo que acabei por aprender com este dia foi que é encarar as coisas de forma leve para não complicar ainda mais e também conseguir adaptar certas coisas caso veja que não está a resultar da forma que havia pretendido.

VI. 3. Pós-produção

O trabalho de pós-produção teve várias etapas, desde a montagem à correção de cor e correção de som, e no qual trabalharam várias pessoas.

A primeira etapa foi a montagem, trabalho que confiei à Ana Teresa, pois é uma pessoa que gosta de montar e com quem já tinha trabalhado noutro projeto. Mas antes de começar a montar foi preciso passar os ficheiros das filmagens, tanto de som como de imagem, para assim conseguir ter todo o material. Outro elemento importante para a montagem foram as folhas de anotação, não só para ver quais planos, quantos takes foram filmados, como também para ajudar a perceber se aquele take é bom ou se tem alguma coisa em específico que se deve saber e que está escrito na parte das notas. Para além disso, ajuda a saber qual ficheiro da câmara corresponde com o do som, podendo fazer assim a sincronização dos planos. Depois da montadora ter o material todo na sua pose, a parte da montagem iniciou-se logo em seguida.

Passado algum tempo, no dia 24/04/2024 tive acesso ao primeiro corte, do qual, tinha pouco mais do que 7 minutos. Ao visualizar o corte já sabia que não ia estar logo como tinha imaginado, porque neste primeiro corte as imagens de arquivo não estavam presentes, pois ainda não estava resolvida essa parte, de modo que as únicas imagens presentes eram das filmagens. Com isto, deu para ver o que se poderia melhorar em cada cena, a questionar certas coisas e acima de tudo a perceber que sem os restantes elementos não dava para perceber muito bem o ritmo do filme. Num modo geral, a curta-metragem ainda estava longe de estar perfeita, e que com as próximas versões as coisas já se estariam a encaminhar para a ideia pretendida.

Recebi o segundo corte no dia 28/04/2024 onde depois de visualizá-lo deu para perceber que já havia uma progressão em comparação com o primeiro. A primeira grande diferença foi ter imagens de arquivo, algumas, não todas definitivas, mas para compor enquanto se montava. Com a utilização das imagens de arquivo provisórias a curta-metragem mostrava aquilo que futuramente poderia tornar-se. Mesmo com estes pequenos avanços e os com algumas alterações na montagem ainda não estava suficientemente bom, pois ainda havia certas cenas que precisavam de ser limadas. A montadora também experimentou certas opções não programadas, que acabei por gostar e aceitar, pois via que com essas pequenas decisões a curta-metragem podia ter um bom ritmo e não ser sempre previsível em certas questões; um exemplo disso, era usar imagens de arquivo sempre entre mudança de cenas, sendo que a montadora não utilizou esse método.

O terceiro corte também foi recebido no mesmo dia do segundo corte. Aqui a duração da curta-metragem já chegava a 10 minutos. Depois de observar tudo e de ver as mudanças que tinham sido feitas, reparei que as coisas já se estavam a encaminhar para uma versão final. Uma das grandes mudanças foi a duração das imagens de arquivo provisórias, pois antes não estavam como tinha planeado, onde elas teriam tempo para respirar e também para o espectador observar, e agora isso já acontecia, de tal modo, que sentia uma grande diferença para a versão anterior. Porém, não estava finalizado, pois as duas últimas cenas não estavam boas e necessitavam também de pequenos ajustes.

O quarto corte demorou mais algum tempo para ver, devido à dificuldade em encontrar as imagens de arquivo. Quando finalmente chegou o corte não estava a agradar-me, principalmente por causa do tipo de imagens de arquivo. Então conversei com a montadora para tentarmos perceber como poderíamos melhorar essa parte, como também fazer alguns ajustes em certos elementos da montagem para a curta-metragem ter um bom ritmo.

O quinto corte foi recebido no dia seguinte já com as alterações que de certa forma se aproximavam quase para a versão final da curta-metragem. Porém, ainda não estava no ponto, porque havia certas questões relativamente a uma cena que não agradava à montadora, pelo que falamos para perceber o seu ponto de vista e como arranjar uma alternativa para ver como resultaria através disso. Assim sendo, a montagem estava quase pronta, tendo estes pequenos detalhes para ajustar.

O sexto corte foi visto passado dois dias, concluindo-se que a montagem estava pronta e que não era preciso mexer em mais nada. Porém, isso não aconteceu devido a um problema na mudança de um plano para o outro na cena da casa-de-banho, pois a forma como acontecia acabava por distrair e até pode dizer-se que é um *raccord*. E com esse pequeno erro eu e a montadora tentamos perceber o que poderíamos fazer para cobrir isso. Depois de várias sugestões e de tentativas para ver o que melhor resultava, decidimos colocar um novo plano para encobrir esse pequeno *raccord*. Tendo feito esse ajuste a curta-metragem acabou por ter sete cortes, estando assim pronto para começar a correção de cor e de som. De um modo geral, a parte da montagem ficou com algumas diferenças relativamente ao que tinha planeado, o que sempre acontece, tanto mais que envolveu outra pessoa na montagem, mas o resultado final é algo que me agrada. Todavia, foi por esse motivo que escolhi ter outra pessoa a fazer a montagem, porque sabia que poderia ajudar, ter uma outra perspetiva e forma de montar, até mesmo trazer ideias que acabam por criar um dinamismo ao filme, que antes não tinha pensado.

Com a montagem já definida o passo seguinte foi a montadora mandar a linha do tempo para mim, para fazer a correção de cor, e para a Ariana, responsável pela correção de som. A montadora, Ana Teresa, acabou por enviar todo aquilo que precisavas para fazer o nosso trabalho, no dia seguinte, 16/05/2024, porque a mesma estava em Macau durante todo o processo de montagem. Antes de começar a correção de cor e de som verificou-se se tudo estava bem para assim caso houvesse um problema corrigir logo de início.

A correção de cor teve início no dia 16/05/2024; para fazer este trabalho utilizei o *DaVinci Resolve* pois é um programa com que estou familiarizado, como também é ótimo para tal fim. Mesmo não tendo grande experiência em correção de cor, acabei por aprender o essencial para conseguir assim ter um resultado minimamente satisfatório.

O processo da correção de cor foi algo rápido, mas ao mesmo tempo trabalhoso devido às suas especificações em determinados aspetos. À primeira vista parecia ser algo fácil, devido às cenas serem todas no mesmo espaço, onde não havia grandes mudanças. Todavia, por ser tudo no mesmo ambiente houve certas questões que complicaram na hora da correção de cor. Devido a não existir várias cores, uma iluminação bem construída com pontos diferentes de luz, a correção de cor estava muito restrita nesses aspetos. Porém, mesmo tendo estes problemas, a ideia que pretendida estava lá, pois como o palco tinha cortinas pretas as personagens acabam por ser logo o foco, tornando assim o fundo preto, sem se perceber se o espaço tinha profundidade. Com isso, um dos principais trabalhos foi conseguir tornar as cortinas pretas, quando apareciam, quase sem ter grande informação, sem textura, para assim criar também um ambiente fechado, onde as personagens estavam, e principalmente enfatizar o espaço em que a protagonista estava e como o via. Desta forma, a correção esteve focada em tornar este preto ainda mais marcante, e por outro lado, conseguir realçar as personagens quando as mesmas apareciam, para assim conseguir haver uma diferença significativa entre elas e o fundo (as cortinas). Por não existir em alguns planos uma iluminação que desse para diferenciar bem as personagens do fundo com, conseguir dar destaque às mesmas foi complicado, pois com tentativa e erro, percebi que não podia exagerar em certas técnicas que estava a utilizar para conseguir ter essa diferença, porque acaba por estragar a imagem, mas com as várias tentativas cheguei a um resultado onde consegui realçar as personagens, acabando por terem também as suas sombras marcadas, como por exemplo no rosto, tendo assim um grande contraste entre luz e sombra. Uma opção que tive quanto à correção de cor, quanto às filmagens do teatro, foi com que houvesse entre as cenas um pouco de diferença quanto à sua correção de cor, porque queria com que existisse uma diferença entre

elas, mesmo que em algumas seja algo subtil, onde a cor é a grande diferença, pois logo na primeira cena é um tom mais quente e nas outras algo mais frio, azulado.

De um modo geral, a correção de cor das cenas do teatro, acabaram por ser repetitivas, pois o processo era o mesmo, tendo em certos pontos algumas diferenças e especificações que acarretavam uma atenção maior, mas que no final ia dar tudo ao mesmo lugar a nível do que era pretendido. Teve as suas dificuldades, mas que tiveram as soluções, mesmo não tendo eu uma grande experiência neste tipo de trabalho. O que me leva a pensar que vendo o antes e o depois da correção de cor, dá para perceber uma diferença significativa e que a meu ver para melhor. Posso dizer que mesmo não tendo cenas diferentes, este trabalho foi difícil, não só por não ter grandes habilidades, mas também por saber que requer um grande esforço e ter interesse num trabalho demoroso e bem detalhista.

Quanto às imagens de arquivo, estas não sofreram alterações pois queria manter a seu formato original, sem fazer nenhuma alteração na cor, simplesmente mostrar como são, dando assim o seu espaço para mais uma vez aparecerem na sua essência. Questionei-me se deveria fazer alguma correção nelas, só que ao pensar melhor, percebi que isso acabava por ir contra o que pretendia com elas, que era mesmo utilizá-las como são para assim haver uma diferença entre a narrativa principal e os momentos onde apareciam.

A correção de som como referi anteriormente foi realizada pela Ariana, trabalho que iniciou também no dia 16/05/2024, ouvindo eu a primeira versão no dia 30/05/2024. Todo o processo da correção de som não parecia ser um trabalho muito complicado, pelo facto de as filmagens terem sido feitas num espaço isolado. Todavia acabou por existir um problema, porque em certos momentos, mesmo a Ariana fazendo o que era necessário para a correção, havia um ruído que estava presente no áudio, tendo sido informado de tal quando recebi a primeira versão. Este ruído que estava às vezes presente no som, era do local das rodagens, sendo que, nas rodagens a Ariana já ouvira e informara, e que sabia que durante a pós iria ter de tratar. Ao ouvir esta versão deu para notar em certos momentos esse ruído que ela falou e que às vezes se ouvia outras não, de tal modo, que a Ariana se mostrava preocupada por ouvir, mas que sabia que iria conseguir resolver isso na limpeza do som. Se formos a olhar para o trabalho que a correção de som precisava de fazer, em princípio seria limpar os ruídos ao nível as vozes. Porém, e tendo como referência sonora o filme *Dogville* (2003), o som não fica por aí, de tal modo, que um outro trabalho que a Ariana teve foi acrescentar sons em certos pontos específicos, para assim as ações/gestos que as personagens faziam sem a

presença dos objetos, terem o som para dar a entender que mesmo não vendo o que é, sabemos o que é pelo som. Desta forma, nesta versão esses sons já se ouviam o que mostrou ser mesmo uma peça fundamental para a curta-metragem, dando assim uma outra camada.

Para além destes sons específicos que foram acrescentados tinha na cabeça que era preciso algo ainda mais para compor o som, tendo anteriormente falado com a Arina sobre uma ideia que tive e que queria testar para ver se resultava ou não. A ideia era acrescentar sons como um espirro, uma pessoa a tossir, palmas, sons que normalmente podem estar presentes numa peça de teatro, por causa do público. A origem desta ideia foi aparecendo durante o processo da montagem, pois pensei que seria engraçado ter este jogo de sons que são criados pelo público, mesmo que durante a curta-metragem não se veja ninguém, podendo assim brincar com a ambiguidade de a peça ser um ensaio, por não ter muitos elementos visuais ou ser já uma apresentação, por causa desses sons. De tal modo, que a Ariana testou isso e ao ouvir agradou-me e pareceu dar um outro ar ao filme, mas ainda não estava terminado. A segunda versão do som mostrou uma melhoria significativa devido a ter sido acrescentado certos elementos sonoros que enriqueceram a composição do som. Tendo mais alguns sons que nós humanos produzimos, ou de certos objetos que temos, por exemplo o telemóvel, a curta-metragem acentuou ainda mais a ideia que tinha, sobre a dualidade do que ouvimos, mas não vemos, criando assim uma dúvida sobre o que estamos a ver.

Numa visão geral, a correção de som e tudo o resto a nível sonoro, dá para afirmar que ficou um trabalho bom, e que de certa forma a sua construção tem um papel bastante importante no filme, porque é a partir do som que a curta-metragem acaba por ganhar outras camadas, que sem ele não existiam, sendo assim uma peça fundamental para toda a narrativa.

As três músicas (extra-diegéticas) presentes na curta-metragem surgem maioritariamente quando as imagens de arquivo aparecem, dando a entender que ali, fora do lar (palco), a vida tinha um outro ar; porém, o outro momento em que surgem é no final de tudo, dando a entender que a protagonista vai viver de novo. Sendo assim, a música serve para amplificar certos sentimentos daquilo que passa. Trata-se de músicas antigas, imediatamente reconhecíveis, e que trazem um alívio, um momento mais alegre.

Depois de ter sido feita a correção de cor e som, o passo seguinte voltou a estar nas mãos da montadora, pois tinha de juntar as duas coisas, para assim conseguir fazer a exportação final da curta-metragem. Este processo não foi muito complicado ou até mesmo demorado; porém, foram ainda feitas algumas coisas

importantes, que são os créditos. Já com uma ideia prévia de como seriam, e tendo o som e a imagem finalizados, a parte de creditar tornou-se mais fácil.

Todo o trabalho feito na pós-produção, montagem, correção de cor, correção de som, fez com que este filme se transformasse noutra coisa além daquilo que já imaginava que pudesse vir a ser. Todos contribuíram para que a curta-metragem ganhasse outra dimensão, mesmo havendo alguns desafios pelo meio, durante todo este longo processo. Ver o crescimento do filme gradualmente, as ideias que foram aparecendo para agregar, as opções que foram tomadas para chegar ao produto final, mostram que o cinema é capaz de se transformar (manipular, se formos pensar numa outra perspectiva) em várias coisas, dependendo da forma como queremos transmitir isso. O tempo de pós-produção que levou para que o filme ficasse concluído, estando finalizado a 14/06/2024, fez com que se pudesse pensar bem naquilo que se fazia, e até mesmo olhar para erros e tentar corrigir ou até mesmo deixar ficar, pois olhando para a narrativa, a ideia que tenho do filme, aquele pequeno erro contribuía. Um exemplo disso é que em alguns planos aparece os óculos da atriz Estrela (a Deolinda) ao peito, que até se pode dizer que é um *raccord*; porém, depois de me aperceber disso já na pós-produção percebi que condizia com a ideia que tinha, se a aquilo é um ensaio ou não da peça. Por isso, até pequenos erros podem ajudar sem estarmos a contar.

Olhando para a curta-metragem já finalizada e conhecendo todo o processo/evolução que teve, posso afirmar que o resultado final me satisfaz. Claro que existem certos pormenores que se pudesse alterava, pois sempre vemos alguma coisa que dá para melhorar. De certo modo, tudo o que aparece no filme é uma visão minha, que pretendo passar para quem for ver, mas que ao mesmo tempo seja livre de interpretar o que quiser e se entretenha também.

CONCLUSÃO

Este trabalho de projeto foi um processo muito complexo e exaustivo, no qual tive a oportunidade de conhecer novas coisas sobre a temática e de explorar de forma mais criativa, de experimentar algumas ideias que fui tendo para a realização da curta-metragem. Confesso que o processo de pesquisa para a parte teórica escrita foi um dos obstáculos mais difícil e cansativo, não só por ser algo que para mim é complicado, porque estou mais ligado aos aspetos da criação/imaginação, como também pela paciência necessária para procurar e ler vários livros e artigos, além de ser preciso uma escrita que se adeque a esse tipo de trabalho. Em compensação, toda a pesquisa permitiu-me aprofundar conhecimentos, conhecer novas perspetivas, e construir um pensamento mais adequado sobre a temática. Em suma, toda a pesquisa teórica ajudou diretamente e indiretamente todo o processo de realização da curta-metragem.

Quanto à concretização do filme *Ato Rebelde* foi uma experiência igualmente pesada, mas ao mesmo tempo satisfatória. Desde a criação do guião, a escolha do casting, os elementos da equipa, a procura do local das filmagens, do planeamento de como iria filmar, até à montagem, correção de cor e som, tudo foi um trabalho demorado, com imprevistos, frustração em certos momentos, mas no final ao ver a curta-metragem mostra que valeram a pena os esforços. Uma das partes mais complicadas disto tudo, foi estar a pensar em tudo sozinho, e começar o projeto de certa forma sozinho, pois se é bom às vezes sermos só nós a fazer determinadas coisas sem ser preciso mais ninguém, aqui, ao realizar um filme, ser o único envolvido não é muito agradável nem possível. O cinema é um trabalho que envolve pessoas e que não se faz sozinho, e se tentar vai ser uma experiência puxada e as coisas podem acabar por não correr totalmente bem, conforme o planeado; e eu tive essa experiência ao rodar este filme pois, devido a vários imprevistos, fiquei sozinho no último dia de rodagens e tive de fazer tudo a correr para conseguir filmar a tempo.

A realização foi um trabalho complexo, porque não queria tornar a minha escolha de planos monótona e sim criar um dinamismo, visões que um público de teatro não está acostumado a ter. Era importante conseguir sentir-me intrigado com aquilo que estava a fazer e conseguir transmitir isso atrás dos planos, o que de certa forma aconteceu. Talvez a visão que tenho enquanto realizador seja querer ir contra alguma coisa daquilo que supostamente já estamos à espera de ver, ou de pensar que a seguir a tal tem de vir tal, e aqui tive a oportunidade de explorar até um certo ponto aquilo que tinha em mente, tanto a nível da realização como também nos outros aspetos. Foi através de obstáculos que não podia derrubar que

consegui explorar outras alternativas, tendo sido bastantes importantes para a criação do projeto. Uma das tarefas mais stressantes foi conseguir um local para filmar e este processo demorou bastante tempo, mesmo tendo começado a procura com antecedência. Por isso, várias coisas que aprendi no decorrer do projeto foi ter bastante paciência, insistir para conseguir ter uma resposta, estar sempre com a mente aberta a alterações e nunca dar nada como garantido. De certo modo, toda a experiência da realização da curta-metragem deu para aprender algo novo e ser mais flexível e aberto a alternativas.

O resultado final do *Ato Rebelde* é um trabalho feito com coração, suor, onde todos os envolvidos deram tudo de si para entregar o melhor, e que ao ver-se o filme acho que isso é refletido, mesmo tendo talvez umas pequenas falhas, que de certa forma são aprendizagens para projetos futuros. No final fico contente por ver como uma ideia que tinha na cabeça se foi transformando e concretizando, e que tanto pode dar certo como errado, mas que no meu entender, aquilo em que o filme se tornou é algo incrível, agradável de se ver, observar e sentir. E o importante é que através deste filme as pessoas consigam perceber a vida não vai só até uma certa idade, mas sim até quando quisermos.

BIBLIOGRAFIA

Baptista, A. (2023, junho 5). *Quão envelhecida é a população portuguesa?* Expresso. Disponível em: <https://expresso.pt/iniciativaseprodutos/projetos-expresso/5-decadas-de-democracia/2023-06-05-Quao-envelhecida-e-a-populacao-portuguesa--0b8995e1>

Beauvoir, S. (1990). *A Velhice*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira

Beauvoir, S. (2018). *A velhice*. Tradução de Maria Helena Franco Martins. 2ª ed. – Rio de Janeiro: Nova Fronteira

Berthold, M. (1972). *História mundial do teatro*. São Paulo: Perspectiva

Coelho, C. (2023, outubro 29). *Terceira Idade: A geração predominante - ComUM*. Disponível em: <https://www.comumonline.com/2023/10/terceira-idade-a-geracao-predominante/>

Diário de Notícias & Lusa (2018, fevereiro 23). *OMS. Portugal é um dos cinco países da Europa que pior trata os idosos*. Diário de Notícias. Disponível em: <https://www.dn.pt/portugal/portugal-esta-nos-cinco-paises-da-europa-que-pior-trata-os-idosos-estudo-9139937.html/>

eportugal (2024). *Como abrir uma estrutura residencial para pessoas idosas - ePortugal.gov.pt*. Eportugal.gov.pt. Disponível em: <https://eportugal.gov.pt/fichas-de-enquadramento/como-abrir-uma-estrutura-residencial-para-pessoas-idosas>

Faria, N. (2023, fevereiro 22). *Portugal está a envelhecer a um ritmo mais acelerado do que restantes países europeus*. PÚBLICO. Disponível em: <https://www.publico.pt/2023/02/22/sociedade/noticia/populacao-portugal-envelhecer-ue-revela-eurostat-2039817>

Gomes, D. (2023, janeiro 24). *Solidão: a “doença invisível” que afeta cada vez mais idosos*. Wwww.dn.pt. Disponível em: <https://www.dn.pt/sociedade/solidao-a-doenca-invisivel-que-afeta-cada-vez-mais-idosos-15707671.html>

Gomes, T. A. (2023, dezembro 10). *Depois dos decréscimos provocados pela pandemia, esperança média de vida em Portugal voltou a subir*. Região de Leiria. Disponível em: <https://www.regiaodeleiria.pt/2023/12/depois-dos-decrescimos-provocados-pela-pandemia-esperanca-media-de-vida-em-portugal-voltou-a-subir/>

Gonçalves, P. (2024, janeiro 8). *Funcionário de lar julgado por agredir utentes com fraldas*. www.cmjornal.pt. Disponível em: https://www.cmjornal.pt/portugal/detalhe/funcionario-de-lar-julgado-por-agredir-utentes-com-fraldas?ref=CmaoMinuto_DestaquesPrincipais

Lopes, M. (2023, março 30). *Os lares não são todos iguais*. Observador. Disponível em: <https://observador.pt/opiniao/os-lares-nao-sao-todos-iguais/>

Lusa (2024, janeiro 16). *Cinemas com aumento de 2,6 milhões de espectadores e 17,4 milhões de receitas em 2023 - Renascença*. Rádio Renascença. Disponível em: <https://rr.sapo.pt/noticia/vida/2024/01/16/cinemas-com-aumento-de-26-milhoes-de-espectadores-e-174-milhoes-de-receitas-em-2023/362881/>

Lusa (2023, outubro 18). *Maus-tratos em lar: 10 arguidos começam a ser julgados em Évora*. SIC Notícias. Disponível em: <https://sicnoticias.pt/pais/2023-10-18-Maus-tratos-em-lar-10-arguidos-comecam-a-ser-julgados-em-Evora-fe9b2cc6>

Lusa & CF. (2023, fevereiro 27). *CNN Portugal*. Cnnportugal.iol.pt. Disponível em: <https://cnnportugal.iol.pt/lar/formigas/funcionario-de-lar-em-boliqueime-acus>

Lusa (2023, novembro 3). *Mais de 44.100 idosos que vivem sozinhos ou isolados sinalizados pela GNR*. Observador. Disponível em: <https://observador.pt/2023/11/03/mais-de-44-100-idosos-que-vivem-sozinhos-ou-isolados-sinalizados-pela-gnr/>

Lusa, & AO Online. (2020, dezembro 22). *Mentor da primeira aldeia lar para idosos em Portugal defende replicação do modelo no país*. Açoriano Oriental. Disponível em: <https://www.acorianooriental.pt/noticia/mentor-da-primeira-aldeia-lar-para-idosos-em-portugal-defende-replicacao-do-modelo-no-pais-320544>

Matias, P. (2020, outubro 19). *Quem quer ir para um lar de idosos?* Observador. Disponível em: <https://observador.pt/opiniao/quem-quer-ir-para-um-lar-de-idosos/>

N.N., & Lusa. (2020, dezembro 22). *Mentor da primeira aldeia lar para idosos em Portugal defende replicação do modelo no país*. SAPO Lifestyle. Disponível em: <https://lifestyle.sapo.pt/saude/noticias-saude/artigos/mentor-da-primeira-aldeia-lar-para-idosos-em-portugal-defende-replicacao-do-modelo-no-pais>

Pais, J. M. (2006). *Nos Rastos da Solidão – Deambulações Sociológicas*. Porto: Ambar

Resende, T. (2023, dezembro 13). *Quota de espectadores que vê cinema português é a mais baixa dos últimos cinco anos - Cinema Sétima Arte*. Www.cinema7arte.com. Disponível em: <https://www.cinema7arte.com/quota-de-espectadores-que-ve-cinema-portugues-e-a-mais-baixa-dos-ultimos-cinco-anos/>

Rocha, C. (2023, janeiro 16). *Cadeia de supermercados holandesa reforça conceito de "caixa lenta" para quem quer conversar*. Observador. Disponível em: <https://observador.pt/2023/01/16/cadeia-de-supermercados-holandesa-reforca-conceito-de-caixa-lenta-para-quem-quer-conversar/>

SIC Notícias. (2023, junho 6). *Falta de resposta em lares deixa idosos em lista de espera até 10 anos*. SIC Notícias. Disponível em: <https://sicnoticias.pt/pais/2023-06-06-Falta-de-resposta-em-lares-deixa-idosos-em-lista-de-espera-ate-10-anos-1b38e17d>

Silva, C. (2012). *Espiritualidade e Religiosidade das Pessoas Idosas: Consequências Para a Saúde e Bem-estar* (Tese de doutoramento), Universidade Católica Portuguesa, Instituto de Ciências da Saúde

SNS (2020, agosto 12). *Estruturas Residenciais para idosos*. Wwww.sns.gov.pt. Disponível em: <https://www.sns.gov.pt/noticias/2020/08/12/estruturas-residenciais-para-idosos/>

Stannah (2017, abril 4). *Solidão nos idosos: Causas, consequências e como combater*. Blog Portugal. Disponível em: <https://blog.stannah.pt/vida-saudavel/solidao-nos-idosos/>

Stannah (2019, setembro 9). *O Papel dos Idosos ao longo da História* | Stannah. Blog Portugal. Disponível em: <https://blog.stannah.pt/cuidador/papel-dos-idosos-ao-longo-da-historia/>

Teixeira, D. (2022, maio 2). *Como a solidão pode fazer mal à saúde física e mental*. CNN Brasil. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/como-a-solidao-pode-fazer-mal-a-saude-fisica-e-mental/>

FILMOGRAFIA

Alves, Luís (2022): *O Caso Coutinho*

Bergman, Ingmar (1957): *Smultronstället*

Botelho, João (1985): *Um Adeus Português*

Camurati, Carla (2001): *Copacabana*

Correia, António (2008): *O Lar*

Oliveira, José. Ramos, Marta (2021): *Paz*

Debrauwer, Lieven (2001): *Pauline & Paulette*

Durão, Tiago (2023): *O Misterioso Caso de Lázaro Lafourcade*

Eastwood, Clint (2008): *Gran Torino*

Guerra, João. Reis, Filipa (2023): *Légua*

Hamaguchi, Ryûsuke (2021): *Drive My Car*

Hayakawa, Chie (2022): *Plan 75*

Iñárritu, Alejandro (2014): *Birdman or (The Unexpected Virtue of Ignorance)*

Kurosawa, Akira (1952): *Ikiru*

Leitão, João (2011): *O Grande Monteleone*

Macedo, António (1993): *Chá Forte Com Limão*

McCanlies, Tim (2003): *Secondhand Lions*

Monteiro, João (1999): *As Bodas de Deus* (César)

Nicolau, João (2019): *Technoboss*

Oliveira, Manoel (2012): *O Gebo e a Sombra*

Payne, Alexander (2002): *About Schmidt*

Pessoa, Marta (2009): *Lisboa Domiciliária*

Polanski, Roman (1959): *Gdy Spadają Anioły*

Polanski, Roman (2013): *La Vénus à la fourrure*

Rutler, Monique (1980): *Velhos São os Trapos*

Salles, Walter (1999): *Central do Brasil*

Teens, Scoot (2009): *That Evening Sun*

Von, Lars (2003): *Dogville*

ANEXOS

Anexo 1 (Link das imagens de arquivo)

<https://archive.org/details/Libraria1947>

https://archive.org/details/Guiding_Light

<https://archive.org/details/TripDown1905>

<https://archive.org/details/ChildWen1942>

<https://archive.org/details/MenSteel1960>

<https://archive.org/details/ConeyIsl1940>

[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Bowery_Waltz_\(1897\).webm](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Bowery_Waltz_(1897).webm)

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:De_haven_van_Cama_de_Lobos_op_Madeira,_BestanddeelNr_252-1552.jpg

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:D%C3%A9part_de_cyclistes_-_Film_1896.webm

Anexo 2 (fotogramas)



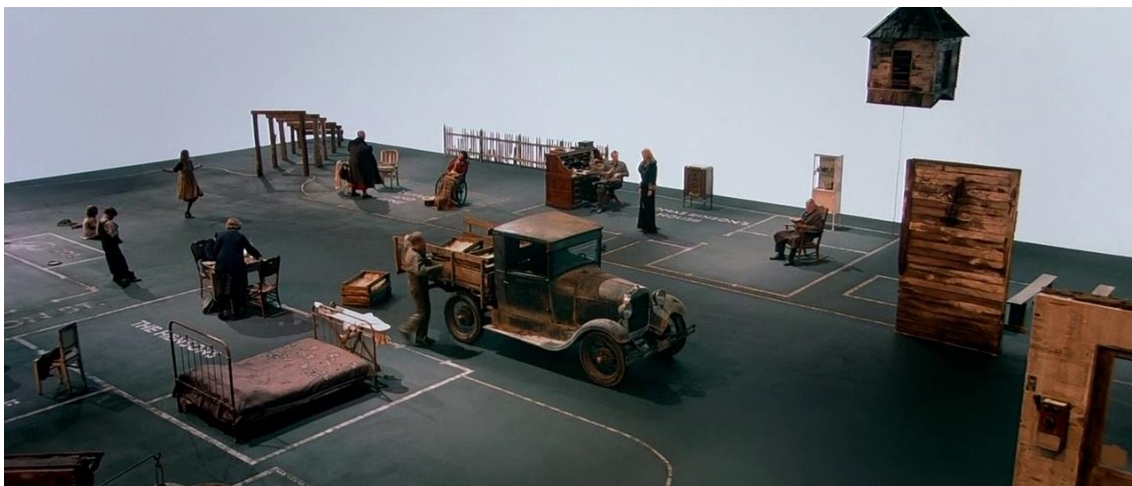
Fotograma 1: *Drive My Car* (2021), de Ryûsuke Hamaguchi



Fotograma 2: *Drive My Car* (2021), de Ryûsuke Hamaguchi



Fotograma 3: *Birdman or (The Unexpected Virtue of Ignorance)* (2014), de Alejandro González Iñárritu



Fotograma 4: *Dogville* (2003), de Lars von Trier

Anexo 3 (fotografias do set)



Fotografia 1



Fotografia 2



Fotografia 3



Fotografia 4



Fotografia 5