

Escuela Superior Politécnica del Litoral

Facultad de Arte, Diseño y Comunicación Audiovisual

Título del trabajo

Producción de cortometraje sobre el síndrome de agotamiento laboral en
jóvenes

Proyecto Integrador

Previo la obtención del Título de:

Licenciado en Producción para Medios de Comunicación

Presentado por:

Arias España Miguel Ángel

Méndez Valenzuela Melanie Christine

Guayaquil - Ecuador

Año: 2025

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por sostenerme en cada etapa
y darme la fuerza para no rendirme,
recordándome siempre que con Él
todo es posible.

A mis padres, por su apoyo
incondicional en la carrera que decidí
seguir, por confiar en mí y ser la
razón de que me esforzara en ser una
estudiante destacada.

A mi alma gemela, quien convirtió la
experiencia universitaria en algo
mucho más valioso. Gracias por
acompañarme, animarme cuando no
quería continuar, y por estar dispuesto
a ayudarme en cualquier rol que
hiciera falta, incluso aprendiendo
conmigo en el camino.

A mi familia, por estar siempre
presentes, y a mis amigos, que
creyeron en mis proyectos hasta el
final, incluso cuando mis ideas
parecían poco convencionales.

Y a mis hermanos en la fe, que con
sus oraciones me recordaron que
nunca estuve sola en este camino.

Christine Méndez

Declaración expresa

Nosotros Melanie Christine Méndez Valenzuela y Miguel Ángel Arias España acordamos y reconocemos que la titularidad de los derechos patrimoniales de autor (derechos de autor) del proyecto de graduación corresponderá al autor o autores, sin perjuicio de lo cual la ESPOL recibe en este acto una licencia gratuita de plazo indefinido para el uso no comercial y comercial de la obra con facultad de sublicenciar, incluyendo la autorización para su divulgación, así como para la creación y uso de obras derivadas. En el caso de usos comerciales se respetará el porcentaje de participación en beneficios que corresponda a favor del autor o autores.

La titularidad total y exclusiva sobre los derechos patrimoniales de patente de invención, modelo de utilidad, diseño industrial, secreto industrial, software o información no divulgada que corresponda o pueda corresponder respecto de cualquier investigación, desarrollo tecnológico o invención realizada por mí/nosotros durante el desarrollo del proyecto de graduación, pertenecerán de forma total, exclusiva e indivisible a la ESPOL, sin perjuicio del porcentaje que me/nos corresponda de los beneficios económicos que la ESPOL reciba por la explotación de mi/nuestra innovación, de ser el caso.

En los casos donde la Oficina de Transferencia de Resultados de Investigación (OTRJ) de la ESPOL comunique al/los autor/es que existe una innovación potencialmente patentable sobre los resultados del proyecto de graduación, no se realizará publicación o divulgación alguna, sin la autorización expresa y previa de la ESPOL.

Guayaquil, 30 de mayo del 2025.



Melanie Christine Méndez Valenzuela.



Miguel Ángel Arias España

EVALUADORES

Omar David Rodriguez Rodriguez

Profesor de Materia

Juan Sebastián Mosquera Calle

Tutor de proyecto

RESUMEN

Actualmente en Ecuador, muchos jóvenes que ingresan al mercado laboral tienen que enfrentarse a rutinas agotadoras junto a unas altas expectativas en la productividad, sobre todo en una sociedad que tiende a normalizar el trabajo excesivo. Aquí es donde surge el burnout o también conocido como el síndrome de agotamiento laboral. El objetivo de este proyecto es producir un cortometraje de ficción en donde se aborde este tema de la salud mental para la reflexión y concientización sobre la importancia del descanso como parte del bienestar emocional. Para la elaboración de este proyecto usamos equipo de producción audiovisual de alta gama gracias al trabajo conjunto que tuvimos con una productora con trayectoria en la ciudad de Quito. Y como resultado se obtuvo una obra audiovisual de seis minutos de alta calidad académica en donde se representó de manera coherente como afecta el fenómeno del burnout a los jóvenes adultos del país.

Palabras clave: Burnout, audiovisual, fenómeno, obra.

ABSTRACT

Currently in Ecuador, many young people entering the workforce face exhausting routines along with high expectations of productivity, especially in a society that tends to normalize excessive work. This is where burnout, also known as burnout syndrome, arises. The objective of this project is to produce a short fiction film that addresses this topic of mental health to foster reflection and raise awareness about the importance of rest as part of emotional well-being. For this project, we used high-end audiovisual production equipment thanks to our collaboration with a long-standing production company in Quito. The result was a six-minute audiovisual work of high academic quality that coherently depicted how the burnout phenomenon affects young adults in the country.

Keywords: Burnout, audiovisual, phenomenon, work.

Índice General

AGRADECIMIENTOS	2
Declaración expresa	3
EVALUADORES	4
RESUMEN.....	5
ABSTRACT.....	6
Índice General	7
Capítulo 1	8
1.1 Introducción	9
1.2 Descripción del Problema.....	10
1.3 Justificación del Problema.....	11
1.4 Objetivos	12
1.4.1 Objetivo general	12
1.4.2 Objetivos específicos	12
1.5 Marco teórico	12
Capítulo 2	15
2.1 Metodología	16
2.2 Preproducción.....	16
2.2.1 Investigación documental	16
2.2.2 Guion y desarrollo narrativo	17
2.2.3 Planificación de rodaje	17
2.2.4 Casting	18
2.2.5 Diseño visual	18
2.3 Producción.....	19
2.3.1 Dirección de arte.....	19
2.3.2 Equipo técnico.....	20
2.3.3 Locaciones.....	20
2.3.4 Registro audiovisual	20
2.3.5 Logística	21
2.4 Postproducción	21
2.4.1 Edición	21
2.4.2 Colorización	21
2.4.3 Diseño sonoro.....	21
2.4.4 Exportación	22
Capítulo 3	23
3. Resultados y análisis	24
Capítulo 4	26
4.1 Conclusiones y recomendaciones	27
4.1.1 Conclusiones	27
4.1.2 Recomendaciones	28
Referencias Bibliográficas.....	31
Anexos	32

Capítulo 1

1.1 Introducción

En la era contemporánea, la salud mental se ha convertido en una preocupación prioritaria, especialmente entre los jóvenes adultos que enfrentan desafíos significativos en su vida laboral y personal. En Ecuador, se observa un creciente número de personas jóvenes que, al incorporarse al mercado laboral, se enfrentan a rutinas extenuantes, altas expectativas de productividad y una cultura que tiende a glorificar el trabajo excesivo, dejando poco espacio para el descanso o la autorreflexión. Esta situación ha contribuido al surgimiento de un fenómeno conocido como *burnout*, un síndrome de agotamiento físico, emocional y mental derivado del estrés laboral crónico.

A pesar de ser un problema cada vez más común, el burnout suele ser invisibilizado o confundido con simples niveles de estrés pasajero. Esta falta de visibilidad hace que muchos jóvenes no reconozcan los síntomas hasta que alcanzan un punto de colapso, afectando su calidad de vida, su salud y su entorno social. Frente a esta realidad, el arte y la comunicación audiovisual se convierten en poderosas herramientas para sensibilizar, educar y generar empatía.

La presente investigación propone la producción de un cortometraje de ficción titulado *Rompa el vidrio*, que busca representar de forma simbólica y narrativa los estados emocionales vinculados al burnout en jóvenes adultos. El proyecto se enmarca en la necesidad de generar contenido que visibilice problemáticas de salud mental desde una perspectiva humana, sensible y reflexiva, invitando a la audiencia a cuestionar la normalización del agotamiento y a valorar la importancia del descanso como parte esencial del bienestar.

El cortometraje será desarrollado con base en una investigación previa sobre las principales causas y manifestaciones del burnout laboral en jóvenes ecuatorianos, y tomará como punto de partida elementos simbólicos y visuales para construir una

narrativa que conecte con la realidad emocional de su público objetivo. La metodología de trabajo incluye la investigación documental, entrevistas y procesos creativos propios del lenguaje audiovisual, abordando el problema desde una visión interdisciplinaria que articule arte, comunicación y salud mental.

1.2 Descripción del Problema

El burnout laboral es una condición caracterizada por agotamiento emocional, despersonalización y una disminución en el rendimiento laboral. En el contexto ecuatoriano, numerosos jóvenes adultos, especialmente entre los 22 y 35 años, enfrentan cargas laborales excesivas, falta de límites en sus horarios, presión por cumplir con estándares de productividad, y escasa cultura del autocuidado.

Este fenómeno se ha acentuado en un entorno postpandemia, donde la virtualidad ha difuminado las fronteras entre lo personal y lo laboral, y donde la idea del éxito se relaciona con el sacrificio extremo y la autoexigencia permanente. En muchos casos, los jóvenes no poseen las herramientas suficientes para identificar las señales de advertencia del burnout ni los canales adecuados para expresarlas o buscar ayuda. Esto desemboca en crisis emocionales, estados de ansiedad, problemas de salud física, y aislamiento social.

El problema se agrava al considerar que, en el ámbito cultural y mediático, son escasos los contenidos que abordan esta realidad desde una perspectiva sensible y educativa. Aunque existen campañas de concienciación, aún predomina una visión superficial o estigmatizante de los trastornos relacionados con la salud mental.

Por ello, este proyecto propone la creación de un cortometraje como herramienta de sensibilización social, que permita representar con profundidad las emociones vinculadas al burnout, invitando a la reflexión sobre la importancia del descanso y del autocuidado. El objetivo

es conectar emocionalmente con el espectador y visibilizar una problemática que, aunque latente, suele ser ignorada.

La institución académica en la que se enmarca este proyecto es la Escuela Superior Politécnica del Litoral (ESPOL), dentro del proceso de titulación de la carrera de Producción para Medios de Comunicación. Este proyecto no cuenta con una empresa cliente específica, pero responde a una problemática social latente y observable entre los jóvenes adultos del entorno actual, particularmente aquellos vinculados a contextos laborales exigentes. Desde un enfoque académico y creativo, se busca generar un producto audiovisual con impacto social que promueva la reflexión y el diálogo en torno a la salud mental y el agotamiento laboral juvenil.

1.3 Justificación del Problema

La importancia de abordar el burnout laboral en jóvenes radica en su creciente incidencia y en las consecuencias negativas que genera tanto a nivel individual como social. Ignorar esta problemática puede derivar en daños emocionales permanentes, desmotivación profesional, abandono de carreras, y problemas relacionales.

Además, en Ecuador, la discusión sobre salud mental aún enfrenta obstáculos culturales, como el estigma, la minimización de los síntomas, o la falta de recursos accesibles para el tratamiento. Frente a esto, el arte se presenta como una vía alternativa para generar conciencia, fomentar la empatía y abrir espacios de diálogo.

El cortometraje propuesto no busca ser un diagnóstico clínico ni una solución terapéutica, sino una representación artística y simbólica que permita a los espectadores identificarse con situaciones reales y reflexionar sobre ellas. Se pretende promover una mirada crítica hacia la cultura del rendimiento excesivo y poner en valor el descanso, la pausa y el cuidado emocional.

Justificar este proyecto también implica reconocer el potencial del audiovisual como medio de transformación social. A través de una historia de ficción, es posible emocionar, conmover y movilizar, generando un impacto más profundo que el de una campaña informativa tradicional. Por tanto, esta investigación tiene un valor significativo tanto en el ámbito académico como en el cultural y social.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Producir un cortometraje de ficción que aborde la salud mental en jóvenes adultos como tema social, para la reflexión y concientización sobre la importancia del descanso como parte fundamental del bienestar emocional.

1.4.2 Objetivos específicos

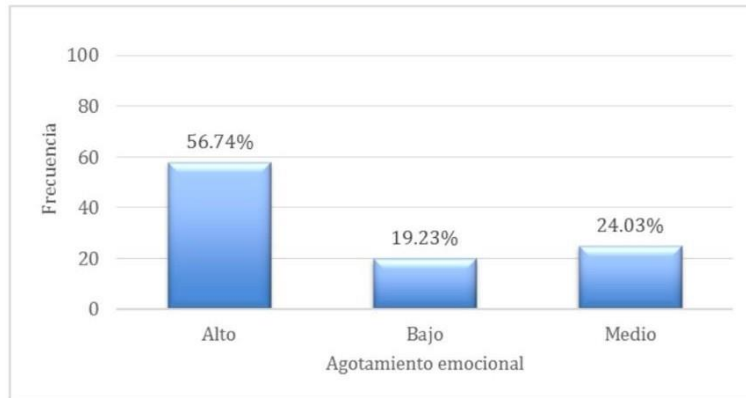
1. Investigar las principales causas y manifestaciones del burnout laboral en jóvenes adultos en Ecuador, como base para el desarrollo narrativo del cortometraje.
2. Desarrollar una propuesta que integre elementos de ficción con situaciones relacionadas a la salud mental, para una correcta representación estética y narrativa.
3. Representar visualmente distintos estados emocionales comunes en los jóvenes adultos, a través de elementos simbólicos, para la identificación del público con los personajes.

1.5 Marco teórico

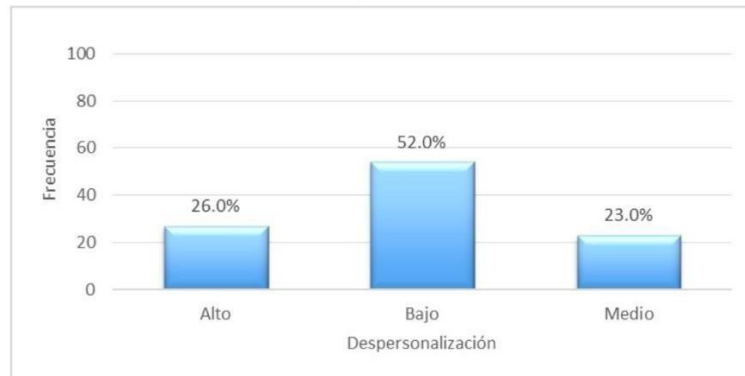
El burnout laboral ha sido ampliamente estudiado desde diversas disciplinas como la psicología, la sociología y la medicina del trabajo. El término fue introducido por Herbert Freudenberger (1974), quien lo definió como un estado de agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal en el ámbito laboral. Posteriormente, Christina Maslach desarrolló el *Maslach Burnout Inventory*

(*MBI*), una de las herramientas más utilizadas para medir este síndrome, identificando tres dimensiones principales: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal.

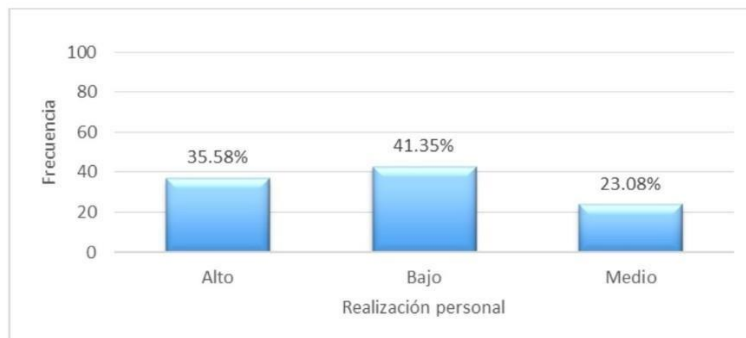
Elaborado por: Los Autores



Elaborado por: Los Autores



Fuente: Encuesta Maslach



Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), el burnout es reconocido como un fenómeno ocupacional que afecta principalmente a trabajadores en

contextos de estrés prolongado. En el caso de los jóvenes, estudios recientes revelan que son particularmente vulnerables debido a la falta de experiencia, presión por alcanzar estabilidad económica, y la constante competencia profesional.

En el ámbito latinoamericano, diversas investigaciones (Ramírez, 2020; Ortega & Quintero, 2021) han mostrado cómo factores culturales, sociales y económicos influyen en el desarrollo del burnout en jóvenes profesionales. La falta de políticas de bienestar laboral, el desempleo encubierto, y la precarización del trabajo son algunos de los elementos estructurales que agravan esta situación.

Desde el campo audiovisual, el cine y los medios se han convertido en herramientas poderosas para visibilizar temas de salud mental. Autores como Nichols (2001) o Bordwell y Thompson (2012) han discutido el poder del cine como representación simbólica de la realidad. En particular, los cortometrajes permiten condensar narrativas complejas en formatos accesibles y emocionalmente impactantes.

El uso de símbolos visuales para representar estados emocionales también ha sido abordado por estudios en semiótica audiovisual (Metz, 1974; Monaco, 2000), donde se analiza cómo elementos como la luz, el color, el encuadre o el ritmo de montaje pueden generar significados profundos sin necesidad de un discurso literal.

Asimismo, se ha demostrado que el uso de ficción con elementos de realidad emocional puede ser una estrategia efectiva para lograr identificación del público, promover la empatía y estimular procesos reflexivos (Plantinga, 2009).

Esta base teórica sustenta la propuesta de producción del cortometraje *Rompa el vidrio*, el cual busca integrar recursos estéticos y narrativos para representar con sensibilidad el desgaste emocional provocado por el burnout, desde una mirada artística, simbólica y consciente del impacto social del audiovisual.

Capítulo 2

2.1 Metodología

La metodología aplicada en el desarrollo del cortometraje *Rompa el vidrio* se estructuró en tres fases fundamentales: preproducción, producción y postproducción. Cada una de estas etapas respondió a los objetivos planteados y se realizó bajo criterios académicos, técnicos y artísticos propios de la producción audiovisual.

El proyecto adoptó un enfoque cualitativo con base en la investigación-creación, ya que el producto final corresponde a una obra audiovisual que surge de la indagación teórica y la experimentación artística. Se emplearon métodos de análisis documental, a partir de fuentes académicas y estudios sobre el agotamiento laboral en jóvenes adultos en Ecuador y Latinoamérica, complementados con procesos creativos propios de la narrativa cinematográfica. El diseño metodológico también contempló consideraciones éticas, como la representación simbólica en lugar de la recreación literal de testimonios, evitando la exposición directa de casos individuales.

2.2 Preproducción

Durante esta fase se realizaron las siguientes actividades:

2.2.1 Investigación documental

Se recopilaron estudios sobre burnout en jóvenes ecuatorianos y material audiovisual relacionado con la representación de la salud mental, incluyendo tanto documentales como películas que exploran emociones y estados psicológicos complejos. Entre nuestras referencias se encuentra el documental de la BBC *The Student Mental Health Crisis*, que proporciona un enfoque realista y cercano sobre las experiencias de personas jóvenes enfrentando dificultades emocionales, así como *I Am Gen Z*, que refleja la presión social y los desafíos específicos de la generación actual. Además, se consideraron películas de ficción como *Fragmentado* e *Intensamente*, utilizadas únicamente como referencia visual y narrativa para comprender cómo se puede

representar la fragmentación de la personalidad y las emociones de manera simbólica y cinematográfica. Esta combinación de estudios académicos y material audiovisual sirvió para construir un marco de inspiración que encaminó la narrativa, la caracterización de los personajes y la selección de recursos visuales para transmitir de forma efectiva los efectos del burnout en la protagonista.

2.2.2 Guion y desarrollo narrativo

Se elaboró un guion original que utiliza símbolos visuales para representar los estados emocionales de la protagonista. La narrativa se estructuró con énfasis en la transición entre distintas facetas de su personalidad simulando la fragmentación de su realidad causada por el agotamiento y la presión emocional. Cada escena fue pensada para reflejar, a través de gestos, colores, iluminación y objetos, los cambios internos que experimenta la protagonista, generando una conexión más profunda entre su mundo interno y la percepción del espectador. Además, se incorporaron elementos que refuerzan la temporalidad y los recuerdos de su infancia, mostrando cómo estas experiencias influyen en su presente y contribuyen a la sensación de dispersión emocional. Este enfoque permitió que el cortometraje no solo contara una historia lineal, sino que transmitiera de manera visual y simbólica la complejidad del burnout y sus efectos en la identidad y las emociones de la protagonista.

2.2.3 Planificación de rodaje

Se diseñó un plan de rodaje para grabar en la ciudad de Quito, estructurado con cronogramas detallados, con el fin de optimizar tiempos y recursos. Para cada jornada se elaboró un documento específico de orden de rodaje, que contemplaba la secuencia de escenas, la disposición de cámaras, iluminación y sonido, así como la asignación de roles y responsabilidades dentro del equipo de producción. Además, se tomaron en cuenta factores logísticos esenciales, como las condiciones climáticas previstas, los horarios de

grabación más adecuados según la luz natural, los tiempos de alimentación del equipo y los descansos programados para garantizar el bienestar de todos los involucrados. Este nivel de planificación permitió que cada día de rodaje transcurriera de manera organizada y eficiente, asegurando que se cumplieran los objetivos técnicos y creativos del proyecto sin comprometer la calidad de la producción ni la salud del equipo.

2.2.4 Casting

Se eligió a la actriz principal en función de su capacidad interpretativa para transmitir emociones complejas vinculadas al tema del proyecto. La selección se basó en su sensibilidad para representar estados de agotamiento emocional, frustración y vulnerabilidad, elementos fundamentales para que el público pudiera conectar de manera auténtica con la historia. De manera complementaria, se seleccionó a la actriz que interpretó a la versión infantil de la protagonista, cuidando que existiera un parecido físico y expresivo con la actriz adulta, de modo que la transición entre ambas etapas de la vida resultara verosímil y reforzara la narrativa emocional del cortometraje. Asimismo, se incluyó al actor que interpretó al hermano de Camila, buscando que su relación con la protagonista fuera creíble tanto en apariencia como en química actoral, lo que permitió que las dinámicas familiares y los vínculos afectivos se percibieran genuinos. Este cuidado en la selección del elenco garantizó que cada interpretación contribuyera de manera coherente a la historia, potenciando la conexión emocional del público con la protagonista y su experiencia de burnout, así como con su pasado y sus relaciones familiares más cercanas.

2.2.5 Diseño visual

En la etapa de preproducción, se desarrolló el diseño visual del cortometraje a través de la creación de moodboards, storyboard y guion técnico, con el objetivo de establecer de manera anticipada la atmósfera, los colores, la iluminación y la composición

de cada escena. Los moodboards permitieron definir la paleta cromática, los estilos de vestuario y la estética de los espacios, asegurando que todos los elementos visuales transmitieran coherentemente los estados emocionales de la protagonista. El storyboard y el guion técnico se utilizaron para planificar las transiciones entre diferentes facetas de la personalidad de la protagonista, la ubicación de los objetos simbólicos y la dinámica visual de cada secuencia. Esta planificación incluyó la representación de la habitación desordenada al inicio del cortometraje, la disposición de papeles, bocetos y ropa para reflejar el caos interno del personaje, así como la ubicación de elementos simbólicos como un gabinete de emergencia con almohada, que serviría para reforzar la narrativa visual. Gracias a este trabajo previo de diseño, se pudo garantizar que todos los elementos estéticos y simbólicos estuvieran alineados con la historia, facilitando una producción más organizada y coherente en el rodaje.

2.3 Producción

El rodaje se realizó en Quito durante 5 días seguidos, con jornadas previamente planificadas, aplicando técnicas propias del cine de ficción:

2.3.1 Dirección de arte

Se definieron cuidadosamente los elementos de arte, vestuario y utilería simbólica con el objetivo de reforzar la atmósfera y el lenguaje visual del cortometraje. Como parte de la puesta en escena, se utilizó un gabinete de emergencia con un letrero que decía “Rompa el vidrio en caso de emergencia”, dentro del cual se colocó una almohada, funcionando como un símbolo visual de contención emocional. Para representar las distintas facetas de la personalidad de la protagonista, se emplearon transiciones a través de objetos específicos, acompañadas de cambios de vestuario y variaciones en la iluminación, que ayudaron a diferenciar cada estado emocional de manera clara y simbólica. En la representación del desorden inicial de la habitación de la protagonista,

se recurrió a bocetos tirados en el piso, papeles, facturas y ropa dispersa, buscando que el entorno reflejara de manera tangible el caos interno y la saturación emocional que experimenta. Cada decisión de diseño visual se pensó para que los elementos no solo complementaran la narrativa, sino que también transmitieran, de forma indirecta pero potente, la carga emocional y psicológica de la protagonista, integrando de manera coherente arte, vestuario y utilería dentro de la construcción del mundo del cortometraje.

2.3.2 Equipo técnico

Para la filmación se utilizó una Blackmagic Pocket Cinema Camera 6K Pro, que permitió registrar en formato digital de alta calidad con amplio rango dinámico, lo que facilitó un trabajo detallado de colorización en la etapa de postproducción. En cuanto a la iluminación, se contó con un set compuesto por una Aputure 300d equipada con softbox (Light Dome) para lograr una luz principal controlada, y luces Godox tipo sable, utilizadas como refuerzos creativos y para acentuar atmósferas específicas en interiores. La captación de sonido se realizó con un micrófono corbatero que captaba el sonido directo, garantizando nitidez en los diálogos y registros ambientales.

2.3.3 Locaciones

Se seleccionaron espacios de trabajo que coincidían con la narrativa de la historia. Las grabaciones se llevaron a cabo en una vivienda ubicada al sur de Conocoto. Estas locaciones facilitaron el contraste entre la rutina laboral de la protagonista y su mundo interior simbólico.

2.3.4 Registro audiovisual

El rodaje se realizó en formato digital RAW, lo que permitió un mayor control en la postproducción, especialmente en la fase de colorización. La producción se desarrolló

a lo largo de cinco días de rodaje, siguiendo un plan previamente establecido que optimizó tiempos y recursos disponibles.

2.3.5 Logística

La producción contempló aspectos operativos como el transporte del equipo y elenco hacia las locaciones, la alimentación del personal durante las jornadas de grabación y la gestión de permisos de filmación. Asimismo, se aplicaron protocolos de bienestar para los actores infantiles, asegurando que trabajaran en horarios adecuados y bajo la supervisión de sus padres.

2.4 Postproducción

En esta fase se consolidó el cortometraje a través de los siguientes procesos:

2.4.1 Edición

Para este proceso se usó la herramienta de Da Vinci Resolve. Se realizó un montaje en el que se combinó distintos tipos de edición, narrativa, rítmica y experimental, ha énfasis en la fragmentación de la experiencia emocional, alternando momentos de tensión y calma.

2.4.2 Colorización

Se aplicaron diferentes estilos visuales mediante el uso de nodos tanto en serie como en paralelos que diferenciaron los estados emocionales de la protagonista, dando como resultado un ambiente de inquietud hasta llegar a la secuencia final con un carácter onírico.

2.4.3 Diseño sonoro

Se hizo uso de herramientas de edición de sonido como Reaper, el cual, sirvió para hacer voces con tonos de videollamadas y llamada telefónica además que también se les aplicó un efecto para simular voces mentales. Posteriormente la normalización y mezcla

se hicieron en el Fairlight de Da Vinci. Además, se incorporó una mezcla de sonidos ambientales, foleys y efectos sonoros sacados de bibliotecas virtuales gratuitas como Pixabay que ayudaron a reforzar la atmósfera psicológica.

2.4.4 Exportación

El cortometraje fue exportado en formato digital .MP4, usando el códec H265, con una resolución de 1920x1080 y 24 cuadros por segundo para obtener un archivo ligero, pero de buena calidad para la entrega final.

En este proyecto, al tratarse de una obra de ficción, se evitó la exposición de casos reales o identificables. Se obtuvo el consentimiento informado del elenco y del equipo de producción para el uso de su imagen y trabajo. En el caso de la participación de niños, se contó con la autorización expresa y escrita de sus padres o representantes legales, quienes aprobaron su intervención en el rodaje.

En cuanto a la música, se emplearon piezas obtenidas de la plataforma Pixabay, libres de derechos de autor para fines audiovisuales, garantizando el cumplimiento de los lineamientos legales en materia de propiedad intelectual.

La metodología seleccionada permitió articular el rigor académico con la creatividad artística. El uso de investigación documental y testimonios indirectos garantizó una representación fundamentada del agotamiento laboral, mientras que la narrativa audiovisual aportó un lenguaje simbólico y accesible para el público. De esta manera, se cumplió con el objetivo de desarrollar un producto académico y creativo que contribuye a la sensibilización y a la reflexión sobre la salud mental en jóvenes adultos, dentro de un alcance formativo y de difusión cultural.

Capítulo 3

3. Resultados y análisis

Este proyecto tuvo como objetivo general producir un cortometraje de ficción que explorara la salud mental en jóvenes adultos, con el propósito de reflejar de manera simbólica el burnout y la importancia del descanso como parte del bienestar emocional. En cumplimiento de este objetivo, se produjo *Rompa el vidrio*, una obra de 6 minutos de duración rodada en la ciudad de Quito, que combina elementos narrativos y visuales para favorecer la identificación y la reflexión del espectador.

En relación con los objetivos específicos, se realizó un análisis documental de fuentes académicas y reportes de organismos internacionales como la OMS, lo que permitió identificar síntomas frecuentes del burnout —agotamiento emocional, ansiedad y despersonalización— y trasladarlos a recursos narrativos y visuales del cortometraje. A partir de esta investigación se desarrolló un guion original que integró escenas realistas de la rutina laboral con representaciones simbólicas de la mente de la protagonista. Se utilizaron recursos como colorización, edición, montaje y diseño sonoro para transmitir el desgaste emocional de manera estética y coherente con la ficción. Para reforzar la representación de distintos estados emocionales, se incorporaron elementos clave, contrastes de luz y color, así como la aparición de la protagonista en diferentes facetas de sí misma, incluida su versión infantil. Estos elementos favorecieron la identificación del espectador con las emociones de nostalgia, cansancio, confusión y deseo de liberación.

En términos técnicos, se alcanzó un producto audiovisual con calidad académica, integrando fotografía digital en alta definición, diseño sonoro y colorización que reforzaron el carácter narrativo. La participación de una actriz adulta y dos niños —con autorización expresa de sus representantes legales— permitió explorar la relación de la protagonista con su pasado y mostrar el impacto emocional de la sobrecarga laboral desde

una perspectiva humana. Además, se utilizó música proveniente de la plataforma Pixabay, asegurando el uso legal de material sonoro libre de derechos de autor.

El proceso creativo permitió cumplir con los objetivos planteados: la representación simbólica transmitió los estados emocionales de la protagonista, el impacto estético se consolidó en la secuencia final con un tratamiento de color onírico y un montaje experimental, y el carácter interdisciplinario integró investigación académica, dirección artística y producción audiovisual, confirmando la capacidad de la comunicación audiovisual como herramienta de sensibilización. La narrativa no buscó dar soluciones definitivas al problema del burnout, sino abrir un espacio de reflexión y diálogo en torno a la importancia del autocuidado y la salud mental en jóvenes adultos.

Durante la ejecución del proyecto también surgieron limitaciones propias del contexto de producción. El presupuesto fue reducido, lo que obligó a optimizar recursos. El cronograma de rodaje debió ajustarse por factores externos como la disponibilidad de locaciones y condiciones climáticas en Quito, generando jornadas más extensas de lo previsto. La posproducción representó otro reto, en especial la colorización y los efectos de la secuencia final, que demandaron más tiempo del planificado. Finalmente, la participación de niños requirió una logística especial, limitando horarios y coordinando con los padres para garantizar su bienestar. A pesar de estas dificultades, el cortometraje fue finalizado de acuerdo con los estándares propuestos y cumplió con el objetivo de visibilizar, mediante un lenguaje audiovisual, los estados emocionales asociados al burnout en jóvenes adultos.

Capítulo 4

4.1 Conclusiones y recomendaciones

El desarrollo del cortometraje *Rompa el vidrio* permitió no solo cumplir con los objetivos académicos planteados, sino también aportar a la reflexión en torno a la representación audiovisual de la salud mental. Entre las principales fortalezas del proyecto se destaca la integración de investigación documental con un proceso creativo que logró transformar conceptos teóricos en una narrativa simbólica y estética. Asimismo, la utilización de recursos técnicos como la colorización y el diseño sonoro aportaron a la construcción de una experiencia inmersiva y coherente con la problemática abordada. Entre las debilidades encontradas se identifican las limitaciones presupuestarias y de tiempo, que obligaron a realizar ajustes en el cronograma y a optimizar recursos, así como los retos derivados de la postproducción. Sin embargo, estas dificultades se convirtieron en aprendizajes que enriquecieron el proceso y demostraron la capacidad de resiliencia del equipo. En este sentido, los resultados obtenidos evidencian que la comunicación audiovisual puede ser una herramienta eficaz para sensibilizar sobre problemáticas sociales, y abren la posibilidad de que futuros proyectos profundicen en nuevas formas de representar el burnout y otros temas relacionados con el bienestar emocional de los jóvenes adultos.

4.1.1 Conclusiones

Tras aplicar las fases metodológicas y de producción del proyecto *Rompa el vidrio*, se obtuvieron las siguientes conclusiones principales:

1. La investigación documental sobre el burnout en jóvenes adultos permitió identificar sus principales causas y manifestaciones, como el agotamiento emocional, la ansiedad y la despersonalización. Este análisis fue fundamental para trasladar dichos elementos a la narrativa y a los símbolos visuales del cortometraje.

2. El desarrollo del guion y la propuesta estética integraron elementos de ficción con situaciones relacionadas a la salud mental, logrando una representación coherente y sensible. Los recursos narrativos y técnicos empleados — colorización, edición, montaje y diseño sonoro— fortalecieron la representación audiovisual del desgaste emocional.
3. La representación visual de los estados emocionales de la protagonista y la aparición de distintas facetas de sí misma, incluida su versión infantil, permitió construir un relato audiovisual claro y coherente. A través de la narrativa simbólica, la estética planificada y la caracterización de los personajes, se logró transmitir de manera efectiva emociones comunes entre jóvenes adultos, evidenciando un desarrollo sólido del lenguaje audiovisual y de los recursos de producción.
4. En términos generales, el proyecto cumplió con su objetivo de producir un cortometraje que aborda la salud mental desde una perspectiva simbólica y reflexiva. Como producto audiovisual, destaca por la integración armoniosa de guion, diseño visual, dirección de actores, montaje y diseño sonoro, ofreciendo una obra que comunica de manera tangible los estados emocionales de la protagonista y las complejidades del burnout, mostrando un enfoque creativo y profesional en la construcción narrativa.

4.1.2 Recomendaciones

Tras culminar el desarrollo del proyecto *Rompa el vidrio* y alcanzar los objetivos planteados en la propuesta, se presentan a continuación las recomendaciones primordiales para futuras investigaciones o producciones audiovisuales que aborden temáticas relacionadas con la salud mental y el burnout en jóvenes adultos. Estas recomendaciones

buscan ampliar los alcances del estudio, superar algunas de las limitaciones encontradas y fortalecer la representación audiovisual de los estados emocionales y la narrativa simbólica.

1. **Ampliar la muestra de investigación documental:** Incorporar estudios más diversos, incluyendo contextos de otras ciudades o países, para enriquecer la comprensión de las manifestaciones del burnout y sus factores asociados, lo que permitiría crear narrativas más universales y representativas.
2. **Profundizar en la exploración de la narrativa audiovisual:** Investigar nuevas técnicas visuales y sonoras para representar estados emocionales complejos, como animación, efectos visuales avanzados o realidad aumentada, que podrían potenciar la experiencia inmersiva del espectador.
3. **Desarrollo de personajes secundarios y dinámicas familiares:** Futuras producciones podrían explorar con mayor profundidad la relación entre la protagonista y su entorno familiar o social, ampliando la perspectiva sobre cómo estas interacciones influyen en el bienestar emocional.
4. **Incrementar recursos y tiempo de producción:** Considerar presupuestos más amplios y tiempos de rodaje extendidos, lo que permitiría perfeccionar escenas complejas, ensayos de actuación y ajustes técnicos sin comprometer la calidad de la obra.
5. **Estudios sobre la recepción y el impacto en la audiencia:** Realizar investigaciones posteriores que midan cómo los espectadores perciben la representación del burnout, lo que ayudaría a validar la efectividad de la comunicación audiovisual y a orientar mejoras en futuras producciones.

6. **Documentación y sistematización del proceso creativo:** Recomendar que futuras producciones registren de manera detallada el proceso de preproducción, rodaje y postproducción, lo que facilitaría el análisis académico y la generación de buenas prácticas en proyectos similares.

Referencias Bibliográficas

- Fraudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues*, 30 (1), 159-165.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1997). *The Maslach Burnout Inventory Manual* (4a ed.). Consulting Psychologists Press.
- Feijoo-Galarza, F. M., Jacome-Alburquerque, E. B., & Requelme-Jaramillo, M. J. (2003). Escala de Maslach Burnout aplicada a internos de enfermería de una universidad ecuatoriana. *Polo del Conocimiento*, 8 (1), 3-23.
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Clasificación Internacional de Enfermedades* (11ª Revisión). <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>
- Monaco, J. (2000). *How to Read a Film: Movies, Media, and Beyond* [Multimedia edition]. Harbor Electronic Publishing
- Metz, C. (1974). *Film Language: A Semiotics of the Cinema*. Nueva York, NY: Oxford University Press.
- Plantinga, C. (2009). *Moving Viewers: American Film and the Spectator's Experience*. University of Carolina Press.

Anexos

ROMPA EL VIDRIO

Drama

Christine Méndez

1. INT. - CUARTO DE CAMILA -DÍA

Camila está en videollamada con un cliente. Tiene un fondo virtual bonito, pero su cuarto real es un caos.

CAMILA
(sonríe)
¡No, tranquila! Sí me da tiempo. Yo soy rápida con estas cosas.

CLIENTE 1
¿Segura que podrás terminarlo para esta semana?. No tengo apuro en realidad.

CAMILA
Sí... ya casi termino.

CLIENTE 1
Dale, cualquier cosa me avisas.

Camila sonríe y cierra la laptop. Silencio. Mira el caos a su alrededor (platos, bolsas, papeles con bocetos). Se quita una bufanda que tapaba una mancha de café en su camiseta.

CAMILA
(suspira)
Empecemos.

Camila entusiasmada, cambia de posiciones en su cuarto. Escribe ideas. Las bota. Camina sobre el desorden de su habitación. Aplasta una bandeja de comida sin terminar que está en el piso.

Camila respira profundamente, mantiene su entusiasmo e intenta limpiar. Comienza a levantar cosas y encuentra unas facturas que le recuerdan las deudas que debe pagar. Camila deja lo que recojió sobre la cama y vuelve a su laptop.

No despega su mirada de la pantalla. Su mamá la llama desde afuera.

MAMÁ
Cami, ¿vas a comer?

CAMILA
(grita)
Ya casi termino.

CAMILA
(para sí misma)
No puedo esperar hasta la próxima semana. Si lo termino antes, me pagan antes.

Suena su celular. Recibe la llamada de un amigo.

AMIGO
(nervioso)
Ehh, Cami. ¿Estás bien?. Te estuve esperando anoche pero no llegaste. Pensé que había pasado algo.

Camila se levanta apresuradamente y revisa los post-its de "actividades por realizar" pegados en su armario. Se da cuenta que lo escribió pero se le olvidó.

CAMILA
(incómoda)
No sabes cuánto lo siento. Lo olvidé. He tenido mucho trabajo estos días y...

AMIGO
(desilusionado)
Claro, entiendo. No tienes que explicarme, tienes mucho trabajo. Lo sé.

CAMILA
(avergonzada)
En serio lo siento. Te llamo luego.

Entra su hermano pequeño a la habitación y abre la puerta lentamente.

SANTI
Cami, ¿me das para un chicle?

CAMILA
Ahora no tengo Santi, pídele a mi mamá.

SANTI
Ella dijo que te pida a ti. Ya tienes trabajo.

CAMILA
(suspira)
Y aún así no tengo nada. Terminó este trabajo y te compro todos los dulces que quieras. Lo prometo.

SANTI
(triste)
Eso dijiste el otro día.

CAMILA
(frustrada)
Sí, pero...

SANTI
(enojado)
Y también dijiste que veríamos
películas y jugaríamos juntos.

Su hermano sale de la habitación tirando la puerta con fuerza. Camila, sin palabras, se deja caer arrimándose a su armario y en sentada el suelo, suelta una lágrima. Trata de contener el sentimiento de impotencia.

Regresa camina hacia su cama, deja su teléfono y apunta cosas en una libreta para no olvidar. La libreta tiene varias notas ya escritas como: ayudar a mi mamá con la luz (este mes sí), pagar tarjeta. Y escribe una nueva cosa: dulces para Santiago y noche de películas en familia.

Camila mira un sticker que dice: "La inspiración absoluta es la fecha límite" -Nolan Bushnell. Se cae hacia atrás en su cama.

2. INT. - CUARTO DE CAMILA -NOCHE

Camila comienza a marearse. Todo es confuso. El cuerpo empieza a hablar. Ve todo nublado. Se le riega un café que tenía desde la mañana sin terminar. Siente dolor en la espalda. Escucha voces confusas. Sus ojos denotan cansancio pero ella sigue. Bosteza. Cierra los ojos un momento.

La luz de la habitación parpadea. El silencio se llena de zumbidos bajos, como si la realidad se distorsionara. Camila yace en su cama, con los ojos cerrados. Su respiración es pesada.

La cámara comienza a moverse lentamente por la habitación. El caos cotidiano se siente más presente: platos sucios, papeles arrugados, tazas con café viejo. Todo parece amplificado.

De pronto, un murmullo en off comienza a sonar, confuso, fragmentado: voces de su mamá, su cliente, su hermano, su amigo... se entrelazan como ecos dentro de su cabeza.

VOZ CLIENTE
¿Segura que puedes terminarlo?

VOZ MAMÁ
Cami, ¿vas a comer?

VOZ AMIGO
Te estuve esperando...

VOZ SANTI
Eso dijiste el otro día...

La cámara gira hacia una silla vacía. Al volver al centro de la habitación, Camila ya no está en la cama.

Al fondo, aparece de pie, con un pañuelo colorido en el cabello y lápices en la mano. Su expresión es intensa, eufórica.

Camila escribe en un papel, rompe otro, pega post-its en la pared. Habla sola. Creatividad.

CAMILA
(con entusiasmo)
¿Qué tal si todo gira... o cambia... o explota? ¡Sí, sí! Pero suave, sin decirlo todo...

La cámara se aleja por unos segundos hacia el armario, enfoca bocetos pegados con cinta, una frase en la pared: "menos es más".

Cuando vuelve a enfocar a Camila, ya lleva un saco elegante y gafas oscuras. La expresión en su rostro es firme. Ego.

CAMILA
(con seguridad)
Esto nadie lo hace como yo. Que lo intenten. Nunca les va a salir así.

Se mira al espejo, se arregla el cabello como si fuera a dar una conferencia. La cámara sigue su reflejo. Cuando gira hacia la cama, Camila ya no está.

Al enfocar la otra esquina de la habitación, aparece con auriculares deportivos y una botella de agua. Su cuerpo se balancea como si estuviera preparándose para correr. Motivada.

CAMILA
(con energía)
Vamos. Uno más. Un cambio más. Un diseño más. Después descanso. Después...

Mientras habla, su voz comienza a mezclarse con un sonido de reloj acelerado. La cámara baja al suelo, enfoca una lista de tareas tachadas.

Cuando vuelve a levantar el encuadre, Camila está envuelta en una bufanda gruesa, de rodillas, con los ojos abiertos de par en par.

CAMILA
(susurrando)
No me puedo olvidar otra vez. No puedo fallar. ¿Y si se enojan? ¿Y si ya no me llaman?

Las luces titilan. El sonido de las voces vuelve a llenar el ambiente. La cámara da una vuelta rápida alrededor de ella.

3. INT. - ESPACIO MENTAL -SIN TIEMPO

Camila aparece a una habitación vacía. Lo único que hay es un gabinete de emergencias.

NOSTÁLGICA es una niña pequeña, es una versión joven de Camila y lleva puesto un vestido sencillo de color rosa, tiene una mochila pequeña y siempre carga un peluche.

NOSTÁLGICA

¿Te acuerdas cuando esto te hacía feliz?

Camila se arrodilla frente a ella. La observa con ternura. Está cansada. Rota. Siente un nudo en la garganta.

NOSTÁLGICA la mira con inocencia, sin juicio, solo amor.

CAMILA

Necesito hacerlo.

Se escucha una voz externa. Es su cliente.

CLIENTE 1

Hola Cami, ¿tienes los avances?

Camila aprieta los ojos con fuerza. Respira agitada.

NOSTÁLGICA

Quédate conmigo. Lo necesitamos.

Las lágrimas empiezan a rodar por el rostro de Camila quien se llena de frustración, preocupación e impotencia.

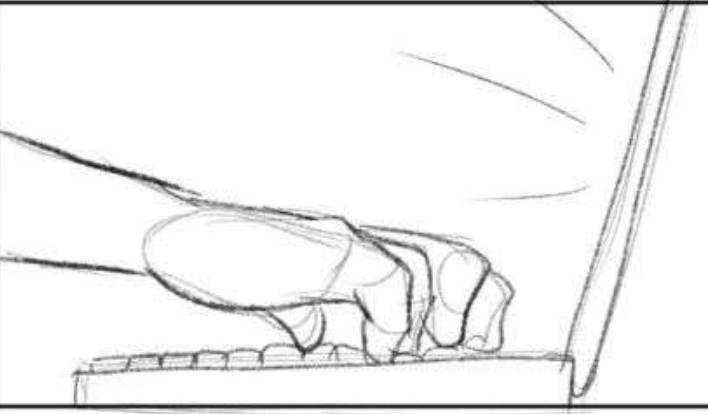
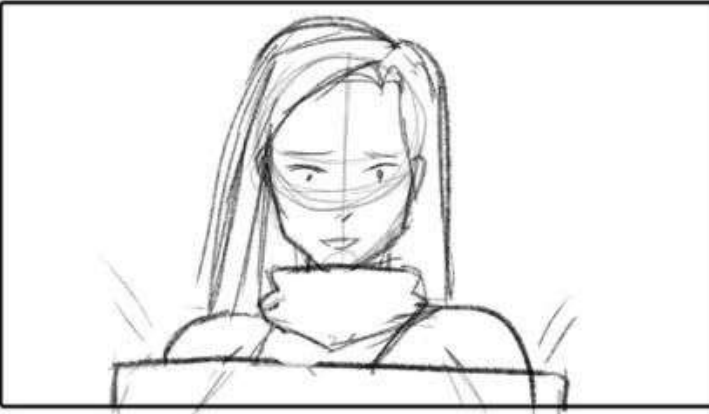
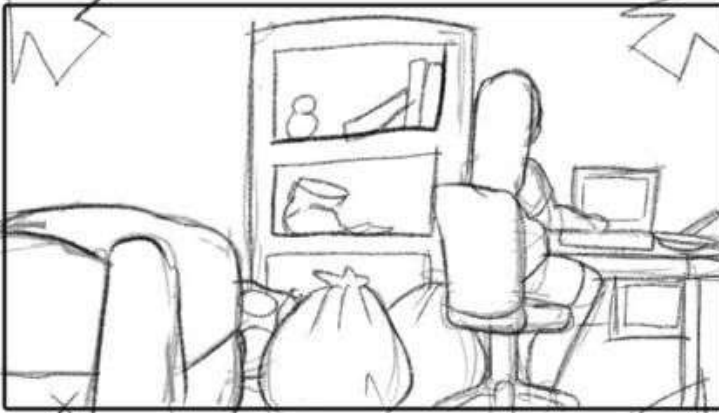
En el centro de la habitación se muestra un gabinete de emergencias. Camila lo levanta. Lo acerca. Se detiene. No rompe el vidrio. Solo apoya la frente contra él. Cierra los ojos.

Silencio.

Su respiración se escucha otra vez. Más calmada, más humana.

4. INT. - ESPACIO MENTAL - SIN TIEMPO

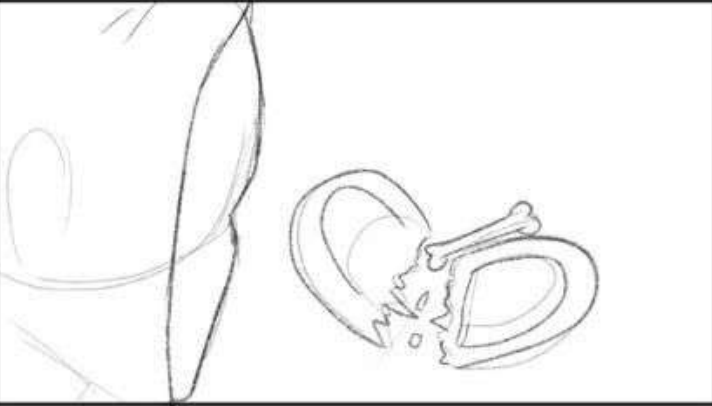
Dolly in frontal del gabinete de cristal, la cámara se va acercando y se queda estática unos segundos mostrando más de cerca el gabinete la almohada en su interior. La vitrina tiene letras que dicen: "Rompa el vidrio en caso de emergencia.". La pantalla se pone en negro abruptamente.

Scene: 	Scene: 	Scene: 
Scene: 	Scene: 	Scene: 

Scene:



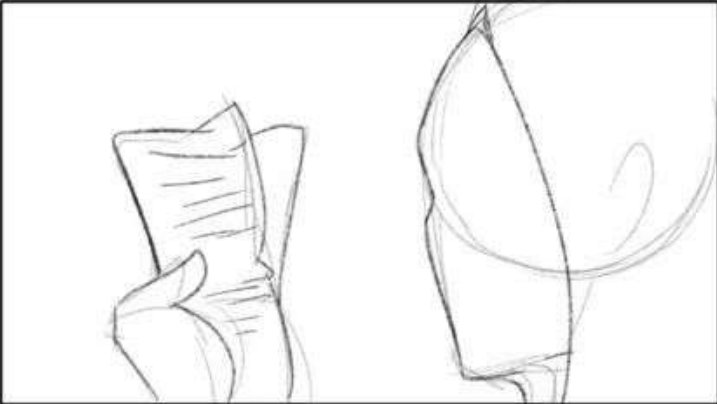
Scene:



Scene:



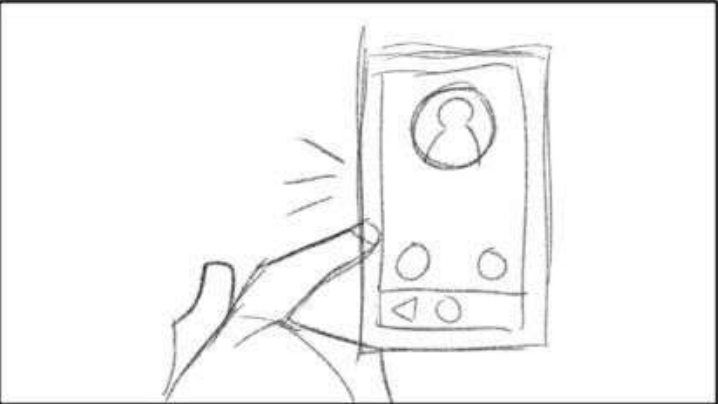
Scene:



Scene:



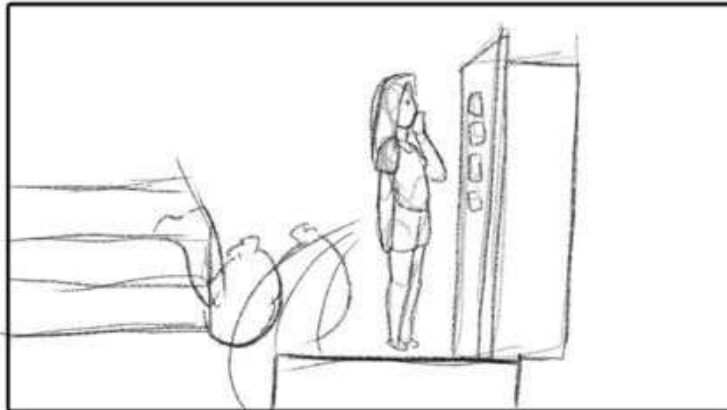
Scene:



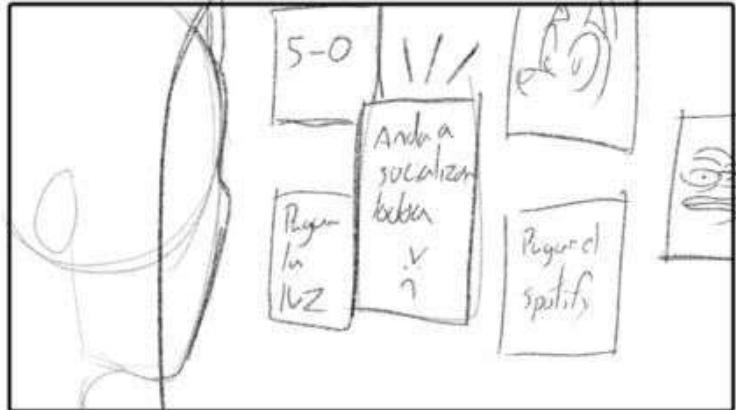
Scene:



Scene:



Scene:



Scene:



Scene:



Scene:



Scene:



Scene:



Scene:



Scene:



Scene:



Scene:



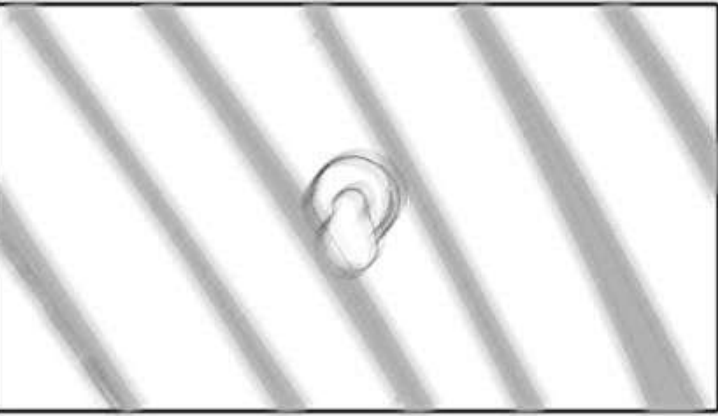
Scene:



Scene:



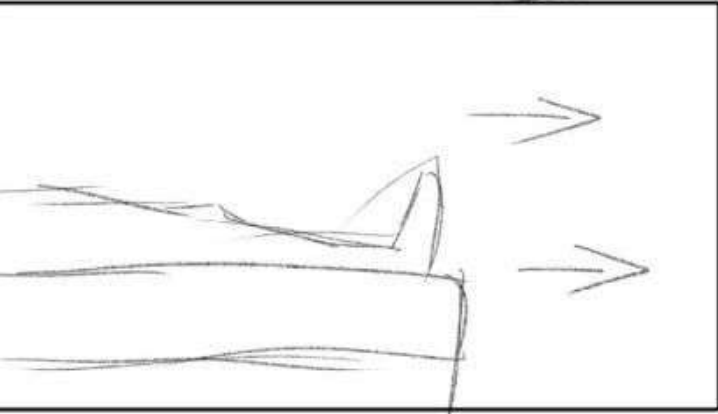
Scene:



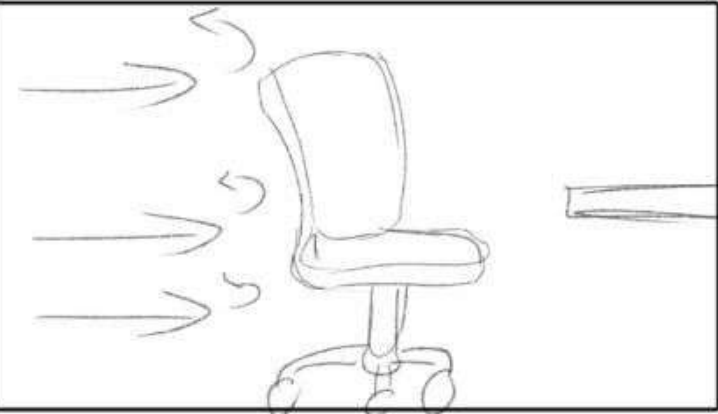
Scene:



Scene:



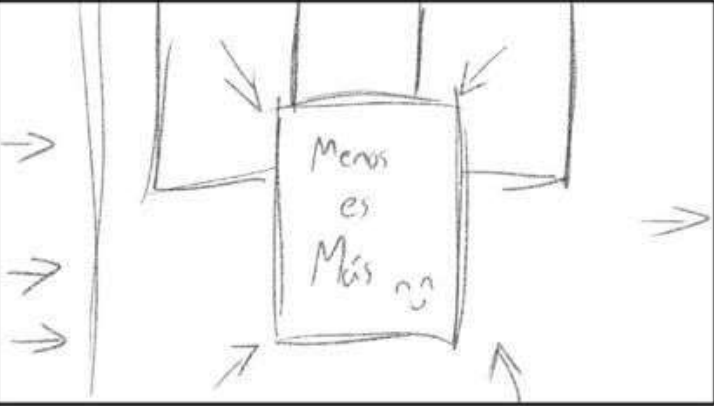
Scene:



Scene:



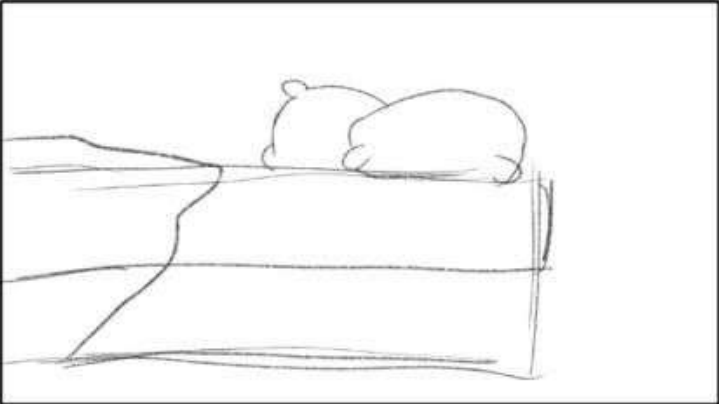
Scene:



Scene:



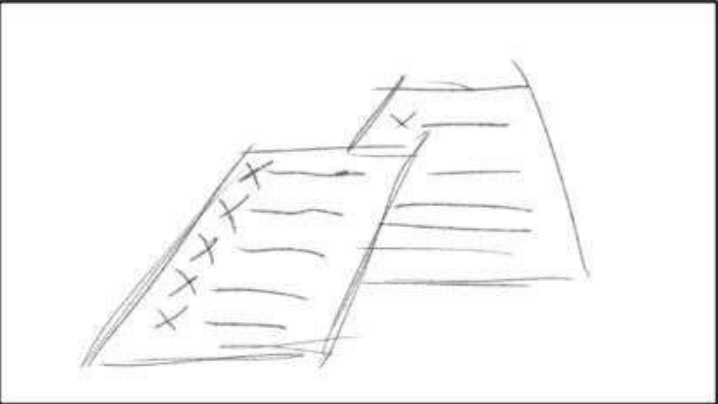
Scene:



Scene:



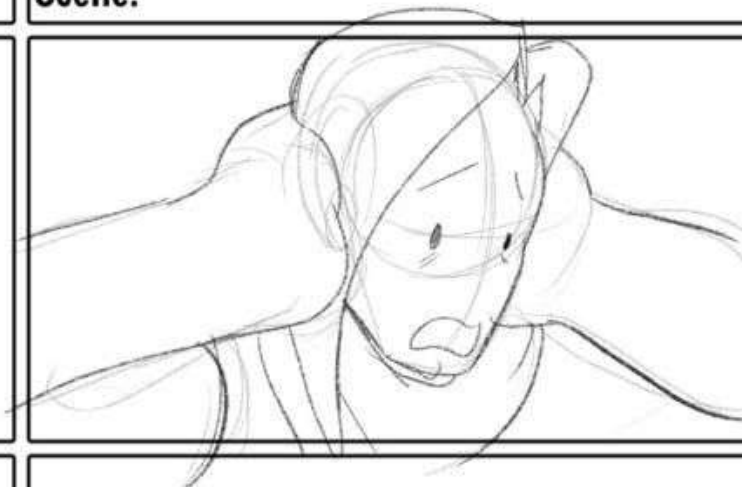
Scene:



Scene:



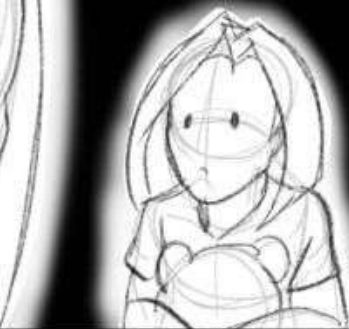
Scene:



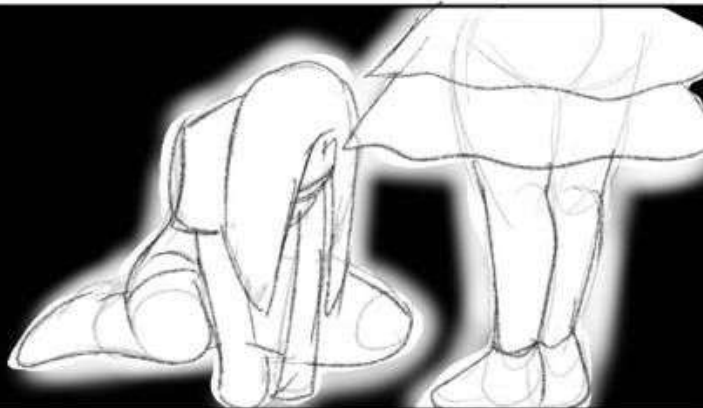
Scene:



Scene:

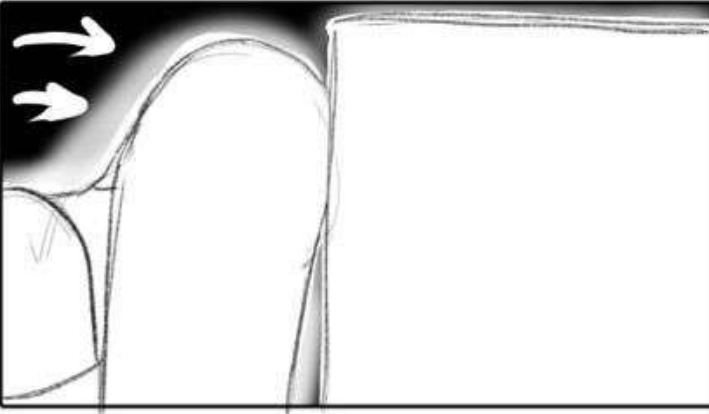
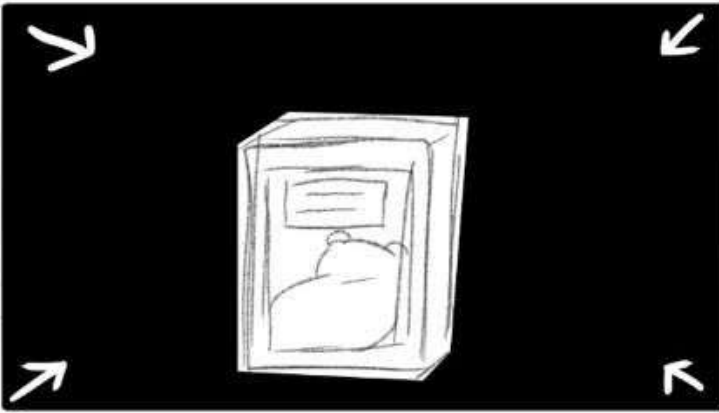


Scene:



Scene:



Scene: 	Scene: 	Scene: 
Scene: 	Scene:	Scene:

ESC.	INT / EXT	LOCACIÓN	TIEMPO	PERSONAJES	VESTUARIO	UTILERÍA / ARTE	MAQUILLAJE	EFFECTOS / SONIDO	DESCRIPCIÓN DE LA ACCIÓN
1	INT	Cuarto de Camila	DÍA	Camila, Cliente 1 (voz), Santi	Camiseta manchada, bufanda (Camila), ropa de niño (Santi)	Laptop, fondo virtual, platos, bolsas, bocetos	Natural, ojeras leves	Videollamada, silencio	Camila finge tranquilidad en videollamada, discute con Santi
2	INT	Cuarto de Camila	TARDE	Camila, Mamá (voz), Amigo (voz)	Ropa cómoda	Bandeja pisada, libretas, facturas, sticker motivacional	Ojeras y fatiga leve	Voces, llamada, sonidos de pasos	Camila trabaja, se frustra, recibe llamada de amigo
3	INT	Cuarto de Camila	NOCHE	Camila	Misma ropa	Café derramado, laptop, cama	Ojeras marcadas, piel pálida	Latidos, confusión, voz en off	Camila colapsa, transición a espacio mental
4	INT	Espacio mental	SIN TIEMPO	Camila, Ego, Creativa, Motivada, Ansiosa, Nostálgica	Cada personaje con look único	Sala negra, libretas, peluche, luces dirigidas	Diferenciado según personaje	Voces simultáneas, silencio	Camila se enfrenta a sus estados internos, hay discusión
5	INT	Cuarto de Camila	AMANE CER	Camila, Cliente 1 y 2 (voz)	Misma ropa, más desarreglada	Celular, laptop	Lágrimas, rostro hinchado	Notificaciones, mensaje de voz	Recibe cancelación de trabajo, llora
6	INT	Espacio mental	SIN TIEMPO	Camila, Voz mamá (fuera de campo)	Sin cambios	Gabinete de emergencia con cartel	Desmejorada	Voz lejana, silencio	Camila se sienta frente al gabinete
7	INT	Cuarto de Camila	AMANE CER	Camila, Mamá (voz)	Ojeras, cabello desordenado	Vaso con agua, laptop	Ojeras, mirada pérdida	Voz de mamá	Camila no responde, sigue inmóvil
8	INT	Espacio mental	SIN TIEMPO	Motivada	Chaqueta bomber, sneakers	Gabinete de cristal	Neutro	Silencio	Motivada dice que no pueden hacer nada
9	INT	Cuarto de Camila	AMANE CER	Camila	Fatigada	Laptop, desorden	Sin brillo, pálida	Silencio total	Camila se queda quieta frente a su laptop
10	INT	Espacio mental	SIN TIEMPO	N/A	N/A	Gabinete con cartel	N/A	Fade out, música leve	Dolly in hacia gabinete, cartel, corte a negro

Notas de Producción:

Ubicación principal: 1 sola locación real (cuarto de Camila) + 1 cuarto vacío (espacio mental).

Propuesta de grabación: rodaje por bloques, intercalando cronológicamente cuarto y espacio mental

Requiere:

Doble elenco para voces (Cliente 1, Cliente 2, Amigo, Mamá)

Dirección de arte progresiva (desorden, suciedad, stickers, desgaste físico)

Dirección de fotografía con énfasis en iluminación emocional

Postproducción de sonido detallada para escenas internas y confusión.

ESCENA	SHOT	DESCRIPCIÓN	PLANO	ANGULO	OPTICS	SONIDO	DURACIÓN	DURACIÓN TOTAL
1	1	Plano detalle a los ojos de Camila que esta frente a su laptop en una videollamada.	Primerísimo primer plano	Tres cuartos		Sonido ambiente de la habitación	3'	3'
1	2	Se ve las manos de Camila en el teclado y mouse de la laptop	Primer plano	Lateral		Sonido ambiente de la habitación	3'	6'
1	3	Se muestra a Camila sonriendo frente a la laptop	Medio corto	Frontal		Camila: ¡No, tranquila! Si me da el tiempo. Yo soy rápida con estas cosas. Cliente 1: ¿Segura que podrás terminarlo para esta semana?. No tengo apuro en realidad.	8'	14'
1	4	Se muestra Camila de espaldas sentada en su escritorio	Dolly out que empieza de un plano medio y termina en uno general donde se muestra el cuarto de Camila desordenado	Posterior		Camila: Si, tranquila... ya casi termino. Cliente 1: Dale, cualquier cosa me avisas.	14'	28'
1	5	Camila cierra su laptop y voltea, se queda en silencio observando el desorden de su cuarto	General	Frontal		Sonido ambiente de la habitación	9'	37'
1	6	Camila se quita una bufanda que tapaba una mancha de café en su camiseta	Medio	Tres cuartos		Sonido ambiente de la habitación	8'	45'
1	7	Camila, entusiasmada, cambia de posiciones en su cuarto. Escribe ideas. Las bota. Camina sobre el desorden de su habitación. Hasta que aplasta una bandeja de comida sin terminar que está en el piso.	General	Frontal		Música de fondo y plato siendo aplastado	16'	1:01'
1	8	Camila observa el plato de comida	Semisubjetivo (Camila)	Picado		Sonido ambiente de la habitación	3'	1:04'
1	9	Camila empieza a limpiar la habitación, comienza a levantar cosas, encuentra unas facturas y las recoge	General	Frontal		Música de fondo	16'	1:20'
1	10	Camila observa las facturas	Semisubjetivo (Camila)	Picado		Mamá: Cami, ¿vas a comer? Camila: Ya casi termino	5'	1:25'
1	11	Camila vuelve a su laptop y no despegas su mirada de la pantalla	Medio	Tres cuartos		Camila: No puedo esperar hasta la próxima semana	3'	1:28'
1	12	Suena el celular de Camila. Recibe la llamada de un amigo. Camila contesta y lo pone en altavoz.	Primer plano	Centital		Sonido de la llamada	2'	1:30'
1	13	Camila sentada frente a su laptop trabajando mientras habla con su amigo por telefono	Medio	Tres cuartos		Amigo: Ehh, Cami. ¿Estás bien? Te estuve esperando anoche pero no llegaste...	4'	1:34'
1	14	Camila se levanta apresuradamente y revisa los post-its pegados en su armario	General	Frontal		Amigo: Pensé que había pasado algo	7'	1:41'
1	15	Camila observa uno de los post-its pegados	Semisubjetivo (Camila)	Frontal		Sonido ambiente de la habitación	2'	1:43'

1	16	Camila se sienta de nuevo frente a su laptop	Medio	Tres cuartos		Camila: No sabes cuánto lo siento. He tenido mucho trabajo estos días. Amigo: Claro, entiendo. No tienes que explicarme, tienes mucho trabajo. Lo sé. Camila: En serio lo siento. Te llamo luego	8'	1:51'
1	17	Entrada de Santi, el hermano pequeño de Camila a la habitación	Americano	Tres cuartos		Sonido de la puerta abriéndose	3'	1:54'
1	18	Camila frente a su hermano	Semisubjetivo (Santi)	Frontal		Camila: Ahora no tengo Santi, pídele a mi mamá	3'	1:57'
1	19	Santi frente a su hermana	Medio	Frontal		Santi: Ella dijo que te pida a ti. Ya tienes trabajo.	3'	2:00'
1	20	Camila frente a su hermano	Semisubjetivo (Santi)	Frontal		Camila: Y aun así no tengo nada. Terminó este trabajo y te compro todos los dulces que quieras. Lo prometo	4'	2:04'
1	21	Santi frente a su hermana	Medio	Frontal		Santi: Eso dijiste el otro día	3'	2:07'
1	22	Camila frente a su hermano. Santi sale de la toma y Camila, sin palabras, pone sus manos sobre su cabeza.	Semisubjetivo (Santi)	Frontal		Sonido ambiente de la habitación	4'	2:11'
1	23	Camila sentada en la silla suelta una lágrima. Trata de contener el sentimiento de impotencia	Primer plano	Tres cuartos		Sonido ambiente de la habitación	3'	2:14'
1	24	Camila camina hacia su cama. Deja su teléfono y apunta cosas en una libreta	Americano	Lateral		Sonido ambiente de la habitación	7'	2:21'
1	25	Se muestra que lo que está escrito en la libreta	Semisubjetivo (Camila)	Frontal		Sonido ambiente de la habitación	3'	2:24'
2	1	Camila se acuesta en su cama y comienza a marearse	Medio	Cenital		Sonido ambiente de la habitación	4'	2:28'
2	2	Camila ve todo muy confuso y nublado	Objetivo	Frontal		Sonido ambiente de la habitación	3'	2:31'
2	3	Camila acostada en la cama, sus ojos denotan cansancio, bostezo y cierra los ojos	Medio	Cenital		Sonido ambiente de la habitación	4'	2:35'
2	1	Empieza un travelling desde la cama de Camila y empieza a recorrer la habitación	Medio	Cenital - Frontal		Cliente: ¿Segura que puedes terminarlo? Mamá: Cami ¿Vas a comer?	7'	2:42'
2	2	El travelling continúa por la habitación y termina enfocando la silla vacía del escritorio	Americano	Frontal		Amigo: Te estuve esperando. Santi: Eso dijiste el otro día...	4'	2:46'
2	3	La cámara gira hacia donde está la cama. Camila ya no está. Aparece pie al fondo, con un pañuelo colorido en el cabello y lápices en la mano. Su expresión es intensa, eufórica.	General	Frontal		Camila (Creatividad): ¿Qué tal si todo gira... o cambia... o explota? ¡Sí, sí! Pero suave, sin decirlo todo...	10'	2:56'
2	4	La cámara se aleja por unos segundos hacia el armario, enfoca bocetos pegados con cinta, una frase en la pared: "menos es más".	De general a Primer plano	Frontal		Sonido ambiente de la habitación	6'	3:02'
2	5	La cámara gira de nuevo enfocando a Camila. Lleva un saco elegante y gafas oscuras. La expresión en su rostro es firme.	Medio	Frontal		Camila (Ego): Esto nadie lo hace como yo. Que lo intenten. Nunca les va a salir así.	10'	3:12'

2	6	La camara hace un pequeño travelling por la habitación y termina enfocando la cama de Camila	General	Frontal		Sonido ambiente de la habitación	5'	3:17
2	7	La camara enfoca la otra esquina de la habitación, aparece con auriculares deportivos y una botella de agua. Su cuerpo se balancea como si estuviera preparándose para correr.	General	Frontal		Camila (Motivada): Vamos. Uno más. Un cambio más. Un diseño más. Después descanso. Después...	10'	3:27
2	8	La camara hace un tilt down hacia el suelo enfocando una lista de tareas tachadas	Primer plano	Frontal		Sonido ambiente de la habitación	4'	3:31
2	9	La camara hace un tilt up y se ve a Camila envuelta en una bufanda gruesa, de rodillas, con los ojos abiertos de par en par.	Medio largo	Frontal		Camila: No me puedo olvidar otra vez. No puedo fallar. ¿Y si se enojan? ¿Y si ya no me llaman?	6'	3:37
2	1	Se ve a Camila más de cerca, Las luces titilan. El sonido de las voces vuelve a llenar el ambiente.	Medio corto	Tres cuartos		Voces y sonido ambiente	4'	3:41'
3	1	Camila se encuentra en una habitación oscura	Medio	Frontal		Sonido ambiente de la habitación	3'	3:44'
3	2	Una niña se encuentra frente a Camila	Semisubjetivo (Camila)	Frontal		Nostalgica: ¿Te acuerdas cuando esto te hacía feliz?	4'	3:48'
3	3	Camila se arrodilla frente a ella.	Semisubjetivo (Nostalgica)	Frontal		Camila: Necesito hacerlo Cliente 1: Hola Cami, ¿tienes los avances?	5'	3:53'
3	4	Nostalgica frente a Camila	Semisubjetivo (Camila)	Frontal		Nostalgica: Quédate conmigo. Lo necesitamos.	3'	3:56'
3	5	Las lágrimas empiezan a rodar por el rostro de Camila quien se llena de frustración, preocupación e impotencia.	Medio corto	Frontal		Sonido ambiente	3'	3:59'
3	6	Camila está frente al gabinete de emergencia, lo levanta y se detiene	Americano	Lateral		Sonido ambiente	8'	4:07'
3	7	Camila apoya la frente contra él. Cierra los ojos.	Medio corto	Lateral		Sonido ambiente	6'	4:13'
3	8	Se muestra con más detenimiento el gabinete en la habitación oscura	Dolly in que empieza en un plano general del gabinete y termina en un primer plano del mismo	Frontal		Sonido ambiente de la habitación	12'	4:25'

PRESUPUESTO GENERAL DE GASTOS DE PROYECTO

PRODUCTOR/Producto	Rompa el vidrio
PRODUCTOR EJECUTIVO:	Miguel Arias
DIRECTOR:	Christine Méndez
PRODUCTOR DE LINEA:	
FECHA SCRIPT:	
FECHA PRIMER ANUNCIO:	14/5/2025
FECHA DE FINALIZACIÓN:	sept-25

ELABORADO POR:	Christine Mendez Valenzuela, Miguel Arias España
FECHA PRESUPUESTO	
LOCACION	Quito, Ecuador
DIAS	117
SEMANAS	17
MESES	4
NOTAS:	-

PRE-CODIGO	PRESUPUESTO	ESTIMADO (000)
10	COSTOS DE DESARROLLO INICIAL	\$ 510,87
20	COSTOS DE PREPRODUCCION	\$ 525,87
30	COSTOS DE PRODUCCION	\$ 1.761,35
40	COSTOS DE POST-PRODUCCION	\$ 1.515,13
50	COSTOS DE DISTRIBUCION Y VENTAS	\$ 1.335,74
60	ADMINISTRACION/CONTINGENCIA	\$ 564,90

Above The Line	\$ -
Below The Line	\$ 5.138,09
GRAN TOTAL	\$ 6.213,86

10-000	PRESUPUESTO DE GASTOS DE DESARROLLO-INICIAL		
PRODUCTOR/Productor	Rompa el vidrio		
	1		
PRODUCTION NUMBER:		ELABORADO POR:	Christine Méndez Valenzuela, Miguel Arias
PRODUCTOR EJECUTIVO:	Christine Méndez, Miguel Ari	FECHA PRESUPUESTO	España
DIRECTOR:	Christine Méndez	LOCACION	Guayaquil, Ecuador
PRODUCTOR DE LINEA:		DIAS	26
FECHA SCRIPT:		SEMANAS	4
FECHA PRIMER ANUNCIO:	14/05/2025	MESES	1
FECHA DE FINALIZACIÓN:	jun-25	NOTAS:	-

PRO-CODE	RUBRO	REAL	ESTIMADO
10-100	EQUIPAMIENTOS (2 LAPTOPS)		\$ 94,87
10-200	PERSONAL		\$ 126,00
10-300	INSUMO		\$ 290,00
10-400			
TOTAL PRESUPUESTO			\$ 510,87

20	PRESUPUESTO DE GASTOS DE PREPRODUCCIO		
PRODUCTOR/Productor	Rompa el vidrio		
	1		
PRODUCTION NUMBER:		ELABORADO POR:	Christine Mendez Valenzuela, Miguel Arias
PRODUCTOR EJECUTIVO:	Christine Méndez, Miguel Ari	FECHA PRESUPUESTO	España
DIRECTOR:	Christine Méndez	LOCACION	Guayaquil, Ecuador
PRODUCTOR DE LINEA:		DIAS	28
FECHA SCRIPT:		SEMANAS	4
FECHA PRIMER ANUNCIO:	9/6/2025	MESES	1
FECHA DE FINALIZACIÓN:	6/7/2025	NOTAS:	-

PRO-CODE	RUBRO	REAL	ESTIMADO
20-100	GASTOS DE PERSONAL		\$ 141,00
20-200	EQUIPAMIENTOS		\$ 94,87
20-300	INSUMOS		\$ 290,00
TOTAL PRESUPUESTO			\$ 525,87

30	PRESUPUESTO DE GASTOS DE PRODUCCION		
PRODUCTOR/Productor	Rompa el vidrio		
	1		
PRODUCTION NUMBER:		ELABORADO POR:	Christine Méndez Valenzuela, Miguel Arias
PRODUCTOR EJECUTIVO:	Christine Méndez, Miguel Ari	FECHA PRESUPUESTO	España
DIRECTOR:	Christine Méndez	LOCACION	Quito, Ecuador
PRODUCTOR DE LINEA:		DIAS	5
FECHA SCRIPT:		SEMANAS	1
FECHA PRIMER ANUNCIO:	7/7/2025	MESES	
FECHA DE FINALIZACIÓN:	13/7/2025	NOTAS:	-

PRO-CODE	RUBRO	REAL	ESTIMADO
30-100	PERSONAL DE PRODUCCIÓN		\$ 972,00
30-120	TALENTOS		\$ 288,00
30-200	EQUIPAMIENTOS		\$ 32,35
30-300	INSUMOS Y MATERIALES		\$ 99,00
30-400	ATREZO, VESTUARIO, MAQUILLAJE, OTROS		\$ 295,00
30-430	LOCACIONES		\$ 75,00
TOTAL PRESUPUESTO			\$ 1.761,35

40	PRESUPUESTO DE GASTOS DE POSTPRODUCCION		
PRODUCTOR/Productor	Rompa el vidrio		
	1		
PRODUCTION NUMBER:		ELABORADO POR:	Christine Méndez Valenzuela, Miguel Arias
PRODUCTOR EJECUTIVO:	Christine Méndez, Miguel Ari	FECHA PRESUPUESTO	España
DIRECTOR:	Christine Méndez	LOCACION	Guayaquil, Ecuador
PRODUCTOR DE LINEA:		DIAS	28
FECHA SCRIPT:		SEMANAS	4
FECHA PRIMER ANUNCIO:	14/7/2025	MESES	1
FECHA DE FINALIZACIÓN:	10/8/2025	NOTAS:	-

PRO-CODE	RUBRO	REAL	ESTIMADO
40-100	PERSONAL DE POSTPRODUCCIÓN		\$ 150,00
40-200	EQUIPAMIENTOS		\$ 105,13
40-300	INSUMOS Y MATERIALES (software, luts)		\$ 1.260,00
TOTAL PRESUPUESTO			\$ 1.515,13

50	PRESUPUESTO DE GASTOS DE DISTRIBUCION Y VENTAS		
PRODUCTOR/Productor	Rompa el vidrio		
	1		
PRODUCTION NUMBER:		ELABORADO POR:	Christine Méndez Valenzuela, Miguel Arias
PRODUCTOR EJECUTIVO:	Christine Méndez, Miguel Ari	FECHA PRESUPUESTO	España
DIRECTOR:	Christine Méndez	LOCACION	Guayaquil, Ecuador
PRODUCTOR DE LINEA:		DIAS	28
FECHA SCRIPT:		SEMANAS	4
FECHA PRIMER ANUNCIO:	11/8/2025	MESES	1
FECHA DE FINALIZACIÓN:	sept-25	NOTAS:	-

PRO-CODE	RUBRO	REAL	ESTIMADO
50-100	EQUIPAMIENTOS		\$ 126,00
50-200	PERSONAL		\$ 189,74
50-300	SUMINISTROS		\$ 1.020,00
TOTAL PRESUPUESTO			\$ 1.335,74

Productor:	Christine Méndez
Gerente de producción:	Christine Méndez
Gulonista:	Christine Méndez & Miguel Arias
PRODUCTO:	Rompa el vidrio
ID:	TIEMPO en SEMANAS

FECHA DE INICIO

[illegible]

ROMPA EL VIDRIO											
PROYECTO:		ROMPA EL VIDRIO		CONTACTO EN RODAJE:		PABLO JACOME 0998578291					
CÁMARA:		MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME		LLAMADO 8:00AM		Templado-frío: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías. 0,3 mm 16° / 10°					
DIRECCIÓN:		CONOCOTO - QUITO									
RECOMENDACIONES:		PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES		LISTOS A GRABAR							
		ROPA CÓMODA (EN CAPAS)		G:00AM							
FECHA:		Domingo 13 de julio									
CITACIÓN CREW							HORAS DE COMIDA				
				#							
1	8:00AM	Christine Méndez	Directora	978656498	BREAK	10H15 - 10H30 am					
2	8:00AM	Alex Jacome	Asistente de dirección	992846159	ALMUERZO	13H00 - 14H00 pm					
3	8:00AM	Miguel Arias	Operador de cámara	996107957	BREAK	15H30 - 15H45 am					
4	8:00AM	Pablo Jacome	Asistente de cámara	998578291	NOTA MAKING OF: Foto del crew completo de 11h10am a 12h00pm						
5	8:00AM	Fernando Almache	Gaffer	983346595							
6	8:00AM	Paco Burgos	Key grip	-							
7	8:00AM	Susana Estrada	Directora de Arte, Making of	993480412							
8	8:00AM	David Jacome	Prop master	989502333							
9	8:00AM	Gabriela Leyton	Making of	980313291							
10	8:00AM	Bryan Loor	Catering, Making of	984628590							
ACTORES							FIN DE RODAJE 17:00PM				
	CASTING	PERSONAJE	CITACIÓN	CELULAR	LISTO						
1	Nicole Flores	Camila	8:00AM	985188719	8:30AM						
2	Abraham Díaz	Santi	10:00AM	979197613	11:00AM						
3	Johaneri Valencia	Nostalgia	11:00PM	992826681	12:30AM						

ROMPA EL VIDRIO							
PROYECTO:		ROMPA EL VIDRIO		CONTACTO EN RODAJE:		PABLO JACOME 0998578291	
CÁMARA:		MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME		LLAMADO 8:00AM		Templado-frío: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías.  0,3 mm 16°/10°	
DIRECCIÓN:		CONOCOTO - QUITO					
RECOMENDACIONES:		PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES		LISTOS A ENSAYAR			
		ROPA CÓMODA (EN CAPAS)		G:00AM			
FECHA:		Jueves 10 de julio					
CITACIÓN CREW						HORAS DE COMIDA	
#							
1	8:00AM	Christine Méndez	Directora	978656498	BREAK	10H30 am	
2	8:00AM	Alex Jacome	Asistente de dirección	992846159	ALMUERZO	13H00 pm	
3	8:00AM	Miguel Arias	Operador de cámara	996107957			
4	8:00AM	Pablo Jacome	Asistente de cámara	998578291			
5	8:00AM	Gabriela Leyton	Making of	980313291			
6	8:00AM	Susana Estrada	Making of	993480412			
7	8:00AM	Bryan Loor	Catering	984628590			
ACTORES							FIN DE ENSAYO 15:00PM
	CASTING	PERSONAJE	CITACIÓN	CELULAR	LISTO		
1	Nicole Flores	Camila	8:30AM	985188719	9:00AM		
2	Abraham Díaz	Santi	11:30AM	979197613	12:00AM		
3	Johaneri Valencia	Nostalgia	14:00PM	992826681	14:30AM		

ROMPA EL VIDRIO

PROYECTO:	ROMPA EL VIDRIO	CONTACTO EN RODAJE:	PABLO JACOME 0998578291
CÁMARA:	MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME	LLAMADO 8:00AM LISTOS A ENSAYAR G:00AM	Templado-frio: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías.  0,3 mm 16°/10°
DIRECCIÓN:	CONOCOTO - QUITO		
RECOMENDACIONES:	PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES ROPA CÓMODA (EN CAPAS)		
FECHA:	Viernes 11 de julio		

CITACIÓN CREW					HORAS DE COMIDA	
				#		
1	8:00AM	Christine Méndez	Directora	978656498	BREAK	10H30 am
2	8:00AM	Alex Jacome	Asistente de dirección	992846159	ALMUERZO	13H00 pm
3	8:00AM	Miguel Arias	Operador de cámara	996107957		
4	8:00AM	Pablo Jacome	Asistente de cámara	998578291		
5	8:00AM	Fernando Almache	Gaffer	983346595		
6	8:00AM	Paco Burgos	Key grip	-		
7	8:00AM	Jhajaira Chasi	Directora de Arte	993630918		
8	8:00AM	David Jacome	Prop master	989502333		
9	8:00AM	Gabriela Leyton	Making of	980313291		
10	8:00AM	Susana Estrada	Making of	993480412		
11	8:00AM	Bryan Loor	Catering	984628590		

ACTORES						FIN DE ENSAYO 15:00PM
	CASTING	PERSONAJE	CITACIÓN	CELULAR	LISTO	
1	Nicole Flores	Camila	8:30AM	985188719	9:00AM	
2	Abraham Díaz	Santi	11:30AM	979197613	12:00AM	
3	Johaneri Valencia	Nostalgia	14:00PM	992826681	14:30AM	

ROMPA EL VIDRIO

PROYECTO:	ROMPA EL VIDRIO	CONTACTO EN RODAJE:	PABLO JACOME 0998578291
CÁMARA:	MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME	LLAMADO 8:00AM LISTOS A GRABAR G:00AM	Templado-frio: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías. Sábado Jul 12 0,3 mm 16°/10°
DIRECCIÓN:	CONOCOTO - QUITO		
RECOMENDACIONES:	PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES ROPA CÓMODA (EN CAPAS)		
FECHA:	Sábado 12 de julio		

CITACIÓN CREW					HORAS DE COMIDA	
				#		
1	8:00AM	Christine Méndez	Directora	978656498	BREAK	11H30 am
2	8:00AM	Alex Jacome	Asistente de dirección	992846159	ALMUERZO	13H00 pm
3	8:00AM	Miguel Arias	Operador de cámara	996107957		
4	8:00AM	Pablo Jacome	Asistente de cámara	998578291		
5	8:00AM	Fernando Almache	Gaffer	983346595		
6	8:00AM	Paco Burgos	Key grip	-		
7	8:00AM	Jhajaira Chasi	Directora de Arte	993630918		
8	8:00AM	David Jacome	Prop master	989502333		
9	8:00AM	Gabriela Leyton	Making of	980313291		
10	8:00AM	Susana Estrada	Making of	993480412		
11	8:00AM	Bryan Loor	Catering	984628590		

ACTORES						FIN DE RODAJE 15:00PM
	CASTING	PERSONAJE	CITACIÓN	CELULAR	LISTO	
1	Nicole Flores	Camila	8:00AM	985188719	9:00AM	

ROMPA EL VIDRIO								
PROYECTO:		ROMPA EL VIDRIO		CONTACTO EN RODAJE:		PABLO JACOME 0998578291		
CÁMARA:		MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME		LLAMADO 7:30AM		Templado-frío: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías. Sábado Jul 12  0.3 mm 16°/10°		
DIRECCIÓN:		CONOCOTO - QUITO						
RECOMENDACIONES:		PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES		LISTOS A GRABAR				
		ROPA CÓMODA (EN CAPAS)						
FECHA:		Domingo 13 de julio		8:30AM				
CITACIÓN CREW					#		HORAS DE COMIDA	
1	7:30AM	Christine Méndez	Directora	978656498	BREAK	11H00 am		
2	7:30AM	Alex Jacome	Asistente de dirección	992846159	ALMUERZO	13H00 pm		
3	7:30AM	Miguel Arias	Operador de cámara	996107957				
4	7:30AM	Pablo Jacome	Asistente de cámara	998578291				
5	7:30AM	Fernando Almache	Gaffer	983346595				
6	7:30AM	Paco Burgos	Key grip	-				
7	7:30AM	Jhajaira Chasi	Directora de Arte	993630918				
8	7:30AM	David Jacome	Prop master	989502333				
9	7:30AM	Gabriela Leyton	Making of	980313291				
10	7:30AM	Susana Estrada	Making of	993480412				
11	7:30AM	Bryan Loor	Catering	984628590				
ACTORES								
	CASTING	PERSONAJE	CITACION	CELULAR	LISTO	FIN DE RODAJE 15:30PM		
1	Nicole Flores	Camila	8:00AM	985188719	8:30AM			
3	Johaneri Valencia	Nostalgia	14:00AM	992826681	14:30AM			

ROMPA EL VIDRIO								
PROYECTO:		ROMPA EL VIDRIO		CONTACTO EN RODAJE:		PABLO JACOME 0998578291		
CÁMARA:		MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME		LLAMADO 7:30AM		Templado-frío: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías. Sábado Jul 12 16°/10°		
DIRECCIÓN:		CONOCOTO - QUITO						
RECOMENDACIONES:		PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES		LISTOS A GRABAR				
		ROPA CÓMODA (EN CAPAS)		8:30AM				
FECHA:		Lunes 14 de julio						
CITACIÓN CREW					#		HORAS DE COMIDA	
1	7:30AM	Christine Méndez	Directora	978656498	BREAK	11H00 am		
2	7:30AM	Alex Jacome	Asistente de dirección	992846159	ALMUERZO	13H00 pm		
3	7:30AM	Miguel Arias	Operador de cámara	996107957	BREAK	15H00 am		
4	7:30AM	Pablo Jacome	Asistente de cámara	998578291				
5	7:30AM	Fernando Almache	Gaffer	983346595				
6	7:30AM	Paco Burgos	Key grip	-				
7	7:30AM	Jhajaira Chasi	Directora de Arte	993630918				
8	7:30AM	David Jacome	Prop master	989502333				
9	7:30AM	Gabriela Leyton	Making of	980313291				
10	7:30AM	Susana Estrada	Making of	993480412				
11	7:30AM	Bryan Loor	Catering	984628590				
ACTORES							FIN DE RODAJE 16:00PM	
	CASTING	PERSONAJE	CITACIÓN	CELULAR	LISTO			
1	Nicole Flores	Camila	8:00AM	985188719	8:30AM			
2	Abraham Díaz	Santi	11:00AM	979197613	11:30AM			
3	Johaneri Valencia	Nostalgia	14:00AM	992826681	14:30AM			

ROMPA EL VIDRIO			
PROYECTO:	ROMPA EL VIDRIO	CONTACTO EN RODAJE:	PABLO JACOME 0998578291
CÁMARA:	MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME	LLAMADO 8:00AM	Templado-frío: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías.  0,3 mm 16°/10°
DIRECCIÓN:	CONOCOTO - QUITO		
RECOMENDACIONES:	PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES		
	ROPA CÓMODA (EN CAPAS)	LISTOS A ENSAYAR	
FECHA:	Jueves 10 de julio	G:00AM	

Escenas	Locación	Actores	Luz	Clave de rodaje
Esc. 1A: Videollamada con Cliente 1	Cuarto de Camila	Camila, Cliente 1 (voz)	Día	Fondo virtual + caos real. Post-its visibles.
Esc. 1B: Conversación con mamá (voz off)	Cuarto de Camila	Camila, Mamá (voz)	Día	Tareas, frustración, tensión creciente
Esc. 1C: Llamada del amigo	Cuarto de Camila	Camila, Amigo (voz)	Día	Post-its + agenda olvidada
Esc. 1D: Entrada del hermano (Santi)	Cuarto de Camila	Camila, Santi	Día	Fricción familiar. Frustración emocional.
Esc. 1E: Camila escribe en libreta + sticker Bushnell	Cuarto de Camila	Camila	Día	Cierre emocional. Paso al agotamiento.

HORAS DE COMIDA		FIN DE ENSAYO 15:00PM
BREAK	10H30 am	
ALMUERZO	13H00 pm	

ROMPA EL VIDRIO			
PROYECTO:	ROMPA EL VIDRIO	CONTACTO EN RODAJE:	PABLO JACOME 0998578291
CÁMARA:	MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME	LLAMADO 8:00AM LISTOS A ENSAYAR G:00AM	Templado-frío: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías.  0,3 mm 16°/10°
DIRECCIÓN:	CONOCOTO - QUITO		
RECOMENDACIONES:	PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES ROPA CÓMODA (EN CAPAS)		
FECHA:	Viernes 11 de julio		

Escenas	Locación	Actores	Luz	Clave de rodaje	HORAS DE COMIDA	
Esc. 2A: Camila se siente mal, café se derrama	Cuarto de Camila	Camila	Luz baja + parpadeante	Ensayar movimientos lentos, mirada perdida, primera señal de colapso	BREAK	10H30 am
Esc. 2B: Voces cruzadas en off (cliente, mamá, amigo, Santi)	Cuarto de Camila	Camila (voces)	Luz parpadeante	Ensayar confusión auditiva, tensión corporal, desconexión	ALMUERZO	13H00 pm
Esc. 3A: Aparición de Creativa	Cuarto de Camila	Camila, (creativa)	Luz cálida / cenital	Ensayar ideas que brotan, euforia creativa, energía caótica		
Esc. 3B: Aparición de Ego	Cuarto de Camila	Camila (Ego)	Luz dura / blanca	Ensayar mirada fuerte, arreglo frente a espejo, frase arrogante		
Esc. 3C: Motivada y Ansiosa	Cuarto de Camila	Camila, (motivada, ansiosa)	Luz roja tenue / parpadeante	Ensayar transición entre energía forzada (motivada) y miedo (ansiosa)		
Esc. 4A: Encuentro con Nostálgica	Espacio mental	Camila, Nostálgica	Luz suave, cálida	Ensayar ternura, nostalgia, choque emocional	FIN DE ENSAYO	
Esc. 5A: Final con gabinete	Espacio mental	Camila	Luz fija + dolly in	Ensayar pausa, respiración, apoyo en el vidrio. Emoción silenciosa.	15:00PM	

ROMPA EL VIDRIO			
PROYECTO:	ROMPA EL VIDRIO	CONTACTO EN RODAJE:	PABLO JACOME 0998578291
CÁMARA:	MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME	LLAMADO 8:00AM LISTOS A GRABAR G:00AM	Templado-frío: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías. Sábado Jul 12  0.3 mm 16°/10°
DIRECCIÓN:	CONOCOTO - QUITO		
RECOMENDACIONES:	PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES ROPA CÓMODA (EN CAPAS)		
FECHA:	Sábado 12 de julio		

Escenas	Locación	Actores	Luz	Utilería	Clave de rodaje
Esc. 1A: Videollamada con Cliente 1	Cuarto de Camila	Camila, Cliente 1 (voz)	Día	Laptop, fondo virtual	Fondo digital debe verse profesional
Esc. 1B: Conversación con mamá (voz off)	Cuarto de Camila	Camila, Mamá (voz)	Día	Libretas, tareas domésticas	Grabar tomas desde cama/escritorio
Esc. 1C: Llamada del amigo	Cuarto de Camila	Camila, Amigo (voz)	Día	Post-its visibles en armario	Capturar expresión incómoda, teléfono
Esc. 1D: Entrada del hermano (Santi)	Cuarto de Camila	Camila, Santi	Día	Peluche, puerta	Grabar todas las líneas y reacciones del niño ese día
Esc. 1E: Camila escribe en libreta + sticker Bushnell	Cuarto de Camila	Camila	Día	Sticker en pared, libreta	Plano cenital si es posible. Fin de bloque emocional

HORAS DE COMIDA	
BREAK	11H30 am
ALMUERZO	13H00 pm

FIN DE RODAJE
15:00PM

ROMPA EL VIDRIO			
PROYECTO:	ROMPA EL VIDRIO	CONTACTO EN RODAJE:	PABLO JACOME 0998578291
CÁMARA:	MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME	LLAMADO 7:30AM LISTOS A GRABAR	Templado-frío: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías. Sábado Jul 12  0.3 mm 16°/10°
DIRECCIÓN:	CONOCOTO - QUITO		
RECOMENDACIONES:	PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES ROPA CÓMODA (EN CAPAS)		
FECHA:	Domingo 13 de julio	8:30AM	

Escenas	Locación	Actores	Luz	Vestuario	Utilería	Clave de rodaje
Esc. 3A: Aparición de Creativa	Cuarto de Camila	Camila (creativa)	Luz cálida suave	Oversized, pintura, accesorios	Bocetos, papeles	Plano medio y detalles de manos escribiendo
Esc. 3B: Aparición de Ego	Cuarto de Camila	Camila, (ego)	Luz fría directa	Traje elegante, gafas oscuras	Espejo, peine	Reflejo en espejo, plano fijo tipo entrevista
Esc. 3C: Motivada	Cuarto de Camila	Camila, (motivada)	Luz dinámica	Deportiva, botella agua	Lista tareas, auriculares, toalla	Movimiento físico activo, energía artificial
Esc. 3C: Ansiosa	Cuarto de Camila	Camila, (ansiosa)	Luz parpadeante	Manta, camiseta, reloj	Lista tachada, reloj visible	Plano cerrado a rostro, ritmo acelerado, respiración tensa

HORAS DE COMIDA	
BREAK	11H00 am
ALMUERZO	13H00 pm

FIN DE RODAJE
15:30PM

ROMPA EL VIDRIO

PROYECTO:	ROMPA EL VIDRIO	CONTACTO EN RODAJE:	PABLO JACOME 0998578291
CÁMARA:	MIGUEL ARIAS / PABLO JACOME	LLAMADO 7:30AM LISTOS A GRABAR 8:30AM	Templado-frío: mañanas frescas que pueden dar paso a tardes cálidas (si hay sol) y noches frescas y frías. Sábado Jul 12 77° 0.3 mm 16°/10°
DIRECCIÓN:	CONOCOTO - QUITO		
RECOMENDACIONES:	PROTECTOR SOLAR / HUMECTANTES ROPA CÓMODA (EN CAPAS)		
FECHA:	Lunes 14 de julio		

Escenas	Locación	Actores	Luz	Utilería	Clave de rodaje
Esc. 4A: Encuentro con Nostálgica	Espacio mental (vacío)	Camila, Nostálgica	Luz cálida, difusa	Peluche, mochila pequeña	Plano conjunto + plano detalle de sus manos
Esc. 5A: Final con gabinete	Espacio mental (vacío)	Camila	Luz baja frontal	Gabinete iluminado, almohada adentro	Plano cerrado a su rostro y al vidrio
Esc. 5B: Dolly in	Espacio mental	Camila	Luz estática, enfocada	Gabinete con carte	Cámara en movimiento lento. Cierre emocional y simbólico

HORAS DE COMIDA	
BREAK	11H00 am
ALMUERZO	13H00 pm
BREAK	15H00 am

FIN DE RODAJE
16:00PM