

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ  
FACULTAD DE ARTE Y DISEÑO



**Video performance híbrida y cuidado de la salud mental durante el  
contexto COVID-19**

**TESIS PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE LICENCIADA  
EN ARTE CON MENCIÓN EN PINTURA QUE  
PRESENTA LA BACHILLERA:**

**AUTORA**

Rossi Levano, Paola Cecilia

**ASESORAS**

Mag. Ballón Gutiérrez, Alejandra  
Dra. Villavicencio Monti, Karla Paola

Lima, 2021

## **Agradecimientos**

¡Gracias a todo el universo de seres que me apoyaron durante el proceso de creación de este proyecto artístico y documento de tesis, tales como familiares, amistades, profesoras y asesoras!



## Resumen

Esta tesis es sobre la video performance híbrida “Altibajos” que tiene como objetivos: i) Encarnar sentimientos y experiencias vivenciados por la artista de esta investigación durante la cuarentena del año 2020 en Lima, Perú, expresando altibajos; y ii) Fusionar diferentes artes de una manera experimental o no convencional. El proceso creativo de la obra ocurrió desde marzo del 2020 hasta febrero del 2021. Consistió en idear y efectuar diversos experimentos con distintos medios, adaptándolos al lugar de confinamiento de la artista, frecuentemente combinándolos. Desarrollar el proyecto fue terapéutico para su creadora, quien había sido afectada por el contexto pandémico. La idea de efectuarlo, sus objetivos, lo que encarna, los medios que contiene, las acciones realizadas en él, su composición, edición y estética han sido decididas y ejecutadas por la artista. Sin embargo, también ha recibido asesorías de sus profesoras a lo largo del año, así como el apoyo de sus familiares y amistades en algunas partes del procedimiento. Las principales conclusiones artísticas de esta investigación son que la obra ha cumplido los objetivos, es innovadora y cuenta con aportes artísticos y sociales, sobre todo su estética global original, e inventos como el "Guion sentimental y experiencial detallado", así como su versión sintética, que podrían ser de utilidad para quienes crean videos y/ o performances.

### **Palabras clave:**

Video performance, experimental, transdisciplinar, cuarentena, arte terapia.

## Índice de Contenidos

<b>Introducción</b> .....	<b>6</b>
<b>Capítulo I. El Impacto Psicológico del Contexto COVID-19 en la Población y en la Artista del Presente Proyecto (Estado de la cuestión)</b> .....	<b>12</b>
<b>Capítulo II. Principales Referentes Artísticos y Marco Teórico de la Video Performance Híbrida “Altibajos”</b> .....	<b>17</b>
II.1. Referentes primarios en las artes visuales .....	17
II.2. Referentes primarios en las artes escénicas .....	25
II.3. Referentes primarios en el arte sonoro.....	34
II.4. Marco teórico en las artes .....	36
II.5. Marco teórico en la psicología .....	38
<b>Capítulo III. Proceso de Creación</b> .....	<b>39</b>
III.1. Descripción y objetivos.....	39
III.2. Justificación.....	45
III.3. Metodología .....	46
III.4. Difusión y Presentación.....	109
<b>Capítulo IV. Conclusiones</b> .....	<b>112</b>
<b>Referencias</b> .....	<b>115</b>

## Lista de Figuras

Figuras 1a, 1b y 1c: It Wasn't Us.....	20
Figuras 2a, 2b, 2c y 2d: Dolly.....	22
Figura 3: El grito .....	24
Figuras 4a, 4b y 4c: S/t.....	26
Figuras 5a y 5b: Happening.....	29
Figuras 6a y 6b: Metamorfosis.....	32
Figuras 7a y 7b: Sentimientos tanáticos en el encierro.....	49
Figuras 8a y 8b: Sentimientos y experiencias vinculados al eros y tánatos vivenciados en la cuarentena.....	50
Figura 9: (Versión final) Proceso: posibilidades usadas, descartadas y por emplear...	52
Figura 10: (Continuación de la versión final) Proceso: posibilidades usadas, descartadas y por emplear.....	53
Figuras 11a y 11b: Exploraciones con fuentes de luz encontradas en el lugar de confinamiento .....	57
Figuras 12a y 12b: Sentimientos y experiencias relacionados al eros, vivenciados por la artista durante la cuarentena.....	59
Figura 13: Fotograma del proyecto concluido, perteneciente al segmento de “exploración”, donde se observa que la acción ejecutada en la Figura 12a ha sido incorporada de manera lineal .....	59
Figura 14: Plano del vestíbulo para la primera ronda de la performance con pinturas.	72
Figura 15: Plano del vestíbulo para la segunda ronda de la performance con pinturas...	75
Figura 16: Plano del vestíbulo para la tercera ronda de la performance con pinturas.....	77
Figuras 17a, 17b y 17c: Vestíbulo sin intervención escenográfica.....	79
Figura 18: Techo virtual creado con estructuras de cartón corrugado.....	81
Figura 19: Espacio virtual creado en la sala.....	82
Figuras 20a, 20b y 20c: Vestíbulo de la casa cubierto y encerrado en plástico.....	85
Figura 21: Fotograma del trabajo terminado, perteneciente a la parte de “exploración”, que ejemplifica una de las formas que encontró la artista de pintar el espacio utilizando la lira.....	87
Figura 22: Fotograma de las escenas de “liberación”.....	88
Figura 23: Registro del espacio tras terminar la performance con pinturas.....	89
Figura 24: Fotograma de las escenas de “irrealidad”.....	90
Figura 25: “Guion sentimental y experiencial detallado” de la video performance a aproximadamente el 92% de edición.....	103
Figura 26: “Guion sentimental y experiencial sintético” del video a aproximadamente el 92% de edición.....	104
Figura 27: “Guion sentimental y experiencial sintético” del video a aproximadamente el 98% de edición.....	105
Figura 28: Fotograma de la escena inicial, donde la artista experimentó con fuentes de luz encontradas en su casa durante la cuarentena.....	107
Figura 29: Fotograma de las escenas de “incertidumbre”.....	107
Figura 30: Fotograma del segmento de “contemplación”, la cual, vista en movimiento, es una de las dos tomas en el video donde sale la acción de dibujar en el espacio con la lira.....	108
Figura 31: Fotograma de las escenas de “liberación”, experimentada al liberar o aliviar lo tánatico.....	108

## Introducción

El presente proyecto artístico es una video performance híbrida y experimental titulada "Altibajos". Encarna las fluctuaciones emocionales que la artista de esta investigación vivió durante la cuarentena causada por el brote del coronavirus, durante el año 2020, en Lima, Perú. Es transdisciplinar y combina los siguientes medios en un único video: pintura, dibujo, fotografías que en ocasiones incorporan escritos, sonido, teatro, danza y performance en la lira circense.<sup>1</sup> Se realizó en el espacio donde la artista estuvo confinada, que fue su casa. La adaptación de las disciplinas a ella, la transformaron de una manera inédita.

El trabajo vincula sentimientos y experiencias vivenciados por la artista durante la cuarentena y el distanciamiento social con la teoría freudiana del eros y tánatos, para categorizarlos y reflejar los altibajos. También tiene como objetivo fusionar diferentes artes de una manera experimental o no convencional.

Según Castillero (2019), la teoría freudiana del eros y tánatos es que todos tenemos dos pulsiones (o fuerzas) antagónicas e indispensables, que existen en todas nuestras acciones, se expresan de diversas formas y están en continuo conflicto. En ella, eros es la pulsión de vida y su principal objetivo es garantizar la supervivencia y mantener unida la materia. También busca el placer reduciendo el estrés. La fuerza opuesta es tánatos, o la pulsión de muerte, que busca la disolución de la materia. Algunas maneras en las que se manifiesta son: en respuestas de ira, negación, resignación ante las dificultades, desesperanza y depresión. Conforme a Freud, referido por Canosa et al. (2019), sublimar las pulsiones en arte brinda un auxilio para el padecimiento.

Una de las motivaciones que la artista tuvo para crear esta obra, fue el deseo de realizar un proyecto experimental, que integre diversos medios que no había visto

---

<sup>1</sup> La lira es uno de los tipos de aros que se utilizan en el circo. Se emplea en la disciplina llamada "danza aérea", en la que normalmente se suspende de espacios que tienen bastante altura, mediante una cuerda.

fusionados antes, tales como la lira, el dibujo y la pintura, que formaban parte de sus pasiones. Partió de los conocimientos artísticos que ya tenía (en pintura, dibujo, fotografía y acrobacias en la lira) y los mezcló con nuevos aprendizajes teóricos y prácticos (en danza, teatro, sonido y video), que adquirió durante su investigación y exploración con medios.

Las disciplinas que utilizó incrementaron debido a sus necesidades emocionales y artísticas, de adaptación al contexto pandémico. Especialmente la de cuidar su salud mental para evitar recaer permanentemente en la depresión. Ella había sido dada de alta del tratamiento con pastillas antidepresivas un mes antes de la cuarentena, ya que había superado la depresión en ese momento. Por lo tanto, según la terapeuta que la trató, experimentó intensamente las emociones durante el confinamiento, pues los químicos en su cerebro se estaban adaptando a su nuevo estado (actualmente se han regulado y ya no siente todo intensamente). Sin embargo, en ese periodo, la nueva intensidad de lo sentido, sumada al antecedente de esa condición de salud mental y al contexto pandémico, la amenazaron con recaer en ella y le generaron altibajos emocionales.

Esto la llevó a usar los distintos medios mencionados para gestionar lo que sentía, pues cada uno le generaba bienestar de diferentes maneras. Por ejemplo, fotografiar el ocaso le causó serenidad, mientras que dibujar, escribir y hacer performance le apoyaron a aliviar los estados tanáticos. Adicionalmente, retomó algunas sesiones psicoterapéuticas, que terminaron poco después de finalizar la cuarentena, puesto que su psicóloga la consideró capaz de mantenerse bien sin ellas. Es decir, gracias a que se apoyó principalmente en las artes para gestionar sus emociones, logró evitar que la depresión se reinstaure de forma permanente en ella.

Asimismo, la necesidad acentuada de atención, afecto y conexión que sintió durante el aislamiento social, la llevó a compartir sus avances mediante Instagram y Whatsapp, lo cual la motivó a seguir creando y la mantuvo conectada con sus amigos y familiares. Además, el deseo de cuidar su salud física y mental, así como el de seguir

practicando circo o danza aérea, la llevó a colgar su lira en el vestíbulo de su casa, para poder ejercitarse sin salir y evitar contagiarse. Del mismo modo, dado que el encierro no permitió presentaciones físicas, el video surgió como un medio ideal para ser difundido mediante internet.

Respecto a la organización de esta tesis, el primer capítulo trata sobre el impacto psicológico del contexto COVID-19 en la población en general. También se ocupa de la depresión y la relaciona con esa época. Asimismo, refiere la situación global de las artes, así como las medidas de cuarentena vividas por la artista de esta investigación. Además, presenta cómo el contexto la impactó psicológicamente, llevándola a crear con distintas disciplinas para retomar la armonía.

El segundo capítulo expone los referentes artísticos y el marco teórico de esta obra. Incluye a performers contemporáneas, como Florenciano, quien ha realizado un work in progress sobre sentimientos surgidos durante su encierro en Cataluña, dialogando así con este trabajo. No obstante, difiere en elementos como los medios, puesto que no utiliza pinturas, fotografías, escritos, la lira o acciones con óleos pasteles. Otra forma en la que se diferencia de este proyecto es en la estética, ejemplificada en el ángulo de grabación, los colores, la iluminación y la atmósfera que crea, así como en la edición del video. Este capítulo también incorpora autores que dialogan con la teoría freudiana del eros y tánatos, como Jung, quien se distancia de ella al considerar que solo hay una energía pulsional general.

El tercer capítulo expone los objetivos de esta video performance, como encarnar sentimientos y experiencias que la artista tuvo durante la cuarentena, mostrando altibajos. Además, describe la estética de la obra, incluyendo que es dramática, metafórica y vinculada a la irrealidad. Adicionalmente, presenta su justificación, que está relacionada al interés por innovar y a los efectos de las artes en la salud mental. También explica la metodología del proyecto y sus innovaciones, como el “Guion sentimental y experiencial detallado”, que representa las diferentes intensidades de la secuencia. Asimismo, trata sobre la difusión y presentación virtual del video, y termina compartiendo



su enlace para que pueda ser experimentado.

El cuarto capítulo se ocupa de las conclusiones de la investigación. Relaciona los objetivos con la metodología, los hallazgos, las innovaciones artísticas, el resultado y la difusión del proyecto. Con ello, concluye que “Altibajos” ha logrado cumplir los dos objetivos trazados. Igualmente, expone sus aportes artísticos y sociales. Por ejemplo, que conecta con lo que la población en general ha sentido y experimentado durante la pandemia y las medidas de encierro del año 2020, con lo cual puede tener un efecto terapéutico sobre quienes se identifican con ella.

En cuanto a los aportes, la artista inventó un “Guion sentimental y experiencial detallado” y un “Guion sentimental y experiencial sintético”. Estos son gráficos que muestran las intensidades de los estados que aparecen en el video. Según las comunicadoras S. Chávez y M. Torres, quienes fueron consultadas durante el 2021, la artista encontró su propia manera de hacer un guion, que incluye esas creaciones. Conforme a S. Chávez, en una comunicación personal llevada a cabo ese año, los videos que se realizan en audiovisuales tienen una estructura sentimental inconsistente, y cuando se desea subirle la intensidad a alguna de sus partes, esto se hace solo con los elementos compositivos.

En cambio, el “Guion sentimental y experiencial detallado” vincula los sentimientos y experiencias expresados con los minutos de la secuencia, y tres niveles de intensidad (baja, media y alta) según la percepción de la artista. Con ello, se puede observar de manera más concreta la potencia de los estados reflejados y analizarlos, por ejemplo, para tomar decisiones que lleven a que la composición sea más variada e interesante.

Asimismo, con el “Guion sentimental y experiencial sintético”, que es una versión más simple del gráfico anterior, se puede percibir con mayor claridad si la composición de la secuencia es monótona o no, y jugar visualmente con su línea representativa para decidir qué partes modificar con el mismo fin de enriquecerla.

Por consiguiente, ambos inventos podrían servirles a otras personas que desarrollan trabajos artísticos, como videos y performances. A pesar de que la artista de esta investigación los utilizó en la última fase de su proyecto, que es cuando los creó, podrían ser útiles incluso desde las primeras etapas creativas.

Otro aporte está en la estética original de "Altibajos". Al observarla, se percibe que los diversos medios empleados se han combinado de una manera novedosa. Del mismo modo, la descripción de la obra, presentada en la sección III.1. de esta tesis, muestra que conecta con algunos elementos del cyberpunk, el gótico y el expresionismo, pero que, como conjunto no es igual a ellos.

Adicionalmente, el proyecto se compone de tomas que contienen acciones innovadoras que fusionan diversas artes. Por ejemplo, aquellas en las que la artista encontró sus propias maneras de pintar y dibujar utilizando la lira circense. Estas escenas también incluyen elementos de otros medios, como la danza y la fotografía. Conforme a J. Straga, quien fue consultada durante marzo del 2021, y es parte de la junta directiva de la Fédération Mondiale du Cirque, las formas en que la artista ha pintado con la lira y la historia que cuenta son nuevas. Asimismo, en la comunicación personal efectuada en ese momento, J. Straga y H. Van der Laan de los Países Bajos, quien es un historiador de circo, indicaron que desconocían otras investigaciones donde se haya realizado la acción de dibujar con ese aparato.

Además, la población en general ha tenido sentimientos y experiencias tanáticas, así como altibajos emocionales provocados por la pandemia y las medidas de confinamiento del año 2020, lo cual conecta con lo que esta obra ha encarnado. Esto significa que se puede ver para tener una idea de lo que se sintió vivir ese periodo histórico en que el coronavirus se expandió alrededor del mundo. Según Amerio et al. (2020), a escala global, la aparición del coronavirus ha generado ansiedad, estrés, frustración, miedo relacionado al contagio y depresión. Igualmente, Blais-Rochette et al. (2021), mencionan que, debido a la pandemia y las medidas de encierro, la angustia y la depresión han aumentado mundialmente, indistintamente de la región, grupo o

género. De acuerdo con Sher (2020), la experiencia de incertidumbre sobre el futuro también se ha generalizado. Adicionalmente, según Sabater (2020), es común que la cuarentena cause altibajos emocionales, que afectan a niños, adultos y ancianos.

Asimismo, esta obra incluye escenas de dos performances y nueve fotografías creadas durante la cuarentena. Por lo tanto, contiene registros artísticos de esa época.

Para concluir con esta parte, la presente investigación ejemplifica que diversas artes pueden servir como recursos terapéuticos o herramientas para la resiliencia. Esto es significativo para promover la creación artística e incrementar el bienestar colectivo, puesto que las industrias culturales y la salud mental de la población mundial se han visto bastante afectadas por el contexto de la pandemia.



## **Capítulo I. El Impacto Psicológico del Contexto COVID-19 en la Población y en la Artista del Presente Proyecto (Estado de la cuestión)**

El brote de la pandemia y la vivencia de la cuarentena han afectado la salud mental de la población mundial.<sup>2</sup> La aparición de la COVID-19 ha generado profundo sufrimiento a nivel global, provocando problemas psicológicos, tales como estrés, ansiedad, depresión, frustración y miedo relacionado al contagio.<sup>3</sup> También se ha generalizado la incertidumbre sobre el futuro.<sup>4</sup> Hay grupos poblacionales psicológicamente más vulnerables al contexto pandémico.<sup>5</sup> Uno de estos sectores está conformado por quienes tienen o han padecido alguna condición de salud mental. Debido a que la artista de este proyecto tiene un antecedente de depresión, este capítulo expondrá los síntomas de dicha condición y lo relacionará con el contexto. También refiere la situación global de las artes, así como las medidas de confinamiento experimentadas por ella. Además, describirá cómo el contexto repercutió psicológicamente en ella, haciéndole buscar retomar la armonía creando arte.

Según Stamboulian (2019), la depresión es una condición mental frecuente que impacta sobre todos los ámbitos de la vida, generando un elevado nivel de sufrimiento.<sup>6</sup> Existen varios tipos, siendo algunos síntomas comunes: la tristeza, apatía, dificultad para sentir placer o satisfacción, sentimientos de culpa o falta de autoestima, sensación de cansancio, falta de voluntad para moverse, alteraciones del sueño, cambios en el apetito, enlentecimiento mental, menos capacidad de concentración, aislamiento, pensamientos de muerte y profundos sentimientos de inutilidad y desesperanza. Cuando es leve, se puede tratar sin necesidad de medicamentos, pero de ser moderada a grave, puede requerir psicoterapia y/o medicamentos. Idealmente, esta debe ser abordada desde de una manera que incluya cuerpo, espíritu y mente.<sup>7</sup>

---

<sup>2</sup> Según Amerio et al. (2020).

<sup>3</sup> Conforme a Amerio et al. (2020).

<sup>4</sup> De acuerdo con Sher (2020).

<sup>5</sup> Según The Lancet (2020).

<sup>6</sup> En el 2019, la depresión afectaba a más de 300 millones de personas y se estimaba que la cantidad seguiría en aumento.

<sup>7</sup> De acuerdo con Stamboulian (2019).

Debido a la pandemia y las medidas de confinamiento, los índices de angustia, depresión y del trastorno de estrés postraumático se han incrementado a nivel mundial, independientemente del género, grupo o región.<sup>8</sup> El aislamiento social, la soledad o la sensación subjetiva de estar solo, así como la experiencia de incertidumbre están asociados con el aumento de dicha condición.<sup>9</sup> Según la psicóloga L. Jara, en una comunicación personal realizada durante la cuarentena, el contexto ha acentuado los sentimientos tanáticos en la población en general y quienes han tenido depresión se encuentran en un grupo más susceptible. Además, de acuerdo con Sabater (2020), es común que el confinamiento cause altibajos emocionales, que afectan a ancianos, adultos y niños, y que son más difíciles de regular para quienes tienen o han padecido alguna condición de salud mental, como la depresión.

En cuanto a la situación de las artes a nivel global, Llanos (2020), afirma que el encuentro de la Asociación Mundial de Educación por el Arte, efectuado en el 2019, reveló que, se está reduciendo el número de horas que se les asignan en los colegios, y que en algunas han dejado de existir. Asimismo, conforme a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO] (2021), las industrias creativas y culturales han sido bastante afectadas por la pandemia, ya que, por ejemplo, los trabajadores creativos (sobre todo los autónomos) están viviendo numerosas pérdidas de empleo y menos ingresos en la totalidad del mundo.

En el Perú, la cuarentena nacional inició el 16 de marzo del año 2020 y se extendió varias veces consecutivas hasta el 30 de junio.<sup>10</sup> El gobierno cerró las fronteras del país y ordenó que las personas salieran solo para comprar cosas imprescindibles, como alimentos y medicamentos. También decretó toques de queda en distintos horarios en todas las ciudades e impuso restricciones vehiculares. A pesar de las medidas, para el 22 de junio, el país era el segundo de América Latina con más casos

---

<sup>8</sup> Conforme a Blais-Rochette et al. (2021).

<sup>9</sup> De acuerdo con Sher (2020).

<sup>10</sup> Conforme a Pighi, P. (2020).

de COVID-19 y era el duodécimo a nivel mundial con ellos.<sup>11</sup> Además, al concluir el confinamiento, la capital era la región peruana con el mayor número de infectados por la pandemia.<sup>12</sup>

Debido al encierro y la COVID-19, el espacio de trabajo de la artista se restringió a la casa y ella inicialmente pensó que el acceso a los materiales sería limitado. Sin embargo, hubo tiendas de arte y ferreterías abiertas dentro de los horarios dispuestos por el gobierno. Por lo tanto, pudo acceder a materiales que no tenía en casa haciendo uso de los servicios de entrega.

Como ya se indicó en la “Introducción”, la artista había sido dada de alta en el tratamiento de pastillas antidepresivas un mes antes del confinamiento porque había superado la depresión en ese momento. Por consiguiente, conforme a la psicóloga que la trató, durante la cuarentena sintió intensamente las emociones debido a que los químicos en su cerebro se estaban adaptando a su nuevo estado. La nueva intensidad de lo sentido, sumada al antecedente de depresión, al encierro y la pandemia la amenazaron con recaer en esa condición de salud mental y le provocaron altibajos emocionales.

Respecto a lo que había asociado al tánatos, la artista experimentó “incertidumbre”, pues no se sabía cuándo habría cura o vacunas para tratar la COVID-19, ni cuándo acabaría el confinamiento de manera definitiva por los posibles rebotes. También experimentó “irrealidad” hacia el comienzo de la cuarentena porque la pandemia cambió todo drásticamente a nivel global desde el año anterior, como si se tratase de una dimensión alterna, un sueño o una película de ficción. Adicionalmente, sintió “nostalgia” y “soledad”, puesto que, debido al aislamiento social, no pudo estar en contacto con personas queridas que habitaban otros espacios, con lo cual las extrañó a ellas y los momentos gratos compartidos con ellas. Sintió que la soledad se acentuó al tener que interactuar a un metro o más de distancia de sus familiares y dejar de hacer

---

<sup>11</sup> De acuerdo con Pighi, P. (2020).

<sup>12</sup> Según el Ministerio de Salud (2020).

cosas como dar y recibir abrazos para evitar que el virus se propague. Igualmente, sintió “angustia” por el contexto, que le generó preocupación, y tuvo algunos pensamientos depresivos durante la cuarentena. Además, hacia el final del confinamiento vivió algunos momentos en los cuales se sintió “harta” de estar encerrada. También sintió “desilusión” relacionada a que algunas de sus metas no se materializaron, en parte debido al contexto pandémico.

En cuanto a los beneficios del arte, Boris Cyrulnik, referido por Llanos (2020), fue un autor, etólogo, neurólogo, psiquiatra y psicoanalista judío ruso, que logró escapar de los campos de concentración nazi, y expresó que la forma más efectiva de comenzar a tratar el dolor profundo es la expresión artística. También mencionó que le permitió a él y a muchas otras personas reorganizar sus vidas de manera satisfactoria, a pesar de sus experiencias traumáticas.

Conforme a la psicóloga Llanos (2020), las artes tienen un potencial terapéutico para las personas y la sociedad, por ejemplo, al posibilitar la libre expresión de la subjetividad o mundo interno. Asimismo, según Cyrulnik referido por ella, permite que el público se identifique con sentimientos colectivos (con lo cual sienten que no son los únicos que los vivencian). Además, él menciona que las artes pueden apoyar a darle un nombre al trauma, construir lo que se quebró y transformarlo, es decir, resignificar lo ocurrido.

Respecto a la pandemia, Llanos (2020) indica que las diversas artes son herramientas para la resiliencia que contribuyen a afrontar la crisis. Asimismo, Mendoza et al. (2020), quienes son psicólogas, una comunicadora y una música, coinciden en que el arte usado como terapia promueve cualidades como la libertad de expresión, así como el juego, la introspección y el bienestar durante el encierro.

Para la artista de esta investigación, hacer creaciones con las artes también fueron herramientas de resiliencia. Durante la cuarentena, vinculó los siguientes sentimientos y experiencias con el concepto de eros y los diferentes medios que utilizó. Experimentó "serenidad" al fotografiar el cielo. Al conectar con su belleza y tomarle

fotos, también vivenció un estado “contemplativo”, donde le surgieron pensamientos de vida que contrarrestaron los depresivos. Asimismo, sintió “alegría” y conectó con lo “lúdico” al hacer movimientos espontáneos con la danza, el teatro y la lira circense. Adicionalmente, sintió "liberación" al expresar y aliviar los estados que relacionaba al tánatos mediante el dibujo, la escritura y las acciones corporales catárticas. Igualmente, asoció la "liberación" a la toma de conciencia de que a pesar de los estados tanáticos, también tuvo aprendizajes artísticos y emocionales- espirituales, así como momentos de calma y alegría.

Durante el confinamiento, la artista tuvo dos sesiones psicoterapéuticas. Su psicóloga le dio de alta en la tercera sesión, que se produjo dos semanas después de que termine la cuarentena en Lima, ya que la consideró capaz de mantenerse bien sin ellas. En otras palabras, al gestionar lo que sintió principalmente mediante el arte, su salud mental mejoró y logró evitar que la depresión se reinstaure permanentemente en ella.

Después de la cuarentena, en este proyecto, la pintura la apoyó cuando la combinó con la performance, pues pudo liberar aún más los estados que había asociado al tánatos, y conectarse con los que había vinculado al eros.

Además, pudo resignificar lo que había considerado tanático mediante la escritura, así como a través de los guiones que realizó, ya que con ellos la obra finalizó con “optimismo” al encarnar la “liberación” de esos estados.

Para concluir con este capítulo, el video resultante trasciende la ilusión de dualidad entre eros y tánatos, puesto que, a pesar de que existen momentos que podemos llamar “tanáticos” o de “eros/ placenteros” para comunicarnos con mayor facilidad, estos son integrados bajo una sola unidad.



## **Capítulo II. Principales Referentes Artísticos y Marco Teórico de la Video**

### **Performance Híbrida “Altibajos”**

En este capítulo se exponen los referentes primarios de la presente obra, ordenados según las artes visuales, escénicas y el arte sonoro. Se presentan al lado del fundamento, las ideas y métodos relacionados con el proyecto artístico. Esta sección también incluye el marco teórico del trabajo en las artes y en la psicología. En el último de estos campos, se han incorporado autores que dialogan con la teoría freudiana del eros y tánatos, la cual ha sido vinculada con lo sentido por la artista durante el confinamiento.

#### **II.1. Referentes primarios en las artes visuales**

Los siguientes creadores, pertenecientes a las artes visuales, dialogan con este proyecto:

##### **Grosse, Katharina:**

Conforme a Art21 (2015), varias de las obras de esta pintora, quien reside en Alemania y es originaria de ese país, consisten en ambientes escultóricos a gran escala, que están cubiertos con marcas rápidas de colores ejecutadas con pinturas acrílicas roseadas. Además, ella explora la relación entre observar el mundo e imaginar en grande, y simplemente estar en él, mientras se es físicamente pequeña/o en comparación con el entorno.

El trabajo llamado “It Wasn't Us”, que realizó en el 2020 en el Hamburger Bahnhof – Museum für Gegenwart en Berlín, conecta con “Altibajos”, ya que tiene formas abstractas de pinturas que cubren varias dimensiones espaciales.

Sin embargo, de acuerdo con Itsliquid (2020), las manchas efectuadas por Grosse están sobre un grupo de esculturas (realizadas con poliestireno y un sistema de impresión digital) ubicado dentro de la "Sala Histórica" del museo. Asimismo, las pinturas se esparcen por el suelo de esa sala y el de un espacio público que tiene

jardín y árboles, que se encuentra detrás. También cubren la fachada del "Rieckhallen", que es otra parte del complejo museal. Con ello, según la misma fuente, la obra desestabiliza radicalmente el orden arquitectónico de esa institución. Como parte del procedimiento del presente trabajo también se intervino el espacio de tal manera que la estética y el modo de interactuar con el sitio cambiaron drásticamente. No obstante, el lugar donde se llevó a cabo no es una institución artística y estuvo totalmente encerrado. Igualmente, las marcas aparecieron sobre todos los planos de la arquitectura (incluso el techo) y sobre elementos móviles, incluyendo el cuerpo de la artista y la lira circense.

Conforme a Anguio et al. (2014), el "color materia" proviene de los pigmentos, es "sustractivo" (que significa que cuantos más colores se apliquen a una superficie, más oscura se volverá) y es lo opuesto al "color luz", que es causado por fuentes lumínicas como pantallas y focos. Por lo tanto, "It wasn't us" se elaboró con "color materia" y el proceso de "Altibajos" también lo utilizó en forma de pinturas de látex, témpera y óleos pasteles. Sin embargo, el procedimiento y el resultado de esta video performance también emplearon el otro tipo de color, ya que se usaron fuentes de luz coloridas para la escenografía, y el público ve el resultado desde pantallas de computadora, celular o televisión, dependiendo de lo que elijan.

La paleta que ha usado Grosse consiste en los colores primarios, matices de verde, violeta, naranja, cian y blanco. Tiene varias partes amarillas con un valor medianamente alto (claras), así como varios verdes y violetas con valores bajos (oscuros). Al parecer, ninguno de los colores predomina sobre los demás. Estos son principalmente saturados y contrastan con el entorno arquitectónico (que es blanco, grises y crema) y natural, lo cual, para la artista de esta investigación, hace que el pasaje se anime de una manera casi lúdica y alegre. En esta video performance también prima la alta saturación, no obstante, no hace que el espacio luzca siempre alegre, puesto que la estética de las escenas se ha editado para variar según cada estado reflejado, asimismo, contiene otras partes más desaturadas. Además, debido

a su naturaleza digital, "Altibajos" utiliza una escala de color diferente (la RGB). Incorpora diversos colores, sobre todo los complementarios, de los cuales hay un par que aparece con frecuencia (naranja y azul). Del mismo modo, el blanco y el negro casi siempre están presentes.

Según Itsliquid (2020), la sección interior de "It wasn't us" está influenciada por las luces del techo de la sala (que son focos blancos) y la luz natural que entra por las ventanas y cambia a lo largo del día y las estaciones. El exterior también es afectado por la luz de la naturaleza, los postes de luz y lo que sucede en la plaza durante el día a día. Mientras que, en esta obra, el espacio interior sólo está alumbrado con fuentes artificiales, incluyendo luces directas percibidas como colores neones y que se han colocado sobre el piso. Además, en esta ocasión, las tomas exteriores sólo están iluminadas con fuentes naturales (los astros) durante la tarde y la noche.





**Figuras 1a, 1b y 1c:**  
*It Wasn't Us*, 2020, Katharina Grosse, acrílico sobre piso,  
poliestireno y bronce, 700 x 2,550 x 5,600cm, Hamburger Bahnhof  
– Museum für Gegenwart, Berlín, (Fotos: Jens Ziche)

**Korot, Beryl:**

Según el compositor neoyorquino Steve Reich (s.f.), es una artista estadounidense pionera del videoarte. También ha expresado que han creado juntos una "video ópera digital documental" llamada "Three Tales". Menciona que el trabajo trata sobre tres eventos científicos importantes del siglo XX. Aborda los inicios del transporte aéreo, las pruebas nucleares y la clonación genética, en tres actos o videos independientes creados entre 1998 y el 2002. Estos se proyectan en una pantalla grande de 32 pies, mientras dieciséis músicos y cantantes tocan en vivo para el público en una sala. De igual forma, indica que el proyecto completo dura aproximadamente 65 minutos.

La tercera pieza de "Three Tales", titulada "Dolly", se relaciona con "Altibajos", ya que también es experimental, usa la escritura, escenas donde aparece el cuerpo y sonidos mientras presenta un periodo mundialmente significativo.

Sin embargo, las estéticas globales de ambos videos son distintas. Por ejemplo, además de usar el blanco y negro, la paleta empleada por Korot tiende a los azules y colores desaturados. Asimismo, "Dolly" utiliza texto elaborado con computadora y muestra la parte superior de varios entrevistados, mientras que en "Altibajos", las palabras han sido escritas a mano y solo figura una persona, cuyo cuerpo frecuentemente se ve completo. Adicionalmente, este proyecto no contiene músicos en vivo, ni palabras habladas, sino que emplea sonidos abstractos experimentados con audífonos mediante internet.



**Figuras 2a, 2b, 2c y 2d:**

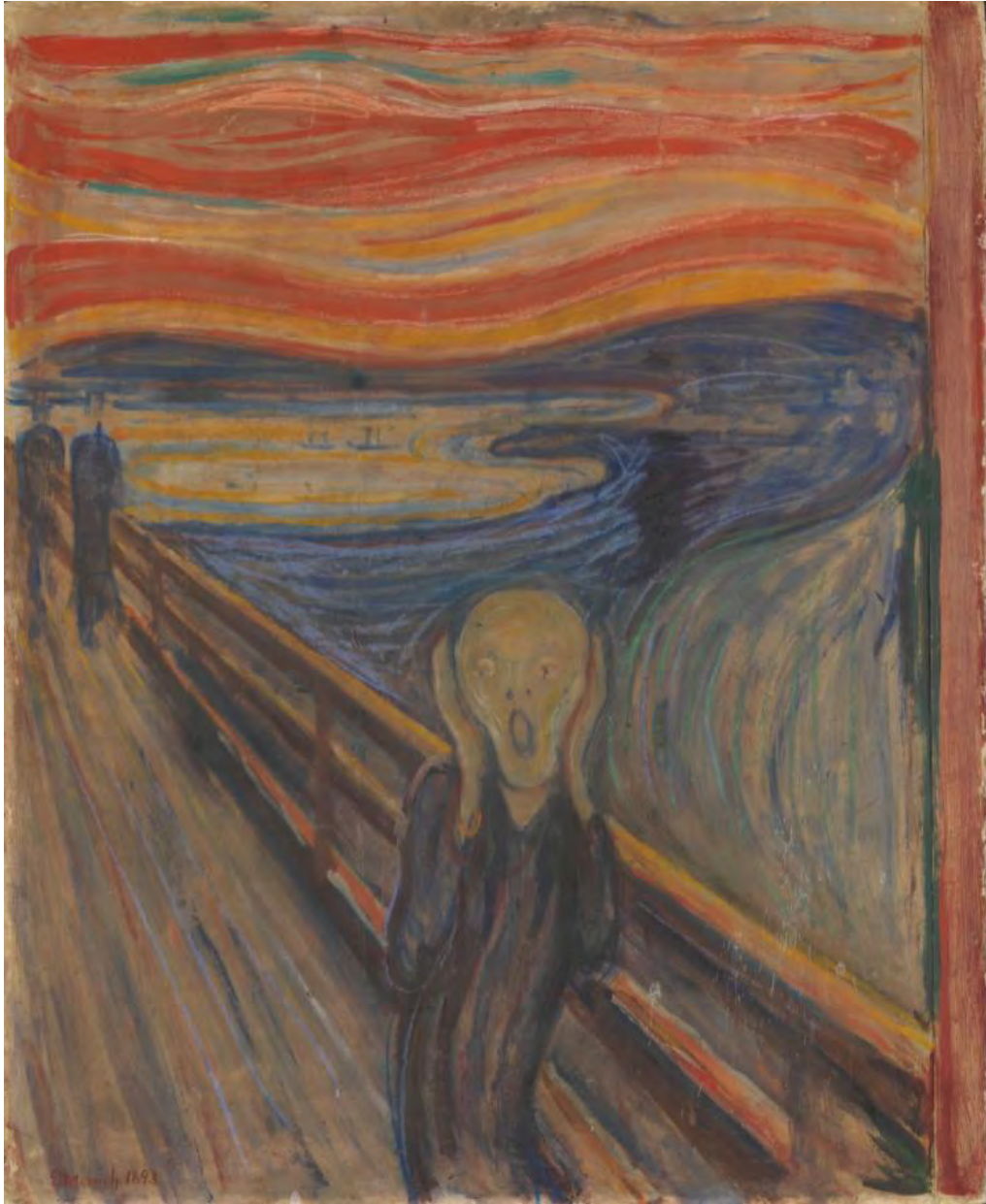
*Dolly*, 2010, Beryl Korot y Steve Reich, video ópera documental, 2a: 41min 9s, 2b: 42min 28s, 2c: 51min 5s, 2d: 47min 44s , Tête à Tête, Londres, (Fuente: [Tête à Tête](#))

**Munch, Edvard:**

De acuerdo con Bolaño (2017), la obra "El grito" de este pintor y grabador noruego (quien vivió entre 1863 y 1944) se inspiró en su vida y su mensaje es el "humano moderno en un momento de profunda angustia y desesperación existencial". Por lo tanto, se relaciona con "Altibajos" porque se realizó desde la subjetividad del artista y conecta con sentimientos universales.

Conforme a Wolf y Duncan (2021), existen varias versiones de "El grito". El de la imagen a continuación se diferencia de este proyecto no solo en las cantidades creadas, sino también en elementos como los medios utilizados y la paleta global. La pintura, ubicada en el Museo Nacional de Oslo, fue creada en 1893 con óleo, pastel y temple, es decir, "colores materia". Su paleta se compone de colores desaturados, principalmente terrosos. El negro también se ha utilizado con frecuencia en ella, seguido de azules y naranjas. Adicionalmente, contiene amarillos y verdes, así como bajas cantidades de blanco.

Además de esto, la mayoría de los colores que tiene son cálidos, pero el trabajo no transmite sentimientos de esa naturaleza. Para la artista de esta investigación, elementos como el lenguaje corporal del protagonista y la forma de su rostro, que se asemeja a una calavera, contribuyen a que la obra sea tanática.



**Figura 3:**  
*El grito*, 1893, Edvard Munch, óleo, pastel y temple sobre cartón, 91 x 74cm, Museo Nacional, Oslo  
(Fuente: [Museo Nacional / Børre Høstland](#))



## II.2. Referentes primarios en las artes escénicas

El presente proyecto dialoga con las siguientes artistas y creaciones pertenecientes a las artes escénicas:

### **Butoh:**

Según Taylor (2012), es una forma de danza vanguardista japonesa desarrollada en 1959 por los bailarines y coreógrafos Tatsumi Hijikata (1928-1986) y Kazuo Ohno (1906-2010).

Conforme al artista japonés Tadashi Endo en su entrevista con Geoffroy y Oliveira (2018), el butoh aborda la violencia, el eros y la lucha interna, además, como representa la vida y no siempre es agradable, utiliza movimientos grotescos. También de acuerdo con él, no siempre se emplea un escenario tradicional, incluye la curiosidad, el deseo de ir más allá de lo establecido y una expresión radical. Estas cualidades conectan con “Altibajos”.

No obstante, según Taylor (2012), los artistas de butoh usualmente emplean pintura corporal blanca, que originalmente se usó para simbolizar a los muertos, y las representaciones contemporáneas pueden utilizarla como una manera de enmascarar la individualidad y alentar al público a ver el cuerpo como un arquetipo. En esta obra, el cuerpo de la artista comienza limpio, sin embargo, debido a las acciones que realiza con las pinturas coloridas que eligió para plasmar sus estados, termina fusionándose con el vestuario y el espacio que representa el encierro.

Taylor (2012) también menciona que otras características comunes en la forma de danza japonesa son los movimientos hiper controlados o extremadamente lentos. Mientras que en esta ocasión se han utilizado varias velocidades, no solo en las acciones, sino también en el video resultante, que no es una performance, sino una hibridación de varias exploraciones con diversos medios.



**Figuras 4a, 4b y 4c:**  
S/t, 2006, Imre Thormann, performance de butoh, 4a: 30s,  
4b: 2min 6s, 4c: 39s, Santuario de Hiyoshi Taisha, Japón,  
(Fuente: [Roger Walch](#))

**Cork, Laura:**

Es una artista inglesa de danza aérea, que vive en México, y ha realizado una performance colaborativa llamada "Happening", que se llevó a cabo frente a una pequeña audiencia en 2016, en Victoria Works (que es un espacio comunitario de artes) en Sheffield, Reino Unido.<sup>13</sup>

En una comunicación personal efectuada en el 2021, mencionó que el proyecto trata sobre una de sus rupturas amorosas, los sentimientos de estar atrapada y no pertenecer, así como de enamorarse nuevamente y mudarse a México. Por lo tanto, refleja la subjetividad de la artista, conectándose así con "Altibajos". También está relacionada a esta obra porque en ella pintó formas abstractas en varias dimensiones espaciales utilizando la lira y su cuerpo.

Sin embargo, para ejecutarla, Cork y sus compañeros crearon una escenografía geométrica con una tela grande, que rodeaba tres lados, dejando el techo y la parte frontal abiertos para que el público vea la acción. En "Altibajos", la escenografía principal también es de esa naturaleza, pero consistió en encerrar todo el espacio con otros materiales.

Además, "Happening" tiene una paleta diferente de este video, ya que utiliza pintura negra, así como polvo rojo y amarillo sobre un fondo blanco. Su iluminación también es distinta, pues se compone principalmente de una fuente de luz cenital artificial blanca.

Asimismo, como ella misma expresó en la comunicación personal mencionada, Cork no tenía control sobre la pintura que usaba, puesto que Liliana Robins se la lanzó desde arriba y Pete Gunson varió las alturas del aparato circense. Adicionalmente, ninguno de ellos ensayó la pieza antes de realizarla. Si bien la espontaneidad también se ha utilizado en algunas fases de esta investigación, la artista movió voluntariamente los elementos físicos y efectuó entrenamientos.

---

<sup>13</sup> El trabajo donde figura Cork se puede ver con este enlace: [Happening \(2016\) on Vimeo](#)

Para pintar con la lira, Cork llevó a cabo tres acciones distintas a las de este proyecto. En la primera, agarró con las manos el aparato que estaba sobre su cabeza, y parada sobre el piso, giró sobre un pie, pintando las telas verticales con el otro pie. En la segunda, arrojó el elemento fuertemente contra las telas. En la tercera, usó sus manos para sostener el aro que estaba sobre su cabeza, y giró pintando el piso con las partes de su cuerpo que estaban en contacto con esa superficie.

En esta obra, las escenas donde se ha empleado la lira para pintar son mayores en cantidad. Muestran que se han utilizado los vaivenes y giros del aparato. En algunas de las tomas, la artista ha estado sentada dentro del elemento circense y ha pintado el piso con sus piernas mientras este se movía. En otras escenas, el aro ha estado alrededor de su cintura, mientras ella ha estado boca arriba o abajo desplazándose, y pintando con las distintas partes de su cuerpo, incluyendo su cabello. Igualmente, parte del techo también se pintó con el aparato durante su performance principal.

Además, "Happening" solo contiene un ángulo de grabación fijo, mientras que, en este trabajo, se han usado varios ángulos y una cámara en mano, incluyendo desplazamientos, como acercamientos y alejamientos coordinados con las acciones corporales. Además, este video incorpora la superposición de tomas y las escenas suelen tener bastante granulado, que son elementos que no se han empleado en la filmación donde aparece Cork.

En cuanto a lo auditivo, ninguno de los trabajos utiliza palabras habladas. No obstante, en "Happening", casi siempre hay sonidos creados por Pete Gunson (que tocaba la tuba) y Eleanor Hooper (que usaba su voz). Mientras que en este proyecto hay silencios prolongados, combinados con sonidos que fueron modificados digitalmente por la misma artista que realizó el resto de la obra.

Adicionalmente, la grabación en la que aparece Cork no incluye medios como fotografías, escritura y la acción de dibujar en el espacio, que se han empleado en esta ocasión.



**Figuras 5a y 5b:**  
*Happening*, 2016, Laura Cork, Liliana Robins, Pete Gunson y Eleanor Hooper, performance, 5a: 1min 36s,  
5b: 3min 39s, Victoria Works, Sheffield

### **Florenciano, Julia:**

Es una artista de circo que realizó un work in progress el 25 de abril de 2020 llamado "Metamorfosis", inspirado en sentimientos surgidos durante su confinamiento en Cataluña. Según Florenciano (s.f.), la muestra agonizando y atrapada en un espacio reducido, y a medida que avanza el trabajo, hay una transición en la que ella "comienza a ver la luz". Inicialmente fue ejecutado para el Coronacircus Festival efectuado ese año, el cual fue transmitido a través de Instagram. No obstante, Florenciano (s.f.) ha expresado que lo planea presentar en vivo más adelante.<sup>14</sup>

Aunque la versión inicial de "Metamorfosis" y "Altibajos" muestran sentimientos surgidos durante el encierro y son videos que incluyen a la artista haciendo performance en la casa, además de acrobacias, elementos de danza, vestuario, sonidos y escenografía, este trabajo también utiliza otros medios que no están presentes en el de Florenciano: pinturas, acciones con óleos pasteles, la lira y fotografías con y sin escritura. Además, los medios en los que coinciden se han utilizado de manera diferente.

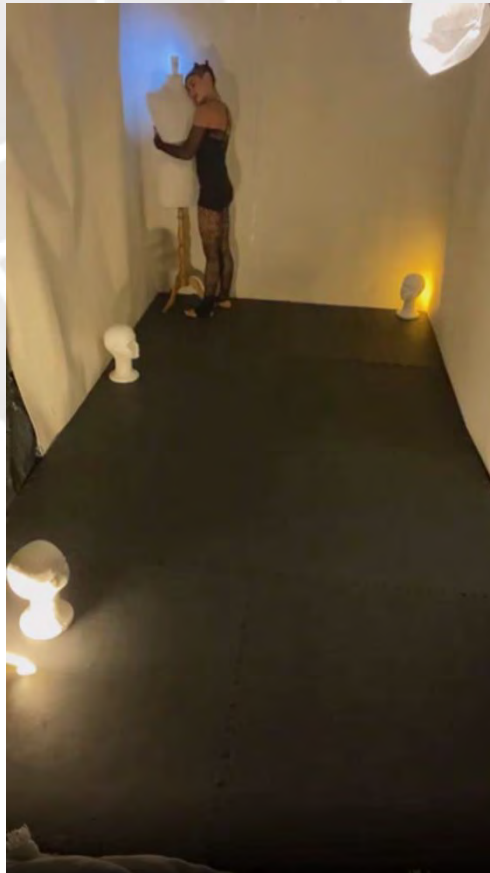
Por ejemplo, el work in progress muestra un espacio interior blanco con un piso gris oscuro alumbrado por fuentes de luz indirecta azul, amarilla y blanca, que para la artista de "Altibajos", no generan sombras fuertes ni una atmósfera tanática, sino una que tiende a la belleza y la calma. En cambio, en la mayoría de las escenas de esta video performance híbrida, el interior tiene espacios de bastante oscuridad y alto contraste entre luces y sombras. Asimismo, debido a la edición, las luces en este video también cambian de colores e incluso se vuelven negras. Adicionalmente, las tomas de luz natural de este proyecto contribuyen tanto a los "altos" como a los "bajos".

---

<sup>14</sup> El trabajo inicial de Florenciano se puede ver en: [https://www.instagram.com/tv/B\\_akgJAAhM6/](https://www.instagram.com/tv/B_akgJAAhM6/)

Además, el work in progress, solo utiliza los colores que se han mencionado, que aparecen saturados. En cambio, este proyecto incluye una gama cromática más amplia, que se detalla en la sección “Descripción” de esta tesis. Además, el trabajo inicial de Florenciano fue filmado desde un solo ángulo a través del “live” de la red social mencionada, por lo cual sus escenas no fueron editadas. En cambio, “Altibajos” incluye varios ángulos de grabación, y sus elementos compositivos han sido meticulosamente editados (ubicación del cuerpo, superposición, velocidades, contrastes, etc.) dando como resultado una estética bastante distinta.





**Figuras 6a y 6b:**  
*Metamorfosis*, 2020, Julia Florenciano, work in progress, 6a: 5min 20s, 6b: 9min 52s, Cataluña



**Straga, Jasmine:**

Es una experta australiana de circo que vive en Sídney. Conforme a la Fédération Mondiale du Cirque (2018), ocupa puestos como ser miembro de la junta directiva esa organización y ser directora fundadora del Festival Australiano de Circo. La fuente referida también afirma que está en el comité asesor del centro circense Addis Ababa y trabaja en varios programas de circo social con comunidades indígenas. Asimismo, que le apasiona la cultura y la historia de esa disciplina artística, y representa a la Industria del Circo Australiano para consultas parlamentarias.

Según una comunicación personal efectuada en marzo de 2021 con J. Straga, ella también ha sido juez de una performance en el Festival de Circo Internacional de Wuhan, donde un acróbata pintó una superficie con una lira. También expresó que la forma en que se ha utilizado el aparato circense para pintar en "Altibajos" es nueva, así como la historia que cuenta.

Asimismo, en la comunicación personal mencionó que la presentación que evaluó se diferencia de "Altibajos" en que en ella el acróbata realizó una pintura con una lira gigante y la sostuvo en alto cuando la terminó para que el público la viera. Por lo tanto, solo creó marcas en una dimensión. Adicionalmente, indicó que se ejecutó en vivo y previo a la pandemia, poco antes de su aparición.

Por añadidura, el espacio donde se llevó a cabo es como los circos tradicionales, que tienen una planta circular y son bastante altos. Además, culmina en una performance y no en un video transdisciplinar que tiene varias escenas.

J. Straga también indicó (en la comunicación personal señalada) que no tenía registros del trabajo presentado en el festival, y al buscar en internet, la autora de esta tesis no encontró ninguno al elaborarla, por lo que este documento no incluye imágenes de él.

### II.3. Referentes primarios en el arte sonoro

“Altibajos” dialoga con los siguientes referentes del arte sonoro:

#### **Chopin, Frédéric:**

Fue un compositor y pianista polaco (1810-1849), cuyos “Nocturnos” le transmiten nostalgia a la artista de esta obra, inspirándole movimientos que representan ese sentimiento en algunas de sus performances procedimentales realizadas en la primera mitad de la investigación.

#### **Paganini, Niccolò:**

Fue un compositor y músico italiano (1782-1840). La artista de este trabajo asocia los altibajos emocionales al ritmo dinámico de sus “Caprichos”, que le han inspirado movimientos teatrales en torno al eros y tánatos en una de sus performances procedimentales donde experimentó con luces en la primera parte del año.

#### **Tribal Blood:**

Creó una canción llamada “Supernatural” que está compuesta por momentos calmados intercalados con otros fuertes.<sup>15</sup> La artista de este proyecto vincula su melodía con los altibajos emocionales y se ha apoyado en su ritmo para elaborar la performance procedimental con pinturas.

---

<sup>15</sup> Existen varias versiones de “Supernatural”, se puede acceder a ellas a través de este enlace: [TribalBlood "Supernatural" - Position Music](#). Durante el proceso creativo, la artista utilizó principalmente la instrumental.

Las obras de Chopin, Paganini y Tribal Blood se diferencian del presente proyecto en el contexto, la temática abordada, los medios fusionados y el resultado. Adicionalmente, la mayor parte de ellas contienen sonidos con instrumentos reconocibles, mientras que esta video performance incorpora silencios largos y usa sonidos abstractos solo en tres momentos claves.

#### **II.4. Marco teórico en las artes**

A continuación, aparece el marco teórico de esta obra en el campo de las artes:

##### **Appia, Adolphe:**

Fue un escenógrafo y teórico suizo (1862-1928), así como pionero de las modernas técnicas de escenificación e iluminación. Según Tazé (2020), propuso que la escenografía muestre la idea principal de la obra y refleje el sentir del actor, también que el espacio tenga estímulos físicos 3D para más posibilidades de movimiento.

Esas ideas conectan con este proyecto, pues se ha realizado en la casa de la artista, mostrando parte de su arquitectura y significando el encierro. Del mismo modo, en la performance principal, se ha trabajado la iluminación de tal manera que genere la idea de emergencia o de contexto crítico. Adicionalmente, la artista vincula el color azul de la escenografía usada en esa pieza procedimental con el chakra de la garganta, que simboliza la auto expresión.

En las demás performances procedimentales de esta investigación, la artista también ha jugado con la escenografía y ha buscado que refleje su sentir. Por ejemplo, en una de ellas, ha empleado una iluminación cenital roja, que caía sobre muebles, la lira y una escalera, generando una atmosfera tanática, mientras ejecutaba movimientos que denotaban que estaba harta del confinamiento.

Asimismo, aparte de los elementos mencionados, también ha interactuado con otros estímulos físicos 3D, tales como baldes con pinturas, una mascarilla, focos de plástico y una varilla con óleos pasteles.

Aparte de los contextos en los que se encuentran Appia y la artista de esta obra, algunas de las cosas principales en las que difieren es en el resultado y la presentación, pues el primero se centró en la escenografía de obras teatrales para un público en vivo.

**Rosenberg, Harold:**

Fue un historiador de arte y crítico estadounidense (1906-1978), quien creó el término “Action Painting”, que dialoga con la performance procedimental de este proyecto donde se usaron pinturas. Según él, referido por Wolf (2021), las pinturas resultantes de las obras de dicha corriente son un registro del momento o acción creativa, con lo cual se relaciona con la performance señalada.

A pesar de ello, se distancian en el tipo de diálogo que existe entre la artista y la superficie, el soporte, el uso del espacio y del elemento circense, el tema principal y el resultado. Conforme a Rosenberg, la espontaneidad era clave en los trabajos de Action Painting, sin embargo, ellos siempre involucraban el siguiente tipo de diálogo entre el artista y el lienzo: el artista le hacía una marca a la superficie, luego esta lo afectaba y determinaba el lugar de la siguiente parte que pintaría.<sup>16</sup> Ese tipo de relación no ocurrió en la performance mencionada, pues en ella la artista no se detuvo a reflexionar dónde irían las marcas de las pinturas. En lugar de ello, estas surgieron al encarnar lo que sintió y experimentó durante la cuarentena.

Asimismo, de acuerdo con su concepción original, las obras del Action Painting fueron realizadas sobre un lienzo,<sup>17</sup> mientras que en este proyecto se utilizó todo el espacio cubierto en plástico y se empleó la lira. Igualmente, según Rosenberg, al pintar, los artistas de dicho movimiento “se creaban a sí mismos” y no necesariamente expresaban su subjetividad. En cambio, la artista de este trabajo sí se enfocó en representar lo que sintió. Adicionalmente, los resultados de ambos tipos de obras son distintos, pues esta no culmina en las acciones con pinturas, sino que sus escenas son fusionadas con otros medios para formar un video de naturaleza híbrida.

---

<sup>16</sup> Según Rosenberg, citado por Farey y Hellstein (2021).

<sup>17</sup> Conforme a Rosenberg, referido por Wolf (2021).

**Zayas, Ziré:**

Es una cantautora y docente puertorriqueña, quien vive en su país natal. Zayas (2020) afirma que todos somos instrumentos, puesto que podemos hacer sonidos con nuestra voz, latidos del corazón y otras partes del cuerpo. Con ello, nos anima a ser libres para crear sonidos, que es una idea que ha apoyado a la artista de esta investigación, permitiéndole explorar con ese medio sin juzgarse demasiado, posibilitando así avances procedimentales.

**II.5. Marco teórico en la psicología**

Para concluir con este capítulo, los siguientes autores dialogan con la teoría freudiana del eros y tánatos:

**Jung, Carl:**

Este psiquiatra y psicólogo suizo (1875-1961) fue un pionero de la psicología profunda. Según Mosquera (2012), Jung se distanció de la teoría freudiana del eros y tánatos, pues consideró que solo existe una energía pulsional general (también llamada fuerza vital neutra), que se adapta a cualquier circunstancia del ser humano, ya sea artística, religiosa, emocional o sexual, y conecta con el concepto de inconsciente colectivo.

**Klein, Melanie:**

Fue una psicoanalista británica (1882-1960) y pionera del análisis infantil. Según Hinshelwood (1992), recogió el concepto de Freud del instinto de muerte, pero a diferencia de él, afirmó que este no era silencioso a nivel clínico, pues consideró que encontró manifestaciones clínicas del mismo, así como de su conflicto con el de vida.

### **Capítulo III. Proceso de Creación**

Esta sección describe el presente proyecto artístico, sus objetivos y estética. Asimismo, trata sobre su justificación y metodología. También desarrolla su presentación y difusión.

#### **III.1. Descripción y objetivos**

“Altibajos” es una video performance que encarna sentimientos y experiencias que la artista de esta investigación tuvo durante la cuarentena del año 2020 en Lima, Perú. En dicha ciudad, el confinamiento ocurrió del 16 de marzo hasta el 30 de junio del año referido.

El proyecto es transdisciplinar. Mezcla los siguientes medios en un solo video: pintura, dibujo, fotografías que en algunos casos contienen escritos, sonido, danza, teatro y performance en la lira circense. Los medios fueron adaptados al lugar donde la artista vivió el encierro, el cual fue su casa, transformándola de una forma inédita.

En cuanto a los objetivos de la obra, estos son dos: i) Encarnar sentimientos y experiencias vivenciados por la artista durante la cuarentena, expresando altibajos; y ii) Fusionar diferentes artes de una manera experimental o no convencional.

Para lograr la primera finalidad, la video performance intercala los sentimientos y experiencias vinculados al eros y tánatos, representándolos en el siguiente orden: incertidumbre, experimentación, nostalgia y soledad, serenidad, angustia, alegría, irrealidad, contemplación, hartazgo, lúdica, desilusión y liberación. Como ya se indicó, mientras que los que fueron asociados al tánatos surgieron por la pandemia y el confinamiento, los que fueron relacionados a la pulsión de vida se originaron principalmente al crear arte durante ese periodo.

Para elaborar el proyecto, entre marzo del 2020 y febrero del 2021, la artista ideó y realizó diversos experimentos en su hogar, en los cuales frecuentemente fusionó los medios ya mencionados, no obstante, el trabajo terminado solo contiene las indagaciones que ella consideró que lograron mejor los objetivos. Por lo tanto, la obra

concluida, que dura 9min 4s, está mayoritariamente compuesta por escenas donde pintó expresivamente el interior del lugar empleando la lira y/o su cuerpo. Adicionalmente, el video contiene tres escenas lineales de otra performance donde dibujó sobre el espacio utilizando el aro. Dos de ellas la muestran llevando a cabo esa acción, mientras que en la restante figura danzando. También incorpora una grabación de una performance en la cual exploró con fuentes de luz directa colocadas sobre el aparato circense. Igualmente, contiene sonidos editados que fueron generados durante dos performances procedimentales. Además, incluye doce fotografías: siete sobre el cielo (la luna, las nubes y el sol), tres de registros de las pinturas sobre el espacio, y un par que muestran escritos hechos a mano.

Casi todas las fotos, excepto las de las pinturas, fueron tomadas durante la cuarentena en Lima. Las escenas de las performances con la lira, las luces y dibujo también fueron registradas en ese periodo. En cambio, las tomas de la performance con pinturas fueron creadas en la segunda mitad del 2020. Asimismo, los sonidos fueron grabados en ambas etapas de ese año. Además, la fase de edición final del proyecto se extendió hasta el 1 de febrero del 2021. Es decir, la video performance contiene registros artísticos del encierro y tomó aproximadamente un año entero en ser concluida.

La mayoría de las escenas de “Altibajos” tienden a la abstracción. Sin embargo, no llegan a ser completamente abstractas, pues poseen elementos figurativos, como el cuerpo de la artista, quien es la única persona presente y aparece casi siempre. También existen tomas que sí son totalmente figurativas, como las del cielo.

Asimismo, en la obra, las formas orgánicas coexisten con las geométricas. Por ejemplo, las manchas orgánicas de pinturas aparecen casi siempre en las distintas dimensiones del espacio interior, el cual, en contraste, es geométrico. Además, existe una forma regular que figura con bastante frecuencia, que es el círculo. Esta es la única forma de apariencia simple, ya que las demás son compuestas.

En cuanto al contorno de los fotogramas, estos generalmente son rectangulares, horizontales o verticales, excepto los de la escena inicial, que tiene una forma orgánica



que se expande para abrir el video. Varias tomas componen todo el espacio, mientras que las que no lo hacen tienen bordes difuminados.

Con referencia a la iluminación, la mayoría de las tomas muestran el espacio interior con oscuridad nocturna alumbrada con dos tipos de fuentes artificiales: una luz cenital blanca proveniente del techo, y otras fuentes de tipo directo. Las de la segunda especie son mayoritariamente prismas trapezoidales ubicados en el piso, cuya intensidad contrasta con la del lugar, y que principalmente se perciben como neones. Con la iluminación empleada, hay zonas claras, intermedias y otras bastante oscuras. Asimismo, en las fotografías de la naturaleza exterior, la iluminación es del sol en el ocaso o de su reflejo sobre la luna en la noche.

La mayor parte de las fotos han sido superpuestas sobre escenas mediante transparencias, mientras que las demás aparecen solas o debajo de otras tomas. Varias de las fotografías han sido animadas, es decir, algunas se expanden o se hacen más pequeñas, se desplazan lateralmente, hacia arriba o abajo, también aparecen y desaparecen según las acciones del cuerpo, o tienen una combinación de estos movimientos.

Respecto a la estructura de las formas o la manera en que se relacionan entre sí, aparte de la superposición, se ha hecho uso del distanciamiento, del contacto y de la fusión. Por ejemplo, los envases de pinturas generalmente aparecen separados en el espacio, mientras que el cuerpo varias veces toca la lira y frecuentemente se funde con las pinturas.

En lo que concierne a las texturas, estas son generadas por los materiales contenidos en las escenas (como el plástico de la escenografía), las fotos y los granulados. Si bien existen diversos niveles de granulados, predomina el uso de bastante de eso.

Con relación a los colores, estos varían según los sentimientos y experiencias representados. Los complementarios en la escala RGB son los que aparecen mayoritariamente, pero no son los únicos presentes. Los complementarios que se

perciben con mayor frecuencia son el naranja y el azul. Ejemplos de otros colores de esa naturaleza son el amarillo y el azul, el verde y el magenta, el rojo y el cian, así como el púrpura y el verde cálido. La mayoría de las escenas con colores así son bastante saturadas, por lo cual incluso elementos que inicialmente no eran neones aparentan serlo, tales como varias fuentes de luz.

El trabajo también tiene partes con colores terrosos y otros que se aproximan a ellos, las cuales tienen menor grado de saturación. Igualmente, contiene un segmento totalmente desaturado. Adicionalmente, incluye fragmentos que cambian de gris a colores y viceversa. Asimismo, hay una parte que se transforma a la versión en negativo de los colores, según los movimientos del cuerpo.

Además, el negro y el blanco están presentes en casi toda la secuencia, incluso en las escenas bastante coloridas. También se han separado todos los segmentos vinculados al eros y tánatos con un espacio de pantalla negra.

Como ya se indicó, algunas escenas muestran el lugar y las formas en él solo mediante contornos lineales, los cuales evidencian la perspectiva y son de distintos grosores. Las tres filmaciones de cuando la artista hizo la performance con dibujo aparecen con líneas blancas, y están superpuestas sobre otras tomas, como el ocaso, principalmente mediante transparencias. También existe un segmento de la performance con pinturas que figura con líneas de los colores complementarios mencionados, las cuales están sobre un fondo granulado negro, donde la arquitectura se percibe más abstracta que en las demás escenas lineales.

Asimismo, las tomas están coordinadas con los movimientos corporales, por ejemplo, en algunas partes no hay movimientos de cámara, mientras que en otras existen acercamientos, alejamientos o desplazamientos laterales. Para ello, el video combina grabaciones editadas que han sido capturadas con cámaras fijas, con algunas registradas con cámara en mano.

Se han empleado diversos efectos de transición entre varias de las tomas, algunos bastante evidentes y otros más sutiles. Del mismo modo, se ha hecho uso de

distintos ángulos de grabación, incluyendo una vista aérea del interior. Igualmente, hay escenas con distintas velocidades, cuya alteración es especialmente notoria en el segmento de “irrealidad”, donde esta no corresponde a los movimientos naturales.

El proyecto conecta con lo “irreal” debido a la sensación de irrealidad provocada por la pandemia y la cuarentena, que generaron cambios fuertes a nivel global y dieron la impresión de estar en una realidad alterna, un sueño o una película de ficción. A su vez, el video general transmite esa sensación. Por ejemplo, en la escenografía que cambia drásticamente la atmósfera de la casa. También en los movimientos nuevos e inusuales, como aquellos donde la artista dibuja o pinta el espacio empleando la lira.

En cuanto a lo auditivo, existen momentos de sonidos y otros de silencios largos que varían la composición y la intensidad de la secuencia. La mayoría de los sonidos son peculiares y abstractos (en contraposición a reconocibles), se originaron en el lugar de confinamiento durante las performances procedimentales realizadas en él y fueron editados para ser aún más extraños de lo que inicialmente eran. Potencian los sentimientos y experiencias de tánatos, así como el lenguaje del proyecto vinculado a lo irreal. El video fue pensado para ser experimentado con audífonos, pues con ellos se perciben mejor, sin que se confundan con el ruido ambiental. Además, al usarlos en espacios de silencio, se acentúa el carácter experimental del trabajo y la sensación global señalada.

El lenguaje de la video performance también conecta con lo dramático debido al contexto crítico y la manera intensa de sentir que tenía la artista durante la cuarentena. Esto se materializa en la presencia de los sentimientos y experiencias antagónicas en el espacio encerrado, los cuales son alternados y en varios casos están encarnados con bastante intensidad.

La obra también cuenta con metáforas. La artista vincula el círculo, presente en la lira, el sol y la luna, con la vida y los altibajos. Adicionalmente, para ella, los movimientos en la lira simbolizan sus intentos por fluir en la vida, ya que las acciones en ambas pueden ser retadoras. Asimismo, vincula la luna a la intensidad emocional.

Igualmente, para la fase procedimental donde ejecutó la performance con pinturas, relacionó el color azul de la escenografía con el chakra de la garganta, que simboliza la auto expresión. Del mismo modo, para esa etapa, vinculó los sentimientos y experiencias de eros con las pinturas neones y los tanáticos con las opacas.

Según el análisis del video, se percibe que su estética global es una original, que contiene algunos elementos que dialogan con el cyberpunk, el gótico y el expresionismo. Conecta con el cyberpunk debido al uso de los colores neones y oscuridad, así como la presencia de un espacio encerrado. También por el uso de la tecnología y su fusión con el cuerpo humano. Se relaciona con el gótico debido a la sensación de irrealidad generada, a la existencia de un espacio encerrado, y a la atmósfera insana creada mediante la arquitectura y la iluminación. Igualmente, se relaciona con ello pues reconoce e integra las luces y las sombras del ser humano. Asimismo, se vincula al expresionismo, principalmente porque refleja la subjetividad de la artista, la cual incluye sentimientos tanáticos, como la angustia ante la crisis. Aparte de esto, debido a su contenido y a la forma en que se ha editado, el género del proyecto es uno híbrido llamado “ficción documental experimental”.

### III.2. Justificación

Una de las principales motivaciones artísticas para crear este proyecto fue que la artista quería desarrollar una obra experimental, innovadora u original mezclando artes que no había visto fusionadas antes, como el circo, el dibujo y la pintura, que consideraba parte de sus pasiones.

Adicionalmente, desde su temprana adultez ha realizado obras donde ha expresado libremente su mundo emocional. Estos habían sido principalmente dibujos en los cuales hizo catarsis y sublimó sus sentimientos. Por consiguiente, ella ya era consciente del potencial benéfico que crear arte tiene para mejorar el bienestar personal. Por añadidura, durante sus estudios universitarios, había vinculado la energía reflejada en esos trabajos a la teoría de eros y tánatos. Por lo tanto, estos eran temas que ya estaban presentes en su arte y la motivaban a crear.

Asimismo, como ya se indicó, su salud mental se había visto afectada por el contexto de la pandemia y a medida que comenzó a experimentar más con diversas disciplinas artísticas, notó que tenían diferentes efectos beneficiosos sobre ella. Por consiguiente, buscó restaurar su equilibrio principalmente a través de la creación de arte con diferentes medios.

También tenía y sigue teniendo un gran interés en aprender más sobre el arte como terapia y practicarlo más adelante para apoyar a otras personas, por lo que esta experiencia le daría una idea de los beneficios potenciales de crear con las artes en general.

Además, conforme a Llanos (2020), las clases de artes están disminuyendo a nivel mundial en las escuelas, y según UNESCO (2021), la pandemia ha afectado significativamente a las industrias culturales y creativas, por lo que el hecho de que las artes sean herramientas de resiliencia es importante para seguir impulsando su creación.

Finalmente, por su carácter innovador, la obra cuenta con otros aportes artísticos y sociales que se explicarán en la siguiente sección de este capítulo.

### III.3. Metodología

Como ya se indicó, a lo largo de casi exactamente un año, la artista ideó y llevó a cabo diversas exploraciones en su lugar de confinamiento, en las cuales frecuentemente fusionó distintos medios. Sin embargo, esta sección desarrollará de manera más minuciosa solo los experimentos que integran la mayor parte del proyecto concluido. Es decir, se explicará con mayor detalle la performance con pinturas, así como la elaboración y edición del video final, que son las etapas que contienen las principales innovaciones de este trabajo.

Previo a la cuarentena, la artista tuvo la idea de hacer una obra experimental que exprese su subjetividad, mediante la fusión de la performance en la lira circense con el dibujo y la pintura. Además, había considerado emplear imágenes intervenidas digitalmente y el video. El resto de los medios surgieron conforme fue avanzando el proyecto.

Como ya explicó en la “Justificación”, decidió trabajar su subjetividad, ya que desde su adultez temprana ha creado proyectos en los cuales ha liberado y sublimado sus emociones vinculadas al eros y tánatos. Además, intuyó que la pandemia acentuaría lo tanático y al sentir los estados de esa naturaleza, optó por usar las artes como un recurso terapéutico.

Como ya se mencionó, buscó utilizar el dibujo, la pintura y la lira porque constituían parte de sus pasiones y no las había visto previamente combinadas. Además, antes del presente trabajo, el dibujo era el arte que había usado principalmente cuando quería gestionar lo que sentía, y lo consideraba un reflejo directo de su psique. Asimismo, en ocasiones, había creado pinturas expresivas en formato pequeño y consideraba incluir ese medio porque sabía que los colores son capaces de potenciar los sentimientos representados.

Previo a este trabajo, también había fotografiado algunas de sus obras y las había intervenido con programas de edición como PicsArt y Photoshop. Consideró usar dichos programas para experimentar con alternativas de colores, pues inicialmente

pensó que la pintura óleo sería un material limitado o de difícil acceso durante el encierro.

Adicionalmente, consideró usar el video, ya que a través de pequeños experimentos previos donde le dio movimiento a dibujos que ya tenía con una aplicación de celular simple (Pixaloo), tomó consciencia de que las imágenes en movimiento pueden potenciar los sentimientos representados. Además, al surgir la pandemia, la cuarentena y el aislamiento social, no podía hacer presentaciones en físico. Por lo tanto, pensó que lo ideal sería difundir su obra mediante internet.

Para determinar qué programa de edición de video utilizar, experimentó con varios para celular y computadora, además, siguió algunos tutoriales en YouTube. Eligió emplear Premiere Pro 2020, puesto que ofrece bastantes posibilidades compositivas, permite trabajar simultáneamente con numerosos archivos y exportar en alta calidad. Para usarlo eficientemente, consiguió una nueva laptop, donde inicialmente lo practicó un poco guiándose nuevamente con tutoriales. Luego puso en pausa sus exploraciones en ese programa para centrarse en crear el material que iría en el video final. Es decir, retomaría su uso y experimentaría más con él en la última fase del proyecto.

Con respecto a la lira, la artista había practicado la disciplina circense conocida como “danza aérea” durante tres años, donde había llegado al nivel intermedio en el uso acrobático de ese elemento. Al darse la cuarentena, buscó la manera de colocarla en su casa para cuidarse física y emocionalmente a través del ejercicio, así como continuar creciendo en el uso del aparato. Encontró que podía colgarlo en el vestíbulo, pues contaba con una baranda fuerte que resistía su peso. Además, ese lugar era lo suficientemente grande como para poder realizar acciones empleando la parte media y baja del elemento. Asimismo, no tenía otro lugar donde colocarlo en ese momento.

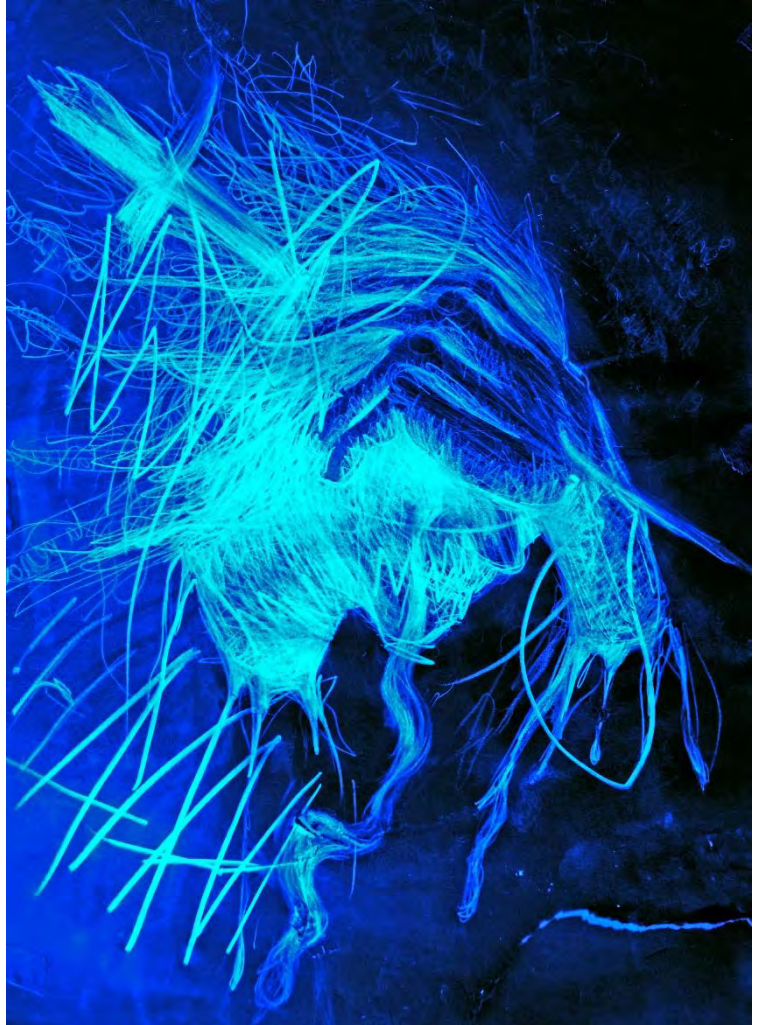
Paralelamente, buscando equilibrarse durante ese periodo, realizó dibujos fotografías y escritos. Los dibujos eran catárticos y de naturaleza tanática. Los ejecutó en su bitácora e incluyó escritos automáticos en ellos. Luego los fotografió e intervino digitalmente con PicsArt y Photoshop. Para apoyarse a hacerlos, previo a dibujar,

tomaba conciencia de su corporalidad mientras vivía las emociones, también hubo una ocasión donde se grabó en Zoom.

La artista también fotografió el ocaso y la luna, pues estar en contacto con la naturaleza y la belleza del cielo le generaban pensamientos de vida y serenidad. Conectó su sentir con las fotografías del cielo, y como ya se indicó en la sección III.1 de esta tesis, también le atribuyó metáforas al círculo, presente en esos astros y la lira.

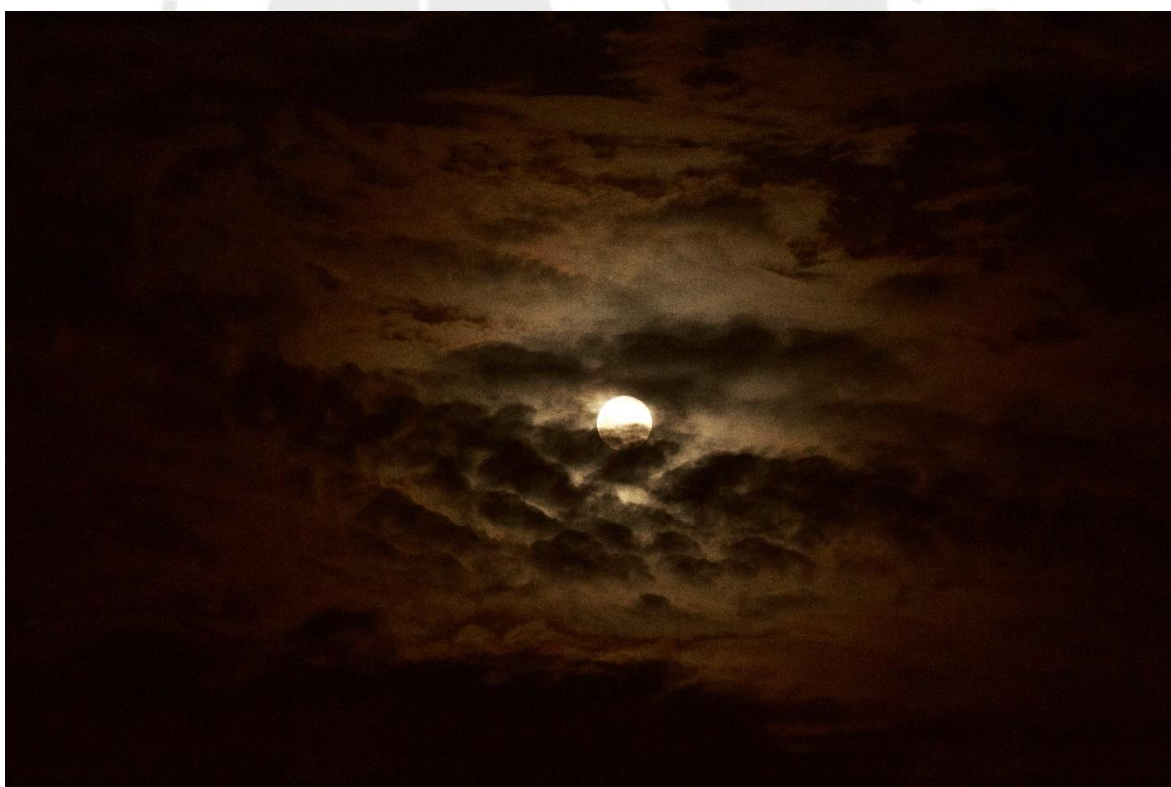
Además, escribió en su bitácora para liberar lo sentido y registrar algunos pensamientos en torno al contexto pandémico. Fotografió los escritos y en ocasiones los intervino con luces de colores, generadas con micas y linternas.





**Figuras 7a y 7b:**

*Sentimientos tanáticos en el encierro*, 2020, Paola Rossi, dibujos a lápiz sobre papel bond, fotografiados y editados con PicsArt y Photoshop, respectivamente, 7a: 720 x1198px, 7b: 3018 x 4154px, Lima



**Figuras 8a y 8b:**  
*Sentimientos y experiencias vinculados al eros y tánatos vivenciados en la cuarentena*, 2020, Paola Rossi,  
fotografías del cielo tomadas desde el lugar de confinamiento, 8a: 3456 x 5184px, 8b: 5184 x 3456px, Lima

Aparte de esos medios, pensó en qué cosas benefician a las presentaciones circenses y decidió explorarlas: entrenamientos, danza, luces y sombras, escenografía, utilería, vestuario y sonido. Hizo lluvias de ideas donde colocó posibilidades de experimentación para todos los medios, incluyendo los que ya había usado, partiendo desde lo que conocía y disponía en casa y yendo hacia lo que podía aprender, explorar o conseguir. Posteriormente, creó un documento Word llamado “Proceso: posibilidades usadas, descartadas y por emplear”, donde pasó las ideas a listas. Lo actualizó a medida que avanzaba y la versión final aparece en las Figuras 9 y 10. Después, elaboró un cronograma para abordarlos.

IN LIBRIS

## Proceso: posibilidades usadas, descartadas y por emplear

*\*Lo que esta tachado fue realizado*

### Videos:

- probar apps de celular (Pixalooop, KineMaster, IG, FilmMaker, Inshot)
- explorar con programas de computadora (Hitfilm Express, MovieMaker, Premiere, After Effects)
- probar con distintos ángulos de grabación
- usar Zoom

### Dibujos:

- dibujos catárticos con o sin escritos
- dibujos abstractos hechos a mano (descartados por innecesario)
- performance con acción de dibujar con la lira
- dibujos del cuerpo animado  
(al final algunas escenas de performances se volvieron lineales con el software)

### Escritos:

- escritos automáticos con o sin dibujos
- poemas
- frases de pensamientos
- puedo integrar los escritos al video a través de audio e imágenes

### Fotos:

- fotos del cielo
- registro del espacio en las performances principales
- fotos abstractas (se tomaron en la performance con pinturas)

### Movimientos:

- exploración intuitiva de movimientos en el espacio considerando el uso de la lira
- exploración consciente de los aspectos compositivos de la expresión corporal
- probar cómo se podrían usar las pinturas una vez que el aro ha sido bajado de altura

### Escenografía: iluminación

- luz del celular
- semi esfera de disco colorida
- linterna taser proyectada sobre una esfera de disco con espejos
- focos de plástico que se usaban para decorar el toldo
- explorar con sombras
- velas para una performance donde uso una máscara que he creado (descartado porque la máscara parece ser un personaje aparte)
- proyector (descartado por innecesario)
- linterna taser con micas de color (descartado por innecesario)
- reflectores (usados para la performance con pinturas)

### Escenografía: otros

- incorporar elementos como muebles, escaleras y sillas para hacer una performance con ellos
- cubrir el espacio con kraft para una performance donde dibujo con óleos pasteles
- cubrir el espacio con plástico para una performance con pinturas
- diseñar una escenografía más abstracta (hice esto al cubrir el lugar en las performances donde dibujé y pinté)

Figura 9:  
(Versión final) Proceso: posibilidades usadas, descartadas y por emplear, 2021, Paola Rossi, documento word, 686 x 854 px, Lima

#### Vestuario:

- ropa de uso cotidiano
- piyama (descartado por irrelevante)
- ropa de gimnasia simple
- ropa color piel (descartado por innecesario)
- máscara creada (descartada, sobre todo por ser excesivamente tanática)
- "traje del fin del mundo" (descartado por ser muy exagerado y evocar un laboratorio)
- maquillaje artístico (descartado por innecesario, pues al final terminaría cubierta en pinturas)
- ropa negra y blanca
- mascarilla y cubre cara de plástico (para la performance con pinturas). Al final solo usé la mascarilla pues lo otro parecía para bucear
- crear un vestuario que complementa la mascarilla, para la performance con pinturas.

#### Pinturas:

- performance con pinturas
- hacer abstractos libres que jueguen con distintas sensaciones, por ejemplo, usando acuarelas u óleos. (descartado por innecesario y porque al final se tomaron fotos del espacio pintado)

#### Sonido:

- puedo buscar más referentes de este medio
- insertar sonido a la video performance durante y después de terminar la parte visual. Para ello, puedo:
- crear sonidos raros, por ejemplo, con voz o soplo (he hecho esto en una prueba de MovieMaker)
- decir frases de pensamientos que he registrado
- probar con melodías/canciones/sonidos ya existentes
- jugar con volúmenes y silencios
- crear sonidos con objetos de la casa, muebles
- probar con grabaciones de pájaros del jardín o carros de la calle etc. (la descarto por innecesario)
- probar la página Jamendo de libre descarga de audios

#### Guión:

- "tánatos" y "eros" intercalados
- guión realizado según las emociones y sensaciones que produce componer el material audio visual
- selección de material artístico que será utilizado en el video final
- puedo ver más referentes de videos

#### Redes:

- Puedo usar Ig y Fb para difundir los avances y el video terminado, y llegar a un público conocido y desconocido.
- Avances: consume tiempo publicarlos y escribirles reseña, así que mejor solo difundirlos cuando tenga alguno relevante para compartir. He comenzado difundiéndolos principalmente en Ig, así que ya no creo que sería necesario compartir muchos en Fb, sobre todo para destinar ese tiempo a crear el video final.
- Al concluir también podría publicar el video en páginas de arte de Fb para que tenga un mayor alcance. También podría publicarlo en algún festival cuando haya terminado la tesis.
- Presentar el video en las páginas web de Expos de la universidad
- Clases virtuales de manejo de IG para lograr un mayor alcance (lo descarto en este momento para tener más tiempo para crear el proyecto, y porque es algo secundario ahora)
- Reflexionar acerca de las reacciones que reciben las publicaciones de los avances y el video final

Figura 10:  
(Continuación de la versión final) Proceso: posibilidades usadas, descartadas y por emplear, 2021, Paola Rossi, documento word, 691 x 855 px, Lima

Debido a que usar la lira de la manera en que se hace en el circo es físicamente demandante, hizo un horario y rutinas de entrenamientos para trabajar resistencia, fuerza y flexibilidad fuera del aparato, así como movimientos directamente en él. Cada una de las sesiones duró aproximadamente tres horas diarias e incorporó dos de los aspectos mencionados. Para realizarlas, tomó sus conocimientos adquiridos durante sus años de practicar diversos deportes y actividades corporales, tales como circo, gimnasia, yoga y la etapa donde competía en carreras metropolitanas y nacionales de atletismo. Incluyó un día de descanso a la semana para que su cuerpo recargue energía. Además, buscó cuidar su energía con alimentación adecuada, que incluía alimentos como quinua, frutas y verduras. También intentó evitar lesiones con estiramientos y cremas desinflamantes o hielo para aliviar la tensión muscular cuando la sentía.

Comenzó su investigación de movimientos con la lira, adaptando las posturas acrobáticas que ya conocía a la altura de su lugar de trabajo. Inicialmente había colgado el aparato como en sus clases de danza aérea, es decir, en un nivel no muy cercano al piso. Como el sitio donde lo había puesto tenía un piso de altura, solo podía usar la parte baja y media del elemento y no podía hacer posturas encima de él. Por lo tanto, adaptó los movimientos de circo que ya conocía a la altura del vestíbulo. También, revisó qué acciones podía aprender y adaptar, tomando como guía algunas posturas de sus referentes circenses de Instagram.

Después, exploró nuevas maneras de interactuar con el elemento y la arquitectura de su casa, es decir, con acciones que no le habían enseñado en sus clases de danza aérea y que tampoco había visto en presentaciones circenses. Para ello, probó adaptar movimientos de gimnasia de piso a la lira, así como usar posturas de yoga mientras interactuaba con ella. Asimismo, jugó con las paredes, el techo, el piso y las escaleras del vestíbulo mientras usaba el aparato. Por ejemplo, impulsándose de una pared a otra mientras se sujetaba al elemento. También, colgándose de cabeza de la lira, mientras sus pies tocaban el techo y simulaba que caminaba de esa manera, expresando irrealidad. Con el fin de hacer nuevas acciones con el aparato y la

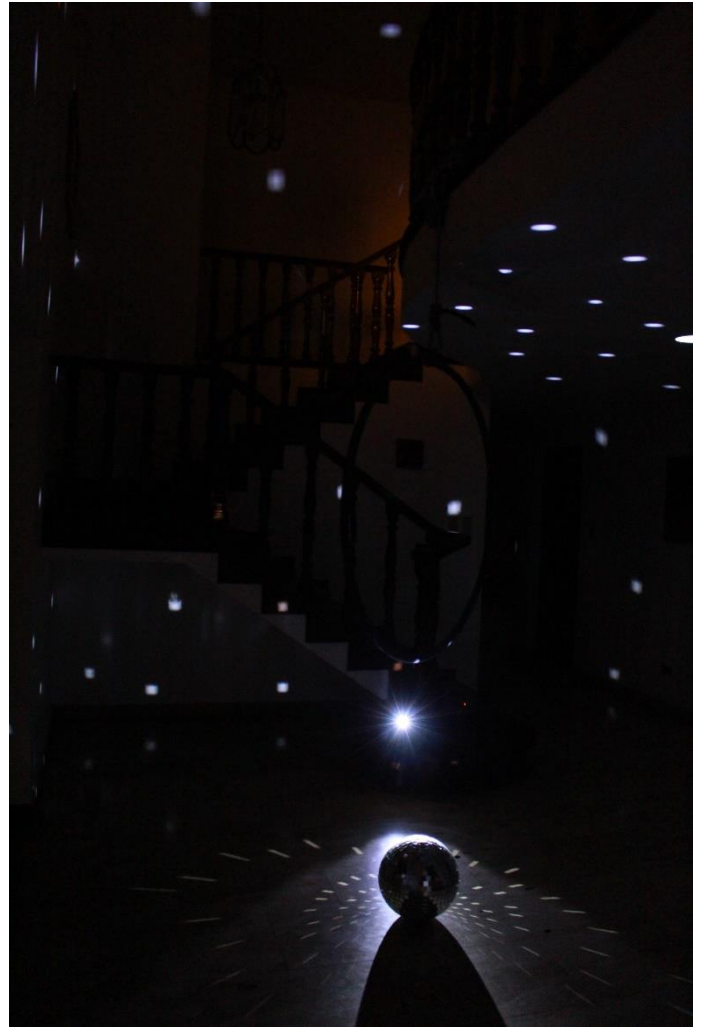
arquitectura de su casa, también probó combinándolo con otros elementos, tales como: luces, dibujo con óleo pastel, muebles y pinturas, cuyas exploraciones se abordarán más adelante.

Adicionalmente, en la primera parte del año, exploró intuitivamente con la danza, el teatro y acciones naturales. Consideró la danza para tener mayor fluidez mientras utilizaba la lira. Ella previamente desconocía los aspectos compositivos de dicho arte, pues la “danza aérea” que había practicado era una disciplina circense que consistía principalmente en posturas acrobáticas usando el trapecio, la tela o la lira. Inició abordándola de manera lúdica, conectando con melodías relacionados a su sentir, así como imitando y modificando algunos movimientos de sus referentes. Más adelante, creó sus propios movimientos con la lira y el dibujo, y exploró de manera intensiva y guiada con los elementos compositivos de la expresión corporal para fusionarlos con la pintura.

En cuanto a la escenografía, buscó que el vestíbulo refleje su sentir mediante una visualidad teatral y de naturaleza fantasiosa o ficticia, para conectar con lo dramático e irreal del contexto, y diferenciarse de acróbatas con videos ejercitándose en cuarentena. Combinaba los experimentos en el espacio con sus performances exploratorias con la lira, donde se dejaba guiar por sus sentimientos y experiencias mientras las vivía durante el encierro. Inicialmente intervino el lugar con fuentes de luz que ya tenía en su casa, así como encendiendo y apagando los focos del vestíbulo y de los espacios contiguos. En una sesión usó solo la linterna de su celular, generando sombras y una atmósfera tanática. En otra utilizó luces de disco móviles y coloridas asociadas más a la representación del eros. En otro momento, empleó focos de plástico que servían para decorar un toldo, cubriendo el aro con eso. Un ejemplo donde interactúa de manera teatral con eso aparece en la Figura 11a. Después, usó una linterna taser parpadeante que proyectó sobre una esfera de espejos, generando una atmósfera irreal. Jugó con esa iluminación, haciendo sombras con su cuerpo, la lira y sus manos, potenciando la sensación de irrealidad. En otra performance procedimental,

cubrió el foco del vestíbulo con una mica roja, generando una atmósfera tanática vinculada al hecho de estar harta del encierro, mientras interactuaba con muebles como un sofá, una silla y una escalera tipo tijera.





**Figuras 11a y 11b:**

*Exploraciones con fuentes de luz encontradas en el lugar de confinamiento*, 2020, Paola Rossi, fotograma de una performance exploratoria, y fotografía del espacio de otra performance procedimental antes de realizarla, 11a: 676 x 1180px, 11b: 3456 x 5184px, Lima

Adicionalmente, elaboró una performance donde halló maneras de dibujar sobre las distintas dimensiones espaciales empleando la lira. Para llevarla a cabo, cubrió una porción del vestíbulo con papel kraft. Asimismo, usó óleos pasteles de colores: puso varios sueltos en el piso y colocó dos de ellos en los extremos de una varilla que había creado uniendo pinceles con cinta colorida. En ella, ejecutó movimientos espontáneos surgidos por los sentimientos y experiencias de eros (o de vida) que experimentó durante ese momento del confinamiento, mientras conectaba con una melodía relacionada con esos estados. En ocasiones, realizó trazos solo moviéndose conforme a lo que sentía. En otros momentos, utilizó la varilla o los óleos pasteles sueltos para dibujar sobre el piso, las paredes y el techo, mientras hacía posturas acrobáticas en la lira y se movía con sus vaivenes y giros.

La acción de dibujar con la lira así es innovadora. Al consultarle a H. Van der Laan de los Países Bajos, quien es un historiador de circo, y a J. Straga, quien es miembro de la junta directiva de la Fédération Mondiale du Cirque, ambos indicaron que no conocían un proyecto donde se haya dibujado empleando ese aparato.<sup>18</sup>

---

<sup>18</sup> Fueron consultados mediante una comunicación personal, en marzo del 2021.



**Figuras 12a y 12b:**

*Sentimientos y experiencias relacionados al eros, vivenciados por la artista durante la cuarentena, 2020, Paola Rossi, fotogramas de la performance con la lira y óleos pasteles sobre papel kraft, realizada en la casa de la artista, 12a: 678 x 1185px, 12b: 400 x 703px, Lima*



**Figura 13:**

*Fotograma del proyecto concluido, perteneciente al segmento de "exploración", donde se observa que la acción ejecutada en la Figura 12a ha sido incorporada de manera lineal, 2021, Paola Rossi, video performance híbrida, 2min 28s, Lima*

La mayoría de las performances que la artista realizó durante la cuarentena, duraron aproximadamente tres horas destinadas a la elaboración de la escenografía, a la ejecución y a la grabación de las acciones. Todas las performances fueron realizadas durante la noche para potenciar el uso de las luces y sombras. Como ya se señaló, los movimientos efectuados correspondían a su estado emocional e inicialmente surgieron espontáneamente. Al comienzo, trabajó desde el silencio. Después, hubo momentos donde conectó con melodías que reflejaban su sentir. Tras hacer varios movimientos, pausaba para ver lo que había grabado, reflexionar sobre lo que expresaba, y probar mover los elementos en el espacio o hacer nuevas acciones. Tras grabar, seleccionaba las escenas que consideraba más significativas a nivel de exploración, descartando varias en el proceso.

La artista subía el material generado que había seleccionado a carpetas drive para que sus profesoras del curso donde realizaba la obra puedan darle retroalimentación durante sus asesorías semanales mediante Zoom y foros. Las carpetas estaban ordenadas y nombradas según los medios predominantes de lo que había creado: performances, videos experimentales, fotos, dibujos y escritos. La artista relacionó y tituló los archivos que estaban al interior de las carpetas según los sentimientos y experiencias de eros y tánatos que consideraba incorporar en el video final, tomando en cuenta aspectos visuales, tales como las luces y los colores.

Al concluir el primer ciclo, ella ya había creado lo señalado, pero aún no había fusionado las pinturas con la lira. Al cubrir algunas partes del vestíbulo con papel kraft, se percató que el tiempo usado en forrarlo era mayor del que se había imaginado. Asimismo, intuía que no podría hacer la performance con pinturas fácilmente más de una vez por cuestiones de tiempo, costo, energía y por tener que negociar con su familia para que el aparato permanezca en el sitio. Además, en ese momento no todos los sentimientos y experiencias estaban presentes en las grabaciones, y sentía que sus acciones aún podían mejorar para encarnar todos los estados efectivamente. Por lo

tanto, decidió que lo ideal sería prepararse más a nivel corporal antes de fusionar las pinturas con la performance con la lira.

Por consiguiente, se preparó bastante física y mentalmente, incluyendo meditaciones para poder hacer esa performance de la mejor manera posible y grabarla en una sola fecha. Se contactó con Alexander Curaca, quien es un bailarín y profesor que le enseñó los elementos compositivos de la danza, así como algunos del teatro, mediante entrenamientos intensivos que duraron varias semanas. En ellos, la artista practicó con cada uno de esos aspectos compositivos, primero usándolos de forma individual y luego en conjunto. Los exploró para tener una idea de cómo moverse, pero su intención era hacer la performance sin una coreografía exacta. En vez de eso, buscaba que los movimientos efectuados en la performance guarden relación con lo sentido en la cuarentena, su conexión con la música, la escenografía y los demás elementos que usaría, tales como las pinturas, que sabía que le ofrecerían una nueva experiencia sensorial, con distintas posibilidades de accionar.

Comenzó entrenando los aspectos generales en su jardín para poder explorarlos con mayor libertad o sin chocarse con las paredes, ya que era más amplio que el vestíbulo, luego adaptó sus aprendizajes al interior del lugar. Antes de cada entrenamiento meditaba para despejar su mente, después hacía estiramientos de calentamiento, luego practicaba con los elementos compositivos, usando música en los entrenamientos más avanzados y terminaba haciendo estiramientos de enfriamiento. Las sesiones duraban aproximadamente tres horas seguidas por día. Mientras entrenaba, se grababa con su celular para ver qué movimientos le funcionaban y cómo podría mejorar. Además, registraba sus aprendizajes y los elementos de composición en un documento Word titulado “Expresión Corporal”, para repasarlos y enfocarse en ellos al comienzo de las sesiones más avanzadas. En el documento, vinculaba varios de los aspectos compositivos con la representación del eros y tánatos.

A continuación, se encuentran los elementos de composición que exploró, y escribió en el documento mencionado. El primero de estos fue la postura, que de

acuerdo con A. Curaca significa generar un estado cómodo para el cuerpo, con el fin de realizar mejor los movimientos. Al explorar la postura de los pies, se percató que caminar o saltar con las puntas de los pies y el pecho hacia arriba se asocia a la alegría, liberación y juego. Asimismo, caminar con los talones primero se asocia más a lo tanático. Además, usar los lados de los pies para desplazarse genera extrañeza e irrealidad. De la misma manera, aprendió que es más cómodo saltar y caer con las puntas de pie primero, y que esto le permitiría evitar lesiones.

Otro aspecto que la artista trabajó fue la alineación que, según A. Curaca, se refiere a hacer los movimientos con claridad y eficiencia. Otro elemento que le pareció relevante practicar fue la respiración, pues le permitía mantener la consciencia en el presente, y esto le apoyaba a saber exactamente cuáles son las acciones que estaba realizando en el espacio y cómo las estaba haciendo, con lo cual evitaba movimientos innecesarios y lesiones. Además, al usar una inhalación por movimiento y una exhalación por otro, intensificaba las acciones y expresaba mejor los sentimientos y experiencias.

La artista también trabajó las direcciones que, según el bailarín mencionado, significa enfocar la energía hacia un punto con una parte del cuerpo, mientras se hacen movimientos. Se pueden hacer en un sitio fijo, o desplazando el cuerpo en el espacio. Un ejemplo es cuando se quiere avanzar enfocando la energía en la mano, y esta parte del cuerpo guía al resto, como si lo jalase hacia adelante. La artista practicó enfocar la energía en distintas partes del cuerpo, tales como los hombros, codos, pies y la cabeza o pelo, para desplazarse de diversas maneras y más adelante poder pintar el piso y las paredes no solo con las manos.

Otro elemento de danza con el cual trabajó es el tipo de movimiento, que puede ser cortante, ondulante o circular.<sup>19</sup> El cortante se refiere a hacer acciones de un punto a otro de manera lineal. El ondulante significa realizar movimientos de un punto a otro

---

<sup>19</sup> Conforme a A Curaca, en una comunicación personal efectuada el 2020.

usando curvas, idas y vueltas. El circular se refiere a hacer acciones generando círculos limpios. La artista probó cada tipo de movimiento con distintas partes del cuerpo, primero en un sitio fijo y luego desplazándose en el espacio. En la primera parte del año había explorado de manera lúdica principalmente con las manos y brazos, moviéndolos de forma circular y ondulante, inspirada en acciones de “Tribal fusion belly dance” realizadas por D.Nairn, quien también ha sido una de sus referentes.<sup>20</sup> También había jugado con diversas maneras de usar las piernas. Por consiguiente, en esta etapa, practicó con todos los tipos de movimientos señalados, priorizando las partes del cuerpo que aún no había explorado tanto, tales como el torso, el cuello, la cabeza y el pelo, así como las caderas.

Al grabarse, se dio cuenta que los movimientos de torso le daban más naturalidad a lo expresado. Además, al contraer la espalda o encorvarse mientras exhalaba, los sentimientos tanáticos, como desilusión y hartazgo se potenciaban. Asimismo, aprendió que el pelo tiene un potencial expresivo y se dio cuenta que lo podía usar para pintar también. Aprendió que, para moverlo más, era útil imaginarse que las puntas del pelo son las que dirigen o impulsan la acción, ocasionando que el cuello se mueva de forma pendular. Para explorar los movimientos de cadera y torso en conjunto, le sirvió practicar pasos de danza afroperuana, guiados por A. Curaca. Con esto se dio cuenta que la cadera podía contribuir a expresar alegría.

Adicionalmente, la artista practicó con los niveles, es decir, las alturas en las que se realizan las acciones.<sup>21</sup> El nivel bajo corresponde a los movimientos efectuados echada en el piso. El nivel medio se refiere a aquellos realizados estando arrodillada o agachada, por ejemplo. El nivel alto corresponde a las acciones hechas estando parada, y el nivel llamado “aire” se refiere a los saltos. Previo a estos entrenamientos, la artista había practicado los tres primeros niveles de manera intuitiva, tanto de manera separada como en conjunto. Por ejemplo, echándose en el piso y probando maneras de

---

<sup>20</sup> Los movimientos de danza de D. Nairn se pueden ver en: <https://www.instagram.com/daludna.baila/>

<sup>21</sup> Según A. Curaca, en una comunicación personal realizada el 2020.

desplazarse, sin que la mayor parte de su cuerpo deje la superficie. Por lo tanto, al llegar a esta etapa, repasó los que ya había probado e incorporó los saltos. Además, practicó los niveles combinándolos con los demás elementos de composición ya mencionados.

Posteriormente, practicó con las velocidades de las acciones, que son lento, intermedio y rápido,<sup>22</sup> lo cual previamente no había considerado, combinándolas con los demás aspectos señalados. Con esto se percató de que hay un paralelismo con otras artes: el momento estático, silencio musical, o espacio pictórico vacío, como parte importante de la pieza, para que la composición sea más variada e interesante.

Luego la artista trabajó en el vestíbulo de su casa, donde más adelante fusionaría la pintura y la performance con la lira. Hizo un reconocimiento de ese espacio, es decir, caminó alrededor de sus bordes, para interiorizarlo mejor. Esto le sirvió para evitar chocarse con el aro o las paredes al hacer los movimientos, previniendo lesiones. Interiorizar el espacio también le sería útil para dividirlo en puntos o zonas donde expresar cada sentimiento y experiencia, con lo cual tendría orden y confianza al hacer la performance. En ese lugar, también practicó con los elementos de composición ya indicados y con otros nuevos, durante varias sesiones, hasta sentirse lista para armar la escenografía y realizar la performance final.

Otros aspectos de la expresión corporal que exploró fueron la disociación, las caídas y las potencia, también seleccionó movimientos de circo que podría usar. Practicó con la disociación, que significa que una parte del cuerpo hace algo, mientras otra realiza otra acción o permanece totalmente quieta.<sup>23</sup> Por ejemplo, estando con su espalda y piernas inmóviles, apoyadas al interior del aro, mientras sus brazos se movían de maneras extrañas, como si fuese un monstruo, para encarnar irrealidad. También practicó cayendo controladamente, para que su cuerpo sepa cómo reaccionar ante una caída involuntaria y evitar lastimarse. Para esto, A. Curaca le enseñó una manera de caer descompuesta en pasos. Con ella aprendió que lo ideal era caer forzando el

---

<sup>22</sup> De acuerdo con A. Curaca, en una comunicación personal llevada a cabo el 2020.

<sup>23</sup> Según A. Curaca, en una comunicación personal del 2020.



abdomen hacia atrás mientras bajaba, y buscar puntos de apoyo que la amortigüen, tales como las manos, donde equilibraría el peso en toda la superficie. También practicó con la potencia, es decir, utilizando gran cantidad de energía en lapsos de tiempos bastante cortos, en una dirección y contra la misma, generando tensión.<sup>24</sup> Para esto le sirvió imaginarse que le lanzaban una esfera de energía hacia una zona del cuerpo, que la empujaba en una dirección y que intentaba resistir haciendo un movimiento en el sentido opuesto. Consideró usar la potencia para encarnar hartazgo, sin embargo, en la práctica no le fue necesario utilizarlo. Además, probó hacer movimientos de circo, seleccionando uno de cabeza que le permitía expresar liberación, sin embargo, no lo realizó durante la performance, pues al conectar con la pintura en ese momento, le surgió hacer otras acciones.

Tras aprender los aspectos compositivos de la expresión corporal señalados, la artista se enfocó en encarnar cada sentimiento y experiencia. Para ello, primero practicó acciones simples acompañadas por la respiración. Por ejemplo, para representar lo lúdico, inhaló y saltó con la punta de sus pies, expandiendo su cuerpo, y exhaló al caer. Al grabarse, se dio cuenta, que podía potenciarlo levantando los brazos. Al hacer los movimientos simples, se percató que varios estados de eros se relacionan a la expansión, mientras que varios de los tanáticos se asocian con la contracción.

Después de tener una idea de cómo expresar los sentimientos y experiencias, los practicó junto a los elementos de composición, interactuando con la arquitectura y complejizando las acciones. Para representarlos, también le sirvió recordar algo que las originó y pensamientos relacionados a ellos. Por ejemplo, para expresar nostalgia y soledad, le fue útil recordar a una persona querida que no podía ver por el encierro, así como pensamientos de que la extrañaba. Adicionalmente, para encarnarlos mejor, decidió hacer los entrenamientos y la performance final con una canción llamada "Supernatural" de Tribal Blood, pues su melodía está conformada por momentos

---

<sup>24</sup> Según A. Curaca, en una comunicación personal realizada el 2020.

calmados intercalados con otros fuertes, que le transmitían altibajos y le permitían trabajar el eros y tánatos. Además, complementó las acciones corporales con gestos faciales. Para practicar con la cara, le fue útil masajearla y grabarse en Zoom, antes de unir los gestos al resto del cuerpo. También le sirvió masajearse el rostro en los entrenamientos para expresar mejor con él. Al explorar con la cara, consideró que podría mirar a la cámara durante la performance para hacerla más potente. Posteriormente, la representación de los sentimientos y experiencias se complejizaría más al usar los siguientes elementos: una mascarilla, baldes, las pinturas y la lira.

Respecto a la mascarilla, en un momento, la artista había considerado usarla junto con un mameluco, protector facial y guantes porque veía personas en las calles utilizándolos y le pareció que podría ser una imagen representativa del contexto. Además, le daban la sensación de irrealidad. Sin embargo, cuando la artista se los puso juntos, la impresión que daban era de ser miembro de un laboratorio, y esto no coincidía con su tema. Por consiguiente, probó movimientos teatrales solamente con el protector facial y la mascarilla, pero el protector daba la imagen de que ella era un buzo, entonces lo descartó y se quedó solo con la mascarilla para referirse al contexto. Este elemento le fue útil para expresar lo tánatico, por ejemplo, mirándolo con extrañeza al ponérselo por primera vez en la obra para representar incertidumbre, así como lanzándolo enérgicamente hacia el piso para expresar que estaba harta del encierro.

Con relación a los baldes, inicialmente la artista había conseguido pintura látex negra, blanca y de los colores primarios durante la cuarentena, para representar su subjetividad. Estos eran de cuatro litros cada uno y durante los entrenamientos en el vestíbulo, los colocó en cinco puntos del espacio donde encarnaría los estados. Primero, probó distintas maneras de moverlos mientras estaban tapados. Por ejemplo, se desplazó impulsándose con ellos, también giró en el sitio y los levantó al mismo tiempo. Luego simuló que pintaba con los baldes, mientras encarnaba los sentimientos y las experiencias. Mientras hacía esto, evitaba detenerse mucho a pensar exactamente donde caerían las pinturas, con el fin de evitar que el público percibiera los movimientos

pensados y desconectados de lo que intentaba representar. Por ejemplo, para expresar serenidad, simuló que metía su mano al balde de forma lenta y ondulante, y se imaginó que pintaba las paredes sin calcular precisamente donde estarían las manchas. Otro ejemplo fue cuando levantó los baldes enérgicamente para reflejar liberación, imaginando que pintaba el espacio con ellos, sin detenerse a pensar en qué parte caerían las pinturas exactamente.

Con respecto a la lira, durante las performances previas, esta estaba colgada de una sogá amarrada a la baranda del vestíbulo, en una altura próxima al techo. Al usarla así, se dio cuenta que no podía pintar de muchas maneras con ella. Por lo tanto, la bajó a un nivel cercano al piso. Ahí buscó nuevas maneras de emplearla, primero sin vincularlas a los sentimientos y las experiencias. Luego exploró acciones con el aparato imaginándose que la pintura estaba en el piso, mientras relacionaba los movimientos a lo que buscaba encarnar. Posteriormente, probó expresar lo sentido usando la lira, los baldes de pintura cerrados y la mascarilla.

Para investigar las posibilidades de movimiento con la lira cerca al piso, interactuó con ella lúdicamente. Hizo acciones debajo del elemento y al interior de este. También encima del aro y afuera de este. Por ejemplo, se echó en el piso y apoyó sus articulaciones sobre el aro, moviéndolo controladamente solo con el cuello, luego con la cintura, los antebrazos etc. Asimismo, probó rodando al interior del aparato. Igualmente, adaptó algunas poses acrobáticas de piso, es decir que no se suelen usar con la lira, tales como abrirse de piernas colocando un pie sobre el aparato, o hacer un volantín hacia atrás desde el interior del elemento. Adicionalmente, como había bajado la altura del aro, la longitud de la cuerda que lo unía a la baranda era más larga, entonces podía hacer vaivenes y movimientos ondulantes más amplios que antes. Por lo tanto, la artista probó impulsándose y poniéndose en diferentes posturas al interior del aparato, por ejemplo, columpiándose, que es algo que antes no podía hacer. También probó subirse encima de la lira, pero como el aparato se movía más que antes, decidió no realizar

muchos movimientos en ese nivel para evitar lesiones. Además, jugó esquivándolo, lanzándolo, y probando acciones solo con la cuerda, entre otras acciones.

Gracias a las exploraciones, la artista descubrió que podía pintar el piso con la lira dejándose llevar por sus vaivenes y giros, mientras expresaba el eros y tánatos. Algunos ejemplos que aparecen en el video final son los siguientes. Encarnó lo "lúdico" al poner su cintura dentro del aro, echar el resto de su cuerpo contra el piso, impulsarse con sus pies y pintar la superficie con sus brazos, piernas y cabello, mientras se dejaba llevar por los vaivenes del elemento. Asimismo, reflejó "liberación" al sentarse en el aparato, impulsarse, hacer giros y vaivenes simultáneamente, y hacer marcas de pintura en el piso con sus piernas. Un ejemplo donde expresó "desilusión" fue cuando se colocó dentro del aro y caminó hacia un extremo ejerciendo tensión, luego relajó su cuerpo y se dejó resbalar hacia el otro extremo, pintando el piso con la parte frontal de su cuerpo. Además, haciendo variaciones a la acción anterior, como arrastrase apoyada en las rodillas, o levantar un brazo en señal de querer alcanzar algo al llegar al extremo, encarnaba "angustia". Adicionalmente, al dejarse llevar por los movimientos de la lira para pintar con ella, en ocasiones esta se volvía como una extensión de su cuerpo, es decir que fluía con ella.

La artista también encontró que podía cargar la lira para pintar el espacio con ella, mientras encarnaba lo sentido. Por ejemplo, levantándola para pintar el techo y las paredes, mientras hacía pasos y saltitos lúdicos o daba vueltas. También se le ocurrió que podía echarle pintura al aro, girarlo y hacer que salgan gotas disparadas por la fuerza centrífuga. Sin embargo, en la práctica, la idea de usar dicha fuerza no funcionó, pues el aparato estaba forrado con una tela que le permitía sujetarse a él sin resbalar. Por lo tanto, lo que halló fueron diversas maneras de pintar el espacio empleando la lira, mientras expresaba lo que sintió durante la cuarentena.

Paralelamente a practicar en el vestíbulo, la artista elaboró un documento Word titulado "Plan performance pintura", donde escribió los aspectos a considerar para hacer la performance final. Aparte de los objetivos del proyecto, incluyó que pintaría todo el

espacio, es decir, las paredes, el techo y el piso, usando su cuerpo entero y los elementos. Asimismo, recalcó que, durante la performance, se movería sin una coreografía exacta. Adicionalmente, en dicho documento, mencionó que la escenografía consistiría en cubrir el vestíbulo con plástico resistente colocado con cintas doble faz. El plástico que eligió fue uno que se emplea en las obras de construcción. El que pudo conseguir en las ferreterías abiertas durante la cuarentena era azul, así que se adaptó a él. Asimismo, determinó que usaría témperas neón coloridas para representar los sentimientos y experiencias de eros, pues asociaba su alta saturación a ese tipo de estados. También eligió la pintura látex blanca para el eros, pues esta conservaba su luminosidad y resaltaba contra el fondo azul. En contraste, decidió usar pintura látex de los colores primarios y negra para el tánatos, ya que se volvían opacas sobre el fondo elegido. La razón por la que unas pinturas eran témperas y otras eran látex, era que no encontró látex neón que conservase su fluorescencia al ser usada sobre una superficie de color. Por lo tanto, se adaptó a las témperas neón que, aunque venían en presentaciones mucho más pequeñas (de 250ml), sí conservaban su fluorescencia sobre el fondo azul.

También incluyó cómo sería la iluminación en el documento referido. Cuando el vestíbulo aún no estaba cubierto con plástico azul, probó con cuatro reflectores que un amigo suyo le había prestado. Los movió alrededor del espacio para ver dónde ubicarlos y decidió que irían en cuatro extremos del piso, con el fin de evitar chocarse con ellos al hacer la performance. Además, como las paredes blancas del lugar aun no estaban tapadas, gran parte del espacio se iluminaba al ponerlos así. Debido a que dos de ellos eran amarillos y los restantes eran blancos, los intercaló, creando una iluminación equilibrada, ni muy fría ni demasiado cálida. Luego marcó la posición de cada uno de ellos y los puso así cada vez que entrenaba. Posteriormente, cuando cubrió el vestíbulo con plástico azul, probó tapando los reflectores con micas de los colores primarios, también combinando las micas entre sí. Además, les agregó papeles encima, para disminuir la intensidad de la luz y que no se vean sus destellos al grabar, puesto que le

quitaban protagonismo al cuerpo. Probando con las micas y los papeles, se dio cuenta que era conveniente usar iluminación verde y roja, pues sobre el fondo azul, esos colores le provocaban la idea de “emergencia”, lo cual asociaba al contexto crítico. Como las micas se podían calentar y derretir, decidió que cada uno de los reflectores estaría cubierto con una estructura de cartón corrugado, dos de las cuales tendrían cartulinas rojas encima, mientras que las restantes estarían forradas con cartulinas verdes. Además, las estructuras impedirían que las pinturas caigan sobre las fuentes de luz al momento de hacer la performance, con lo cual se protegería de posibles accidentes. Aparte de esto, decidió que usaría uno de los focos del techo, que era blanco, para que el espacio no sea muy oscuro, pues el fondo azul lo oscurecía más de lo que inicialmente era.

En el documento “Plan performance pintura”, también incorporó el vestuario que usaría. En la primera fase del proyecto, usó mallas simples que ya tenía para hacer circo, pues le permitían moverse con comodidad. Estas eran principalmente negras y blancas para referirse al par eros- tánatos. Dejó de usar las mallas negras porque no contrastaban contra el fondo azul, haciendo que su cuerpo se pierda en el espacio. Adicionalmente, creó una máscara y un vestuario surrealista, que en un momento le pareció que podrían aportar al proyecto. Sin embargo, los descartó porque eran excesivamente tanáticos y daban la impresión de ser un personaje aparte. Además, no dialogaban bien con el lenguaje pictórico abstracto de la performance que haría. Por lo tanto, decidió que el vestuario sería de naturaleza más abstracta. Para ello, probó usar mallas blancas que cubriesen su torso, piernas y brazos. Estas reflejaban la luz roja y verde de los reflectores, generando un efecto visual que le parecía interesante, y destacaban su cuerpo contra el fondo azul, por lo cual decidió utilizarlas. Luego las intervino con líneas neones y negras, cuya composición diseñó al colocarles cintas adhesivas coloridas mientras las usaba. Después, reemplazó las cintas con pinturas tèmpera neón y agregó detalles usando pinceles pequeños.

Aparte de lo ya indicado, el documento señalado también contenía varios elementos de composición de las artes visuales que le podrían servir, tales como usar una diversidad de: formas, líneas, tamaños, direcciones, colores, contrastes, posición de los elementos y la distribución o distancia entre ellos. Recalcó la palabra “diversidad” para enfocarse en ella para la composición pictórica y de movimientos.

El documento mencionado también tenía los planos del espacio de trabajo. La artista elaboró uno a mano, que luego fotografió para replicarlo y hacerle modificaciones digitales. Los planos distribuyen el lugar en cinco puntos donde encarnar los sentimientos y experiencias, vinculándolas con un color de pintura distinto. Uno de ellos se encuentra en la Figura 14. Decidió que en la performance iría de un punto a otro, en sentido horario, para tener orden y confianza al hacer los movimientos. También ubicó las pinturas así para evitar golpearse con los baldes al usar la lira. Además, con esta organización interactuaría con todo el espacio, en vez de quedarse solo en el centro donde estaba el aro. La artista decidió que en el primer punto interactuaría con las paredes, el piso y el techo. Mientras que, en el segundo punto, usaría el balde colocado junto a la puerta y se enfocaría en hacer movimientos en el aparato. En la tercera y cuarta zona, haría acciones en las paredes, el piso y el techo. En el último punto, al lado de las escaleras, usaría el balde situado ahí para hacer movimientos en el aro.



**Figura 14:**  
*Plano del vestíbulo para la primera ronda de la performance con pinturas, 2020,*  
 Paola Rossi, dibujo a lápiz y tinta, fotografiado y editado en Photoshop,  
 784 x 791px, Lima

Además, los planos muestran la ubicación de las cámaras. Consideré usar cinco ángulos de grabación para capturar la mayor parte del espacio. Uno de los ángulos era el que usó en la mayoría de sus performances previas, pues la enfocaba en la lira contra un fondo limpio. Encontró los otros ángulos al pensar en las paredes del plano que serían capturadas al ubicar las cámaras en distintos lados. También, colocando su cámara sobre un trípode y moviéndola en el espacio para grabarse. Gracias a esas acciones, halló que también podía grabar desde el baño, la puerta principal, la sala y el descanso de la escalera. Es decir, tendría un ángulo donde la cámara estaría inclinada hacia abajo. Aparte de esto, los planos contienen la ubicación de los reflectores, la cual ya se explicó algunos párrafos más arriba.



El documento “Plan performance pintura” también incluía una lista con la secuencia de los sentimientos y experiencias que encarnaría. Esta alternaba los que relacionó al eros y tánatos para expresar altibajos, y aparece expandida a continuación. Debido a que la artista había distribuido el espacio en cinco puntos, el día de la performance haría tres rondas para interpretar lo sentido en grupos de cinco. Esto le permitiría regular su energía para poder grabar en una sola sesión.

La primera serie comenzaría con “incertidumbre”, pues fue una de las primeras experiencias que le impactaron más al surgir la pandemia, ya que en ese momento no se sabía cuándo habría cura o vacunas, ni cuándo acabaría la cuarentena de manera definitiva por los posibles rebotes. La encarnaría en el primer punto del plano empleando la arquitectura del lugar y la pintura negra. La expresaría apoyándose en el siguiente pensamiento: “¿Que está pasando? ¡COVID, no, me tengo que proteger, ah!”.

Luego representaría “exploración”, debido a las indagaciones artísticas que realizó con el fin de sentirse mejor y crear arte experimental o no convencional. La interpretaría utilizando la lira, en el sitio correspondiente al segundo punto del plano. La vinculó al color amarillo neón y al pensamiento: “¿Qué pasaría si muevo esto o hago aquello?” Para transmitirla mejor, la relacionó a la palabra “libremente” y al gesto facial de sentir una pequeña sorpresa.

Posteriormente, encarnaría “nostalgia” y “soledad” juntas, ya que sentía una al experimentar la otra. Estas fueron provocadas por la cuarentena y el distanciamiento social, que no le permitieron estar en contacto físico con personas queridas que habitaban otros espacios. Las reflejaría en el siguiente punto, usando la arquitectura del vestíbulo y el color azul. Como apoyo, recordaría a una persona que quería y extrañaba.

Seguidamente, representaría “serenidad”, experiencia que la apoyaba a contrarrestar los estados tanáticos, y surgía al conectar con la naturaleza a través de observar y fotografiar el cielo, así como el hecho de respirar en sus meditaciones. La expresaría en el cuarto punto del plano, empleando el espacio y la pintura blanca. Para ello, se imaginaría que su cuerpo es un bloque de hielo derritiéndose lentamente sobre

el piso, imagen que usaba en algunas meditaciones. Asimismo, pensaría en la onomatopeya “aaaah”, como si se estuviese despertando agradablemente en la mañana, para poder interpretarla mejor.

Después, expresaría “angustia”, que sintió por el contexto, que le provocó preocupación, así como pensamientos depresivos en un momento del encierro. La reflejaría en el quinto punto, usando la lira y el color rojo. Para ello, se apoyaría en pensamientos de que algo no resulte bien. Además, consideró usar la “potencia” en algunos movimientos, es decir, utilizar gran cantidad de energía en lapsos de tiempos cortos, en una dirección y contra la misma, generando tensión. Sin embargo, en la práctica no le fue necesario emplearla para transmitirla.

Para la segunda ronda, se basaría en el plano de la Figura 15. La iniciaría encarnando “alegría” porque a pesar de lo tanático, pudo vivir momentos felices vinculándose con personas queridas a través de la virtualidad, así como danzando y explorando lúdicamente con la lira. Asoció ese sentimiento al verde neón, a los movimientos expansivos y a pensamientos de que iba a jugar con sus hermanos pequeños, a quienes no había visto en físico hace bastante tiempo.



**Figura 15:**  
*Plano del vestíbulo para la segunda ronda de la performance con pinturas,*  
 2020, Paola Rossi, dibujo a lápiz y tinta, fotografiado y editado en Photoshop,  
 785 x 788px, Lima

Posteriormente, reflejaría “irrealidad”, pues como ya se indicó, debido a la pandemia, todo cambió drásticamente desde el año anterior, como si se tratase de un sueño, una dimensión alterna o una película de ficción. La interpretaría con el aro y la pintura látex amarilla, la cual se volvía opaca sobre la escenografía. Para ello, le sirvió imaginarse que era como un monstruo viejo y jorobado que hacía movimientos extraños empleando la “disociación”.<sup>25</sup>

Luego expresaría “contemplación”, surgida al conectar con la belleza del cielo y fotografiarlo. La encarnaría en el tercer punto, usando la arquitectura y el color morado

<sup>25</sup> Es un elemento compositivo que ya se ha explicado y consiste en que una parte del cuerpo realiza algo, mientras otra ejecuta otra acción o permanece completamente inmóvil.

en su versión neón. Asimismo, recordaría una imagen que amaba y que le causaba ternura, también pensaría en la onomatopeya “aww”.

Después, representaría “hartazgo”, pues hubo algunos momentos en los que se había cansado y fastidiado de estar encerrada, sobre todo hacia el final del encierro. Lo expresaría usando el espacio y la pintura negra en el penúltimo punto.

Para terminar la segunda parte, reflejaría lo “lúdico”, que surgió al divertirse con las exploraciones realizadas con el aro, la danza y el teatro. Para ello, utilizaría la pintura naranja neón, así como los demás baldes presentes en esa ronda, pues asociaba esa experiencia a una mezcla de colores. También emplearía el aro y el resto del espacio. Como apoyo, pensaría en la onomatopeya “wii”, que es como una niña divirtiéndose, y usaría movimientos no del todo coordinados. Asimismo, había pensado que podría sumergir sus pies en los baldes y hacer pequeños saltitos en el espacio.

Descansaría entre rondas y en la última de ellas solo encarnaría los dos sentimientos y experiencias restantes, que eran “desilusión” y “liberación”. Comenzaría expresando desilusión, asociada al hecho de que algunas de sus metas no se concretaron, en parte debido al contexto pandémico. Para ello, partiría desde el primer punto del plano de la Figura 16, y utilizaría el aro y el resto del espacio. También emplearía las pinturas látex negra, roja y azul. Asimismo, se apoyaría en pensamientos de casi conseguir algo pero no lograrlo.



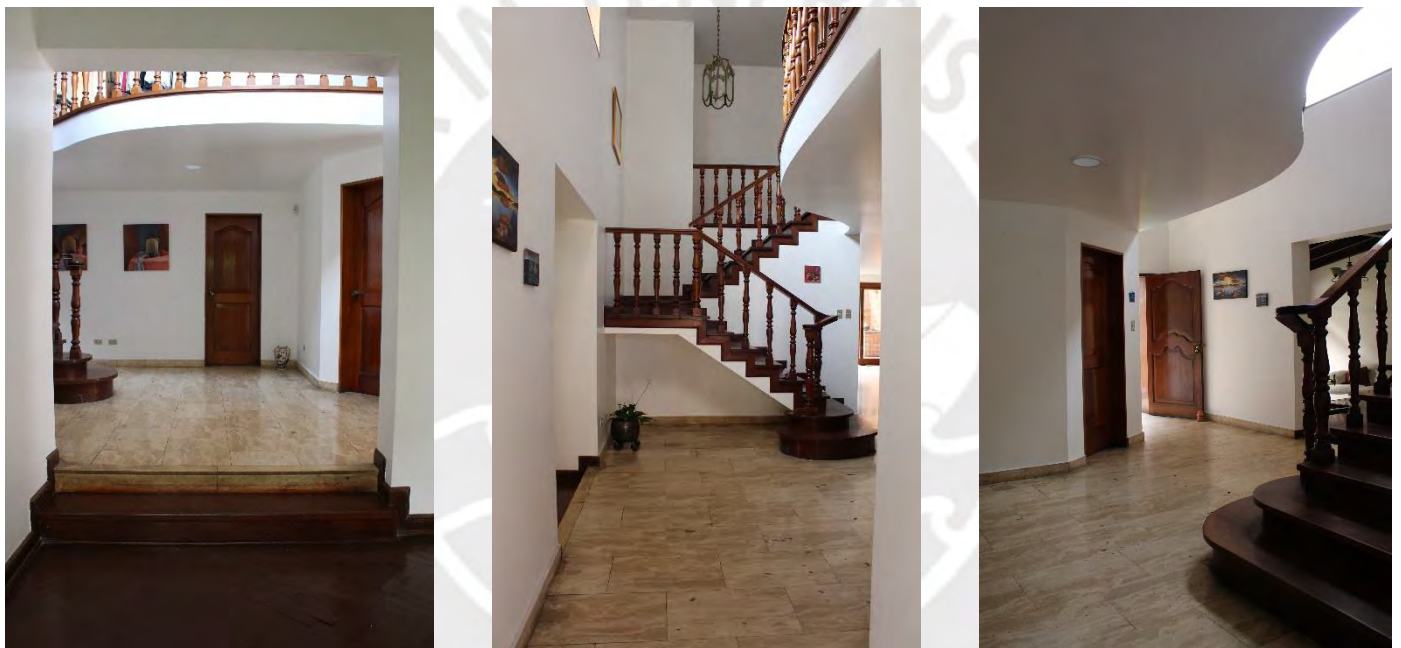
**Figura 16:**  
*Plano del vestíbulo para la tercera ronda de la performance con pinturas,*  
 2020, Paola Rossi, dibujo a lápiz y tinta, fotografiado y editado en Photoshop,  
 781 x 793px, Lima

Concluiría la tercera etapa con “liberación”, que experimentó al aliviar y liberar lo tanático mediante el arte, por ejemplo, dibujando, escribiendo y haciendo movimientos corporales catárticos. Para ello, usaría todo el espacio y la lira. Además, emplearía pintura blanca y los siguientes colores neones: rosado, naranja, verde, morado y amarillo, en ese orden, tal como se ve en la Figura 16. Igualmente, consideró hacer diversos movimientos expansivos con los baldes, aumentando gradualmente su intensidad.

Debido a que utilizaría su cuerpo entero en las series mencionadas, le pareció adecuado grabarse las manos y la cara por separado después de terminarlas, ya que son bastante expresivas. También consideró apropiado tomar fotografías de registro después de finalizar la performance.

Tras planear lo ya mencionado, la artista practicó encarnar las series de sentimientos y experiencias. Para ello, tomó en cuenta movimientos parecidos a las que había practicado anteriormente y que sabía que funcionaban, y los realizó sin repetirlos exactamente, permitiendo que existan alteraciones espontáneas y acciones nuevas que surgiesen según su conexión con lo sentido, los elementos compositivos de la danza, la música, la iluminación y el resto de los elementos que tenía en ese momento (que eran la lira, la mascarilla y los baldes de pintura cerrados).

Cuando se sintió preparada para realizar la performance, cubrió el vestíbulo con el plástico azul. Se dedicó una semana a forrarlo y fue apoyada por sus familiares en el proceso. El lugar no era totalmente cerrado, pues tenía una abertura grande para acceder a la sala contigua y una más pequeña para entrar a otro espacio, así como una escalera de madera con una parte vacía por debajo. Además, una parte de su techo era de doble altura. Por lo tanto, comenzó cubriendo las partes más fáciles, que eran el piso y las paredes ya existentes. Luego creó estructuras de cartón para crear planos virtuales y terminar de encerrar el espacio. En la siguiente página, se ve el espacio sin intervención escenográfica.



**Figuras 17a, 17b y 17c:**  
*Vestíbulo sin intervención escenográfica*, 2020, Paola Rossi, fotografías, 17a: 3379 x 5069px, 17b: 3456 x 5184px, 17c: 3243 x 5052px, Lima

Para encerrar el vestíbulo, la artista inició midiendo las dimensiones del piso y de las paredes. Le agregó cinco centímetros a cada lado para superponer los pedazos de plástico que cortaría y evitar que la pintura luego se filtre al espacio. Luego colocó las medidas en uno de sus planos y las trasladó al rollo de plástico azul, de aproximadamente 25 metros de largo, que había conseguido en una ferretería durante la cuarentena. Después, cortó las piezas de plástico según las medidas correspondientes y las unió al piso y las paredes. Para ello, puso numerosos pedazos de cinta doble faz en cada superficie, formando varias equis. También aseguró las piezas de plástico poniéndoles cinta adhesiva al interior y al exterior de sus bordes. Posteriormente, hizo cortes verticales en los lados que cubrían la puerta del baño y del escritorio, para seguir usando esos espacios mientras aún no hacía la performance.

Después, forró la porción del techo que solo tenía un piso de altura. Para ello, usó una escalera tipo tijera y puso bastantes pedazos de cinta doble faz en el techo, nuevamente haciendo varias equis. Luego cortó un pedazo de plástico correspondiente al área de la superficie y lo colocó con el apoyo de un familiar, que usaba una silla en un extremo, mientras ella utilizaba la escalera en otra esquina. Mientras estaba en la escalera, presionó las cintas más cercanas con sus manos y las más lejanas con un palo. Al mismo tiempo, su familiar hacía lo mismo en el otro extremo para evitar que el peso del plástico derribe la pieza. Seguidamente, ambos se movieron en el espacio para unir el resto de la pieza. La terminaron de asegurar colocándole cinta adhesiva adentro y afuera de sus bordes.

Posteriormente, disminuyó la zona que tenía dos pisos de altura. Para ello, hizo nueve estructuras de cartón corrugado y creó un techo virtual más bajo. Algunas de las estructuras aparecen en la Figura 18, que es un fotograma del video de registro que compartió en su cuenta de Instagram mientras hacía el proyecto. Para hacer una estructura, recortó rectángulos de 5cm x 10cm y los unió en bloques de tres, usando silicona. Luego pegó los bloques sobre un rectángulo largo, ubicándolos a aproximadamente cada 20 centímetros. Después, pegó otro rectángulo largo encima de



la estructura que se iba formando. Luego reforzó externamente los puntos de unión con cinta adhesiva. Posteriormente, hizo dobleces en un extremo de la estructura, a modo de aletas, para unirla a la pared.

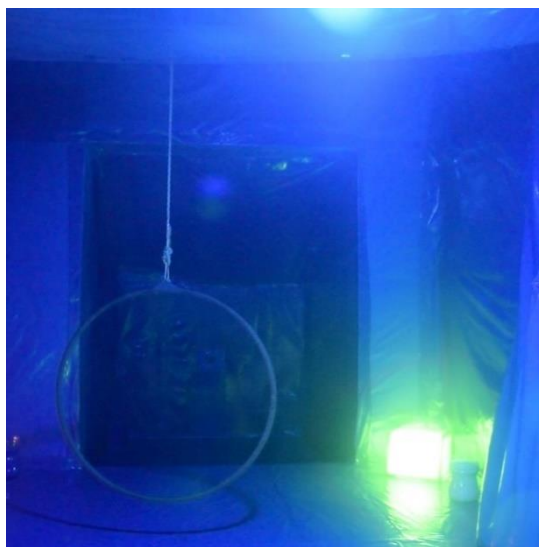
Cuatro de las estructuras del techo virtual median 1.80m de largo, mientras que cinco tenían 2m de longitud, pues la superficie del segundo piso tenía una curvatura. La artista colocó las piezas con ayuda de un familiar. Mientras su familiar sujetaba un extremo de la estructura a la superficie y las barandas del segundo piso, ella usaba la escalera tipo tijera para unir el otro extremo a la pared. Para unirla a la pared, pegaba sus aletas con las cintas doble faz más resistentes que había conseguido. También reforzaba sus partes externas con cinta adhesiva. Ubicó la mayoría de las estructuras con una ligera inclinación hacia arriba para no interrumpir la visión de la cámara que iría en el descanso de la escalera de la casa.



**Figura 18:**  
*Techo virtual creado con estructuras de cartón corrugado, 2020, Paola Rossi, fotograma de una de las "historias" de Instagram compartidas por la artista para conectar con sus amistades, difundir sus trabajos de arte y su proceso creativo, 379 x 629px, Lima*

Después, cubrió el techo virtual con plástico. Para ello, colocó cintas doble faz en la parte inferior de las estructuras. Luego usó la escalera tipo tijera para pegar el plástico, mientras sus familiares en el primer piso sostenían los otros extremos de la pieza. Seguidamente, subió al segundo piso, metió sus brazos entre las barandas, y usó cinta adhesiva para asegurar la parte de arriba del plástico a los lados de las estructuras de cartón. Luego unió los bordes del plástico al segundo piso con pedazos de cinta adhesiva.

Posteriormente, creó un espacio virtual en la sala, que estaba al lado del vestíbulo, para terminar de encerrarlo. Este se observa en la Figura 19. Para realizarlo, primero elaboró una estructura de cartón corrugado en forma de L. Esta tenía 180cm de largo, 140cm de alto y 15 cm de grosor. Todos sus lados estaban cubiertos y contaba con una estructura interna que la volvía pesada y resistente. Colocó la L invertida, apoyando uno de sus extremos en la pared de la sala y el otro sobre el piso. La puso a una distancia de 230cm desde la entrada de la sala, para situar una cámara detrás de ella y captar bien el vestíbulo. Adicionalmente, puso diagonales en los lados de la L, para que tenga más puntos de apoyo y permanezca firme. También puso tacos junto a los puntos de apoyo, para asegurar más la estructura. Usó silicona líquida para unir la estructura y cinta doble faz para pegarla al piso y a la pared.



**Figura 19:**  
*Espacio virtual creado en la sala, que luce oscuro, 2020,*  
Paola Rossi, fotograma de la performance con pinturas,  
675 x 692px, Lima

Después, pegó cinco ganchos pequeños sobre el antepecho de la ventana de la sala y otros cinco encima de la abertura del vestíbulo. Luego les amarró hilo nylon, formando un techo virtual de pitas. Seguidamente, puso una pieza de plástico sobre las pitas, terminando de formar el techo. Al ponerle el plástico, también creó una pared que antes no existía. Le hizo un corte vertical a esa pared para poder entrar y salir de la sala mientras aún no hacía la performance.

Posteriormente, forró con plástico la pared de la sala que ya existía. También cubrió la estructura de cartón en forma de L, creando un plano vertical que antes no había. Le hizo un corte pequeño a ese plano para poder grabar desde ahí. Este era del tamaño del lente de la cámara, y lo cubrió con una mica transparente para que el aparato grabe sin dañarse por las pinturas que serían usadas durante la performance.

Para tapar la escalera del vestíbulo que tenía una curva sobresaliente, la dividió en partes. Primero, cubrió la porción sin curva, que tenía una abertura por debajo, sujetando el plástico a la baranda, los laterales de la escalera y el piso. Después tapó la parte que estaba encima del pasamanos, colocándole plástico desde la estructura de cartón rectangular que estaba más arriba. Luego ubicó una cámara en el descanso de la escalera, poniéndola sobre un trípode e hizo un corte en la pared de plástico generada, para grabar desde ahí. Debido a que había una separación entre el plano de plástico y la cámara, hizo una estructura piramidal para unirlos y proteger el lente de las pinturas. Dicha estructura estaba cubierta en plástico azul para integrarse con el espacio y tenía una mica transparente en su base más pequeña, que era un poco más grande que el lente de la cámara, para protegerlo. Los ángulos de sus planos laterales correspondían a la visión del aparato. Para terminar de cubrir el resto de la escalera, que tenía una curva sobresaliente, hizo un plano cónico con plástico y lo unió con las cintas adhesivas y doble faz al techo, el piso y los escalones.

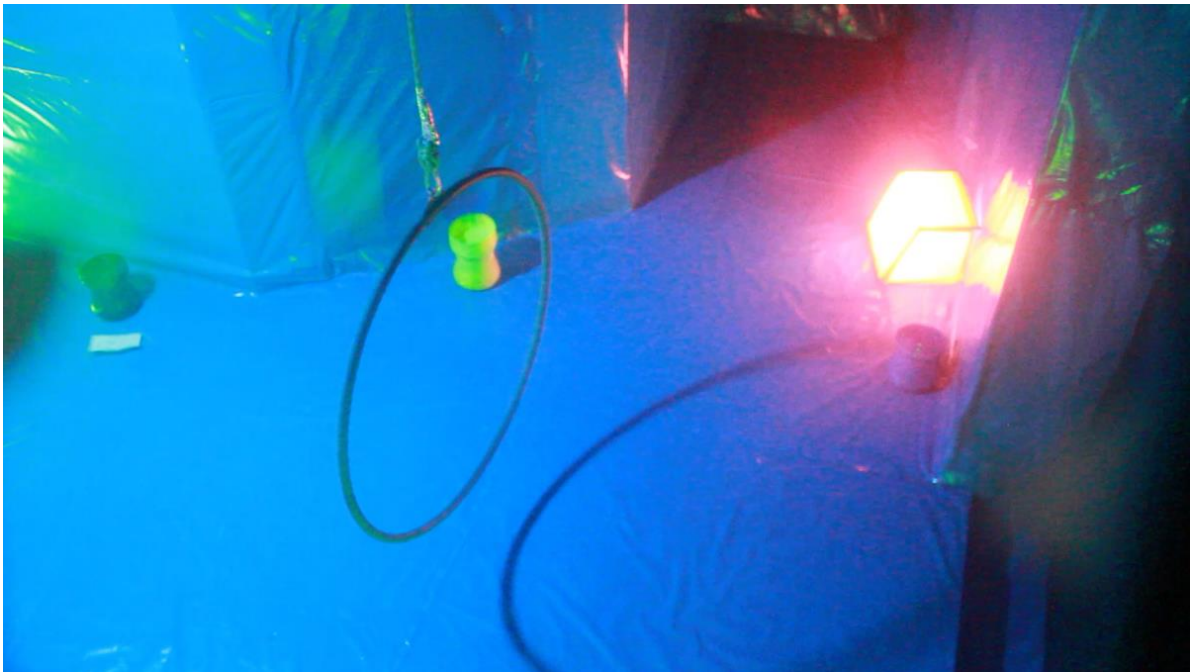
En esta etapa, la mayor parte del vestíbulo estaba encerrado, excepto dos extremos, uno conformado por la puerta de entrada, que daba a un jardín interior, y el otro que permitía acceder al segundo piso y a otras partes de la casa. Los dejó abiertos

para que las personas puedan circular mientras aún no grababa. Aparte de la entrada mencionada, la casa contaba con otros puntos de acceso y con otra escalera, por lo tanto, forrarla de esta manera no constituyó un inconveniente grande.

Para el día de la grabación pudo conseguir cuatro cámaras, en vez de las cinco planeadas inicialmente. Tres de ellas fueron prestadas por sus amigos. Por lo tanto, eliminó el ángulo de grabación que captaba menos espacio. Es decir, cubrió la entrada de la casa con un plano de plástico vertical. También tapó el otro extremo que había permanecido descubierto, usando una pieza vertical de plástico unida al techo y piso, así como a la pared que estaba a su lado. Luego le hizo un corte del tamaño del lente de la cámara a ese plano de plástico y le puso una mica transparente para grabar desde ahí también.

Además, colocó una estructura piramidal que habían creado para proteger la cámara que iba en el baño. Esta aparece en la Figura 20a. Fue hecha con cartón corrugado, silicona y cintas adhesivas, y estaba forrada con plástico azul. Adicionalmente, tenía una mica transparente en su lado más pequeño para cuidar el lente. La estructura fue unida con cintas adhesivas al marco de la puerta. Para colocar la cámara en su interior, había dejado una entrada por debajo, que cubrió con una porción de plástico proporcional. Asimismo, al interior del baño, puso una tabla encima del lavamanos y una caja sobre ella, para grabar desde ahí.

Adicionalmente, tenía bidones de agua vacíos, que cortó y recicló para ponerles las pinturas. Estos uniformizaban los envases de los distintos tipos de pintura, pues las de látex tenían su balde característico, mientras que las témperas neones que había conseguido venían en presentaciones pequeñas de 250ml. Puso un color distinto en cada balde, llenándolos con 4 litros de pintura látex y 3.5 litros de témperas neón. Las pinturas fueron mezcladas con agua para que sean más fluidas.



**Figuras 20a, 20b y 20c:**  
*Vestíbulo de la casa cubierto y encerrado en plástico, 2020, Paola Rossi, fotogramas iniciales de la performance con pinturas, y fotografía del espacio antes de ser pintado, 20a: 646 x 1032px, 20b: 1056 x 1408px, 20c: 1200 x 678px, Lima*

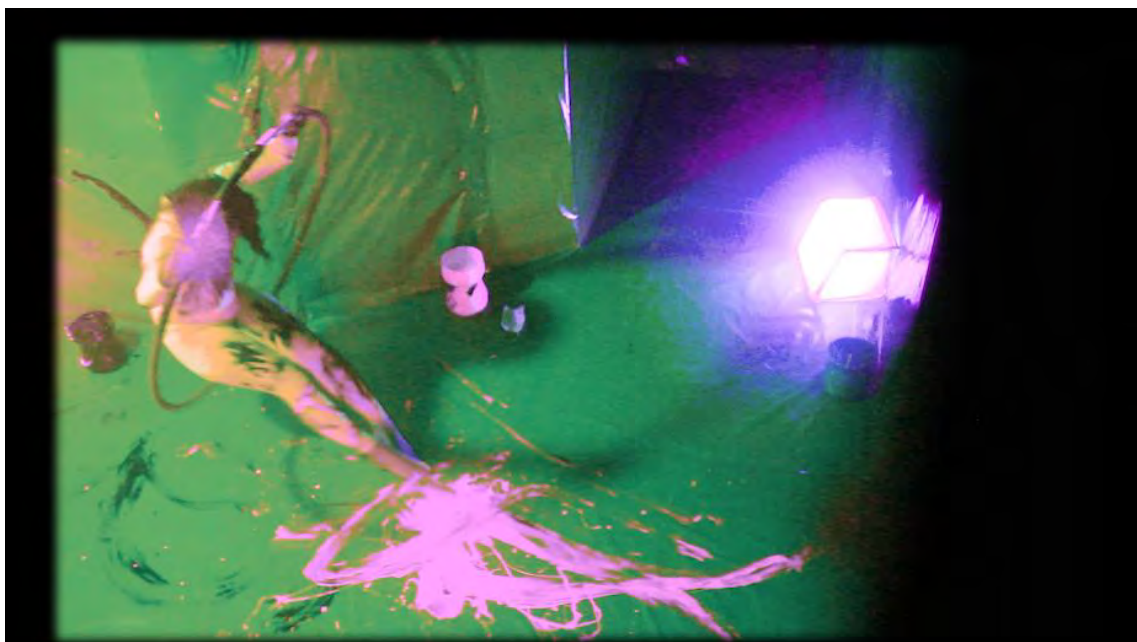
La artista realizó la performance con pinturas durante la noche para que la iluminación sea igual a sus ensayos. Previo a realizarla, se puso el vestuario y meditó haciendo respiraciones para estar relajada y enfocada, pues solo tenía una oportunidad para ejecutarla, ya que había acordado con su familia que el espacio solo tendría la escenografía hasta terminar esa parte del procedimiento. Luego hizo estiramientos para preparar su cuerpo para las acciones. Cuando los reflectores, las cámaras y los baldes de la primera ronda estaban en su sitio, se puso al frente del primer balde para iniciar la performance. Tomó algunas respiraciones profundas y al sentirse lista, dio una señal para que uno de sus familiares le diga al resto, que ya tenían las cámaras prendidas, que comiencen a grabar. A su vez, este familiar reprodujo la música en loop, desde una laptop. Al tener la certeza de que las cámaras ya estaban filmando y escuchar la música que había escogido de apoyo, la artista inició la primera ronda.

Durante la performance, se basó en los movimientos que había practicado y que sabía que funcionaban, pero no los repitió exactamente, dando lugar a alteraciones espontáneas y nuevas acciones, surgidas sobre todo al interactuar con las pinturas y la lira. Además, conectó con lo que sintió en la cuarentena y los pensamientos vinculados a eso. También utilizó los elementos compositivos de la expresión corporal e interactuó con los baldes y la mascarilla. Asimismo, se relacionó con la música y la escenografía, pintando expresivamente el espacio con todo su cuerpo.

Al realizar la primera serie, percibió que la pintura era resbaladiza. Por lo tanto, al moverse, parte de su atención estaba enfocada en mantener el equilibrio. Es decir que no podía hacer algunos movimientos, tales como saltos muy amplios en las zonas pintadas para evitar caerse. Tras terminar la primera parte, se puso medias y se las cambió entre cada serie para sujetarse mejor al piso. Entre cada ronda, también limpió con papel toalla las partes del piso que tenían bastante pintura acumulada, con el fin de cuidarse.

Durante la performance, la artista confirmó que las maneras que había hallado de pintar el espacio con la lira eran propicias. Con los vaivenes y giros del aparato, las

partes de su cuerpo en contacto con el piso movían y mezclaban las pinturas, generando manchas y líneas en las direcciones de sus acciones. Varias de las líneas creadas eran gruesas, siendo del ancho de sus pies o de las demás zonas de su cuerpo que tocaban el piso. Igualmente, estas tenían texturas o líneas más delgadas en su interior. Asimismo, al dejarse llevar por el aro también se removían las pinturas de tal manera que se generaban algunas líneas delgadas que mostraban el plástico de la escenografía. Además, debido a que las pinturas disminuían la fricción entre su cuerpo y el piso, lo vaivenes y giros de la lira se volvieron más amplios, permitiéndole cubrir mayor área. Adicionalmente, las pinturas contribuían a que algunos de los movimientos con el elemento circense sean más fluidos. La artista también confirmó que podía pintar el espacio elevando el aparato contra las paredes y el techo. Dejarse llevar por la lira le permitía pintar zonas grandes, mientras que cargarla, cubría una superficie más pequeña.



**Figura 21:**  
*Fotograma del trabajo terminado, perteneciente a la parte de “exploración”, que ejemplifica una de las formas que encontró la artista de pintar el espacio utilizando la lira, 2021, Paola Rossi, video performance híbrida, 2min 16s, Lima*

La cantidad de pintura que usó durante la performance fue incrementando hasta llegar a la última ronda. Al representar “liberación”, que era lo último que expresaría, las pinturas salieron volando hacia todo el espacio, lo cual se observa en la siguiente Figura.



**Figura 22:**  
*Fotograma de las escenas de “liberación”, 2021, Paola Rossi, video performance híbrida. 8min 33s, Lima*



Al finalizar la performance, el espacio estaba cubierto con formas y líneas de diversos tamaños, direcciones, colores y contrastes, que tenían distintas posiciones y distancias entre sí, como se aprecia en la Figura 23. Adicionalmente, se generaron texturas y las pinturas que cayeron sobre el techo provocaron goteos.



**Figura 23:**  
*Registro del espacio tras terminar la performance con pinturas*, 2020, Paola Rossi, fotografía,  
5166 x 3456px, Lima

Después de terminar las tres series, grabó sus manos y pies por separado, realizando acciones correspondientes a los estados representados y explorando con las posibilidades que las pinturas le ofrecían. Un ejemplo de ello aparece en la siguiente imagen. Luego filmó sus gestos faciales acompañados por movimientos de la parte superior del torso, incluyendo sus brazos. Posteriormente, tomó fotografías de registro del espacio.



**Figura 24:**  
*Fotograma de las escenas de "irrealidad", 2021, Paola Rossi, video performance híbrida, 5min 47s, Lima*

Las acciones realizadas en esta fase son innovadoras. Conforme a la experta circense J. Straga, quien ya ha sido referida en el segundo capítulo, la historia y las maneras de pintar con la lira en este trabajo son nuevas.<sup>26</sup> Asimismo, de acuerdo con el análisis comparativo entre esta obra y la performance de L. Cork, que es la única encontrada hasta el momento donde también se han pintado varias dimensiones espaciales con la lira, se observa que su trabajo se diferencia de este en aspectos como el contexto y la estética global del video final, además de las formas de pintar con el aparato.<sup>27</sup>

Respecto a la última etapa del procedimiento, esta consistió en la elaboración del video buscando cumplir los objetivos trazados. Previo a ello, la artista tenía poca experiencia en la creación de videos. Antes de iniciar el proyecto, principalmente grababa escenas cortas donde hacía acrobacias en la lira. Además, había usado una aplicación simple de edición para darle movimiento a fotografías.

Como ya se indicó al inicio del proceso creativo, la artista realizó experimentos con distintos programas de edición y siguió algunos tutoriales en YouTube, llegando a la conclusión de que Premiere Pro 2020, era un buen medio para realizar esta obra. Si bien ella ya había practicado un poco viendo los tutoriales en esa fase, necesitaba refrescar sus conocimientos y continuar creciendo en el uso del programa. Por lo tanto, elaboró estrategias para afrontarse al reto de hacer un video artístico. Una de ellas fue escribir en un cuaderno sus miedos con relación a crear un buen video y que el público lo vea, para liberarlos y transformarlos por pensamientos que la motiven.

La artista también buscó referentes de video, encontrando que Pájara Pinta Danza se vinculaba con su proyecto, puesto que varios de sus videos experimentales jugaban con la composición visual de las escenas, mientras representaban movimientos corporales que ella relacionaba al eros. La idea de jugar con la composición de las tomas

---

<sup>26</sup> J. Straga forma parte de la junta directiva de la Fédération Mondiale du Cirque.

<sup>27</sup> La comparación entre la presente video performance con el trabajo donde sale Cork también está desarrollada en el segundo capítulo de esta tesis.

de una forma poco común era una que consideró desde el inicio, solo que, en su caso también representaría el tánatos. Asimismo, como ya se señaló en el capítulo dos, su trabajo dialoga con el video “Dolly” de Korot, pues este juega con medios como el texto, escenas de personas y la voz mientras aborda un momento histórico.

Adicionalmente, la artista elaboró un documento Word titulado “Plan video”, donde incluyó los objetivos del proyecto y el guion de los sentimientos y experiencias que representaría. El guion inicialmente fue una lista simple, donde ordenó lo sentido igual que en la fase de la performance con pinturas porque esta organización mostraba altibajos. Además, este orden le permitía finalizar expresando liberación, lo que le pareció apropiado, pues sabía que su representación de lo tanático era fuerte y quería evitar generar más dolor colectivo del que ya había. Con ello también guardaría coherencia con el hecho de que su salud mental había mejorado mediante liberar o expresar sus emociones con el arte y gestionarlas así, lo cual constituye un triunfo personal.

En el documento nombrado también incluyó que, de todo el material creado, seleccionaría solamente lo que expresaba mejor sus sentimientos y experiencias, y lo que le parecía más interesante e impactante a nivel de exploración visual. También había redactado que las cualidades del lenguaje del video serían las mismas que ya venía usando. Asimismo, incorporó palabras clave en las que centrar su atención, tales como: “diversidad” en la composición e intentar que sea lo más “creativo”, “original” y “auténtico” que pueda.

La artista también se contactó con un amigo que ya tenía experiencia creando videos en el programa elegido. Durante una tarde, él le enseñó cosas de edición, como generar cambios de colores en distintas velocidades, y editar los efectos ya existentes para guardarlos y utilizarlos posteriormente a modo de plantillas. Asimismo, le enseñó conocimientos útiles, como que es necesario procesar continuamente los archivos colocados en la línea de tiempo del programa para agilizar el proceso de edición.

Además, cuando se pone un video encima del otro en la línea de tiempo, el de arriba afecta visualmente al de abajo.

Después, la artista experimentó durante una semana con todos los efectos visuales disponibles en Premiere Pro 2020, pues estos permiten cambiar colores, contrastes, granulados, transparencias, acercamientos y transiciones de escenas, entre otras opciones. Mientras hizo esto, elaboró esquemas en su cuaderno, donde apuntó los que le parecían más útiles para el video, relacionándolos con los sentimientos y experiencias que expresaría. Estos también le servirían para poder revisar rápidamente qué alternativa podría usar según el cambio compositivo que quisiera hacer al momento de editar. Como los efectos del programa tienen varias sub-opciones que permiten modificar en mayor medida la estética del contenido, también las exploró. Además, grabó algunos de los efectos modificados, a modo de plantillas, para usarlos luego, pues los cambios que les había efectuado le podrían servir para transmitir incertidumbre, irrealidad y lo lúdico.

Seguidamente, revisó todo lo que había creado a lo largo del año y reunió lo que consideraba que cumplía mejor los objetivos en una carpeta llamada "Material". Así evitaría que Premiere Pro 2020 luego tenga dificultades para mostrar los archivos, ya que cuando estos se mueven de lugar, el programa deja de presentarlos en la secuencia. La carpeta incluía las principales grabaciones de sus performances con luces, dibujo y pintura, así como sus registros fotográficos. Además, incorporaba sus dibujos catárticos intervenidos digitalmente, y las principales fotografías de sus escritos y del cielo. Adicionalmente, tituló el contenido según los sentimientos y experiencias encarnados para poder encontrarlos rápidamente al crear el video.

Una vez en el programa de edición, plasmó un sentimiento y experiencia a la vez, guiándose por el guion simple, los esquemas y las asesorías semanales con sus profesoras universitarias. Conforme fue avanzando, hizo una lista para reunir los elementos compositivos más importantes, repasarlos antes de editar y enfocarse en ellos al crear. Esta incluía aprendizajes logrados mediante sus asesorías, así como sus

reflexiones a partir del uso del programa y las posibilidades de composición que este le ofrecía.

A continuación, el contenido de la lista aparece de forma expandida. Incluía que el orden del material en la secuencia era importante. Enfatizaba nuevamente que la composición audiovisual tenga variedad para enriquecerla. De igual forma, contenía que sería positivo relacionar las partes del video armoniosamente para que se entendiera como una unidad.

Además, a partir de ver videos de otros artistas, apuntó que se puede expresar un sentimiento en pocos segundos. Para sintetizar, incorporaría el material que cumpliera mejor los objetivos. Es decir, se basaría principalmente en las escenas de la performance con pinturas, pues eran las que le parecían más expresivas y experimentales. Pensaba que esto le podría ayudar a mantener la atención del público, la cual también buscó capturar desde el inicio, comenzando con una escena inusual y que, seguida de una fotografía del sol, le transmitía que estaba despertando a lo que serían los sentimientos generados en el encierro.

También había redactado que sería propicio trabajar la ubicación del cuerpo en los fotogramas para que la visión del espectador siga sus movimientos. Igualmente, le pareció apropiado difuminar los bordes para que la transición entre los fotogramas verticales y horizontales sea fluida. Del mismo modo, consideró que podría cambiar la forma global de algunas tomas. Asimismo, decidió editar los granulados y los aspectos visuales correspondientes a los colores, contrastes, iluminación etc.

Adicionalmente, apuntó que podría variar las intensidades del video usando moderadamente los efectos de transición más llamativos. Además, le pareció positivo que el sonido guarde relación con los movimientos corporales, lo sentido y las intensidades abordadas. También incluyó que podría alterar las velocidades de algunas escenas. Asimismo, consideró superponer algunas fotografías y escenas mediante transparencias, en vez de yuxtaponerlas en el mismo espacio, para integrarlas mejor.

Igualmente, al hacer esto, se generaban efectos visuales que le parecían interesantes y que se relacionaban con la subjetividad.

Cada vez que la artista se ponía a hacer el video para expresar un estado, repetía los siguientes pasos, cuyo orden se fue dando naturalmente. Primero, recurría a su guion para ver qué le tocaba representar. En seguida, se enfocaba en las cualidades presentes en la lista referida. Una vez en Premiere Pro 2020, importaba los archivos correspondientes a lo que reflejaría, desde la carpeta "Material". Seguidamente, los ubicaba en la línea de tiempo y hacía una nueva selección, más minuciosa, quedándose solo con los segundos e imágenes que pensaba que le apoyarían a cumplir los objetivos. Posteriormente, jugaba con el orden lineal de lo elegido y les agregaba efectos de transición para unirlos fluidamente. Luego jugaba con la superposición y transparencia de las fotografías y escenas que había seleccionado y que aún no había incluido, descartando aquellas que le parecía que no aportaban.

Después, editaba la ubicación del cuerpo en los fotogramas, mediante acercamientos y alejamientos, también colocándolo más hacia los lados, arriba o abajo. Además de permitir que la audiencia siguiera sus movimientos, esto sirvió para variar las intensidades del video, puesto que, por ejemplo, si había un alejamiento brusco, lo que encarnaba se potenciaba.

Luego modificaba la velocidad de algunas escenas y acciones específicas, aumentándola o disminuyéndola para acentuar el sentimiento o experiencia representado. Asimismo, probaba con los aspectos visuales correspondientes a los colores, contrastes, iluminación, saturación, temperatura, exposición etc. conforme a lo que se estaba expresando en ese momento. Para ello, se apoyó en sus esquemas y las plantillas que había creado anteriormente. Adicionalmente, incluyó un espacio vacío o de pantalla negra entre cada estado, separándolos en segmentos, con el fin de evidenciar el cambio hacia uno de naturaleza contraria y exaltar los altibajos.

Mientras editaba un segmento, lo reproducía varias veces, comenzando desde el medio o más de la porción anterior, para asegurarse de que efectivamente encarnaba lo que quería mostrar. Reproducir frecuentemente también le sirvió para ver cómo encajaban las partes y decidir si era necesario modificar más la visualidad para integrarlas mejor.

Una vez formada la secuencia total (compuesta por todos los sentimientos y vivencias), difuminó los bordes de las escenas que no cubrían todo el espacio de trabajo, para que tuvieran una transición más fluida con las que sí. Con esto, se disminuyó el contraste entre sus contornos y el espacio de trabajo, por lo que se integraron más armoniosamente. Además, cambió el contorno de la toma vertical inicial a una orgánica, que le parecía más interesante y que podría capturar mejor la atención del público. Por las mismas razones, hizo que los bordes de esa escena se expandieran según los movimientos del cuerpo que se levantaba.

Durante el proceso de edición de la secuencia total, eliminó el material que no se integraba armoniosamente. Por ejemplo, quitó un dibujo intervenido digitalmente que era bastante expresivo, pero que parecía una calcomanía superpuesta. Igualmente, descartó otro dibujo expresivo que había puesto al iniciar un segmento sentimental, porque destacaba demasiado con respecto al resto del video, pues no había colocado otros así. De la misma manera, sacó las tomas de cara que sobresalían demasiado con relación al resto de la secuencia, prefiriendo emplear las escenas del cuerpo entero confinado a la casa.

También disminuyó el vacío que dividía los segmentos a aproximadamente dos segundos, según era más conveniente, para evitar generar la duda de si el video había terminado o no, cuando aún no lo había hecho. Con tal fin, le sirvió reproducir varias veces la secuencia completa en diversos momentos, pues al modificar la duración de un espacio vacío, la percepción de los demás también se alteraba. Editar la duración de estos espacios es algo que hizo hasta el final del proceso.



La artista decidió trabajar los sonidos del video cuando la parte visual ya estaba bastante avanzada. Ella no había creado arte sonoro antes de esta obra, y al principio del proyecto grabó sus acciones acrobáticas sin audio. Es decir, la idea de incluir el silencio estaba presente desde el inicio.

Durante la primera parte del año, le añadió ruidos extraños a un video creado en KineMaster para experimentar con esa aplicación de celular. Había efectuado los sonidos peculiares inhalando y exhalando de maneras inusuales con su boca, por ejemplo, abriéndola exageradamente. Con esto, se vinculaba con lo que afirma Zayas (2020), quien alienta a las personas a crear sonidos libremente, considerando que los cuerpos son instrumentos. Gracias al experimento, se dio cuenta que los sonidos raros y abstractos eran capaces de acentuar los sentimientos y experiencias de tánatos, por lo tanto, decidió incluir este tipo de ruidos en la video performance.

En el documento Word titulado “Proceso: posibilidades usadas, descartadas y por emplear”, que se mencionó en la primera parte de la sección III.3, la artista había apuntado las opciones auditivas ya descritas y otras alternativas que podría probar. Por ejemplo, incluyó que podía usar música libre de derechos de autor (por acuerdo del mismo músico), desde la página web Jamendo. Por lo tanto, probó ponerle una melodía descargada desde ahí a una secuencia de escenas que agrupó en MovieMaker, cuando estaba explorando con ese programa de edición para computadora. Gracias a ello, tomó consciencia de que la música es capaz de darle un sentido atmosférico agradable al video, que podría capturar mejor la atención del espectador.

Además, consideró que podría usar otros sonidos ya existentes, por ejemplo, los que había en FilmMaker (que es un programa de edición para celular que también estaba explorando). Al probar con eso, se percató que lo sonoro puede cambiar la percepción del video, inclinándola más hacia el sentimiento presente a nivel auditivo. Por ejemplo, al agregarle sonidos o melodías melancólicas a una performance que inicialmente percibía como neutra, esta se volvía triste para ella. Sin embargo, descartó el uso del material sonoro previamente existente, tanto en los programas de edición

como en Jamendo, porque prefería que su obra fuese original y que estuviese compuesta solo por el material experimental creado por ella.

En el documento Word referido, también anotó que podría crear sonidos con objetos presentes en la casa. Hizo esto en una de sus performances, donde usó elementos tales como una silla, una escalera tipo tijera y un sofá debajo de la lira. Sin embargo, en ese momento, la experiencia sonora que tuvo no le pareció particularmente interesante. Posteriormente, en una de sus asesorías por Zoom, se percibían sonidos abstractos producidos cuando sus familiares realizaban acciones como abrir las puertas. La artista, quien habitualmente editaba el video escuchando una melodía tranquila que la apoyaba a mantenerse enfocada, esta vez no estaba escuchando música, y se encontraba mostrando la video performance, aun sin sonido, a una de sus profesoras. Ella había dejado el micrófono de Zoom encendido, entonces ambas oyeron los ruidos que se daban en su hogar mientras se reproducía el video. Estos se escuchaban esporádicamente, acompañando algunas escenas, y guardaban coherencia con el lenguaje irreal de la obra. Con esto, ambas percibieron que los sonidos de este tipo serían útiles para la video performance. Por lo tanto, la artista decidió usar ruidos abstractos originados en el lugar de confinamiento, solo en algunos momentos del trabajo.

Adicionalmente, había apuntado que podría probar grabando pensamientos o frases que había registrado durante la cuarentena, contando su sentir y su búsqueda de resiliencia. Exploró esta idea en la etapa de edición de la video performance, donde usó la aplicación de celular “Grabadora de Voz”. Cubrió las ventanas de su cuarto con planchas de cartón corrugado y se puso debajo de una frazada para capturar su voz limpiamente. Luego importó las grabaciones que más le convencían al video, ubicándolas en la escena de “liberación” para intentar guardar coherencia con la búsqueda de resiliencia. Sin embargo, al probar con esto, se dio cuenta que el audio no se integraba armoniosamente. Uno de los motivos fue que no todos los sentimientos narrados se relacionaban estrechamente con las acciones del cuerpo, distrayendo la

atención de este. Asimismo, el lenguaje hablado chocaba con la visualidad abstracta de la pintura. Por lo tanto, la artista descartó el uso de la narración, prefiriendo usar sonidos abstractos para la obra. Antes de esto, ella también había escrito que podía probar con grabaciones de pájaros o sonidos de carros, que a veces se escuchaban al interior de su hogar, pues consideraba que contrastaban con la visualidad del encierro, pudiendo aportar al lenguaje irreal. Sin embargo, descartó esta idea al elegir la abstracción sonora.

Recapitulando, como resultado de estas exploraciones, la artista decidió usar sonidos extraños y abstractos originados en la casa, que acentuasen el lenguaje irreal de la video performance y los estados tanáticos presentes en ella. Determinó que estos solo existirían en algunos momentos, siendo acompañados por espacios de silencio, con el fin de variar la composición de la secuencia. Con ello, también guardaría coherencia con el carácter experimental del proyecto.

Para ello, en el programa donde estaba creando el video final (Premiere Pro 2020), jugó con una parte del audio de una toma de cara, que había sido grabado durante la performance con pinturas. Tenía algunos sonidos de las gotas de pintura cayendo del techo. También incluía un fuerte “ruido blanco”, que estuvo presente durante toda su duración y que había sido generado por los aparatos electrónicos en la casa. Según OriginalMusic (2019), un ruido de este tipo contiene la totalidad de las frecuencias y todas tienen la misma potencia, también es parecido a la onomatopeya “shh” o al sonido que hace un televisor sin señal.

La artista jugó con la velocidad del audio, que inicialmente se mostraba en el valor de 100%, aumentándola hasta llegar al máximo disponible, que era 999%. Con esto, sus sonidos se reproducían tan rápido que se asemejaban a sirenas de ambulancias, máquinas o robots, por ejemplo. Luego probó reduciéndola hasta llegar a lo mínimo permitido, que era 0.1%. Los valores bajos también lo distorsionaban bastante, generando vibraciones extrañas en los oídos al usar audífonos, y estas le transmitían “irrealidad”. Por lo tanto, decidió usarlo con poca velocidad para reflejar esa

experiencia, que aparecía en el séptimo segmento del video. Después cortó y seleccionó la porción que le parecía más adecuada para esa parte.

Luego le alteró el volumen meticulosamente. Para ello, le agregó puntos a la línea que representa el sonido en Premiere Pro 2020, y los movió en el espacio, generando un gráfico donde las marcas que estaban más arriba representaban el volumen más alto y viceversa. Utilizó los puntos para vincular los movimientos corporales y los sonidos de manera precisa, variando los volúmenes gradual o bruscamente, según le convenía más. Por ejemplo, en una toma de manos, gradualmente aumentó la intensidad sonora mientras las manos se elevaban, y la disminuyó rápidamente cuando estas bajaron velozmente. Al hacer esto el sonido se distorsionó de tal manera que parecía un ventarrón corto, que potenciaba lo tánico.

También utilizó los puntos que permitían editar el volumen para integrar los audios con las partes silenciosas adyacentes, comenzándolos en silencio y aumentándoles la intensidad conforme avanzaban, así como disminuyéndola cuando acababan.

Después, exploró todos los efectos de audio del programa y seleccionó aquellos que le podrían servir más. Sin embargo, encontró que la mayoría no distorsionaban significativamente los sonidos, entonces, no los utilizó mucho.

Aparte de esto, el programa le permitía superponer audios, ubicándolos en distintas pistas. Además, cada pista tenía su propio volumen general, que modificaba la totalidad de los sonidos presentes en ella. Por consiguiente, también jugó con esas opciones.

Para concluir con el segmento de “irrealidad”, la artista generó variantes de la versión inicial del audio de la toma de cara, cambiando las cualidades mencionadas (velocidades, volúmenes, superposición y efectos). Gracias a la edición sonora, sintió que esa parte se convirtió en uno de los momentos más intensos del video. Lo que le pareció apropiado, pues esa había sido una de las experiencias que más le habían impactado a causa de la pandemia.

Luego le colocó sonidos a la parte que encarnaba "incertidumbre", que aparecía después de la escena inicial, que dejó en silencio para generar extrañeza. Utilizó otras dos grabaciones de la performance con pinturas y seleccionó los fragmentos que solo tenían los sonidos ambientales, presentes cuando la melodía empleada en esa fase dejaba de sonar. Además, jugó con las cualidades mencionadas, por ejemplo, acompañando los movimientos corporales con diferentes volúmenes. Con los cambios realizados, se convirtió en otro de los momentos más fuertes de la secuencia.

Después, intervino las escenas correspondientes a "desilusión", que era el penúltimo segmento del video. Para esto, empleó un audio de una performance en la cual exploró con luces, efectuada durante la cuarentena. Contenía "ruido blanco" y lo editó de tal manera que guardase relación con el sentimiento.

En cuanto a los porcentajes de las velocidades, todas las grabaciones tuvieron bajas (entre 0,7% - 11%), para relacionar todo el proyecto a la sensación de irrealidad.

Al experimentar el trabajo sin audífonos, la artista se dio cuenta que la experiencia sonora no era igual que con ellos, pues el volumen disminuía y algunos cambios sutiles, pero significativos, pasaban desapercibidos. Por lo tanto, le pediría al público que experimente el proyecto usando audífonos.

Tras concluir con lo auditivo, la artista modificó los granulados de las tomas. Después, exportó una primera versión de la video performance, la cual estaba a aproximadamente el 92% de edición, para presentarla en su último examen final del curso de Taller de Proyecto Final Pintura 2.

En el examen, recibió buenos comentarios y recomendaciones para seguir mejorando el trabajo, como variar más sus intensidades. Por ello, elaboró una tabla para relacionar los elementos compositivos con las intensidades altas y bajas. Contenía que podía emplear bastante saturación, contraste entre luz y sombra, o entre colores, para hacer las escenas más potentes, y viceversa. Además, que la fuerza del contenido podría incrementarse usando bastante granulado o enfocando los fotogramas. Mientras que, podrían volverse menos intensos al suavizarlos.

Igualmente, incluyó que los efectos de transición más llamativos y complejos podrían aumentar la potencia del segmento intervenido, mientras que los más simples no necesariamente lo harían. Adicionalmente, incorporó que incrementar la celeridad o cambiarla bruscamente podría hacer que la representación sea más vehemente. En cambio, las velocidades lentas o moderadas podrían disminuir la fuerza.

Del mismo modo, anotó que los acercamientos y alejamientos rápidos le podrían servir para acentuar el sentimiento o experiencia, mientras que la ausencia de estos no lo haría. Asimismo, agregó que el sonido y los movimientos corporales, que ya había definido, también aportaban a variar las intensidades de la representación.



Posteriormente, inventó un “Guion sentimental y experiencial detallado”, que es el gráfico que aparece en la Figura 25, con el fin de representar las intensidades de los sentimientos y experiencias encarnados en el video, y poder observarlas de manera más concreta. Este relaciona el tiempo con tres niveles de potencia: baja, media y alta. Conforme reproducía el trabajo, la artista colocaba los puntos correspondientes a cada nivel, formando una línea compleja y representativa de la obra, según su manera de percibirla. En la parte superior, escribió el nombre de los sentimientos y experiencias que dividen la secuencia en segmentos. Además, sombreó aquellos que aparecían representados con menor fuerza. Gracias al gráfico, se percató de que la mayoría de los estados estaban expresados con la intensidad más alta. Por lo tanto, decidió disminuir la potencia de varios de ellos para que la composición sea más variada e interesante.

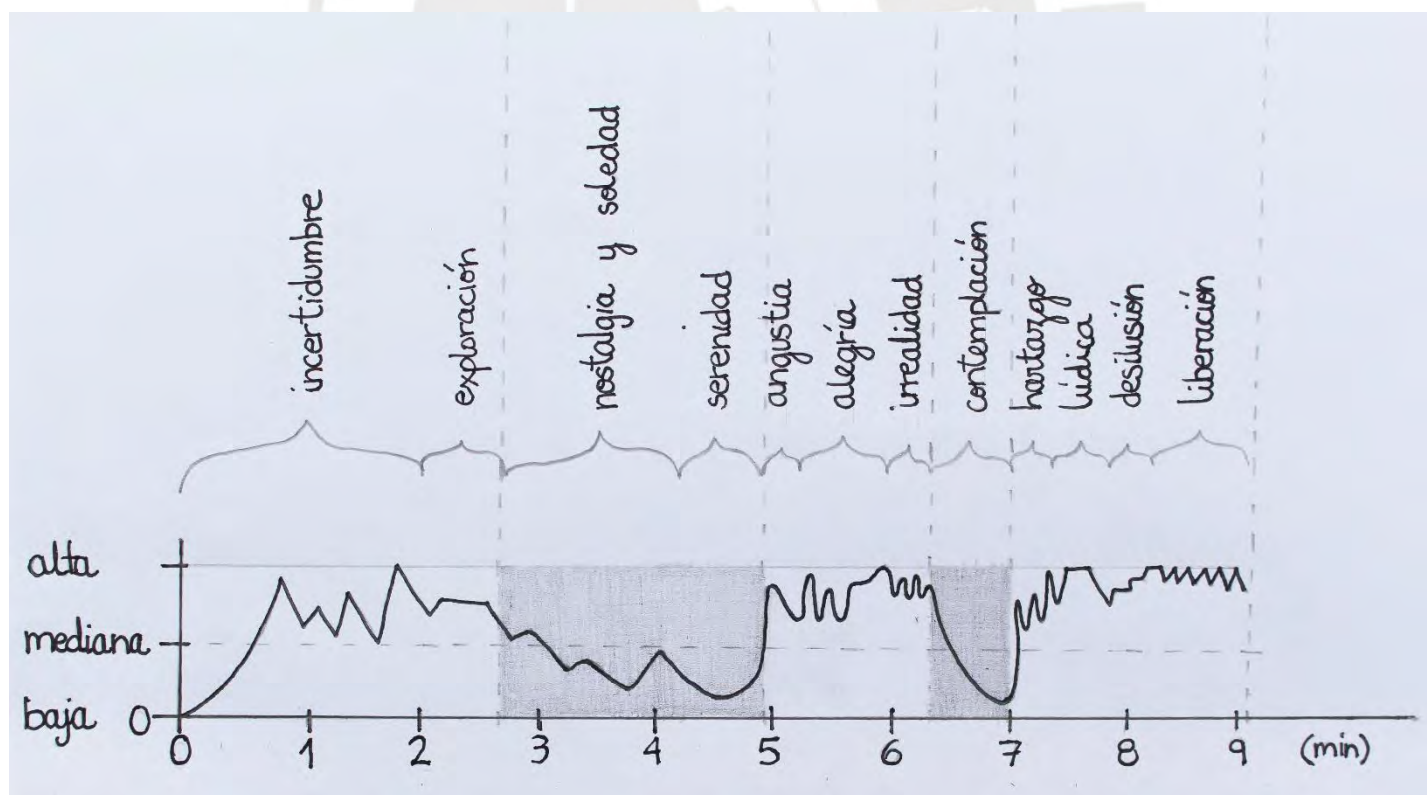
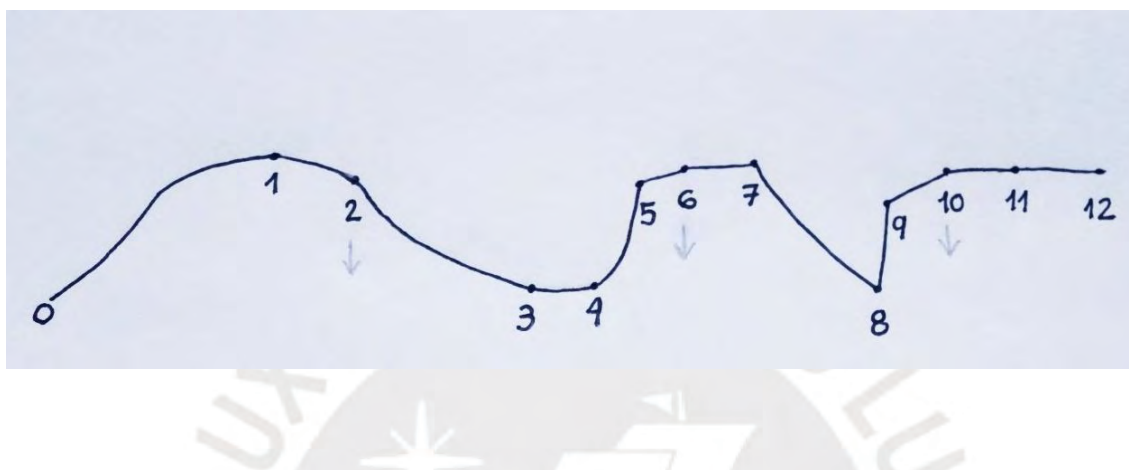


Figura 25:  
 “Guion sentimental y experiencial detallado” de la video performance a aproximadamente el 92% de edición,  
 2020, Paola Rossi, gráfico a lápiz y tinta sobre papel bond, 5184 x 2864px, Lima

Luego, elaboró una versión sintética del gráfico creado, que aparece a continuación, para jugar visualmente con la línea representativa del video y decidir qué partes modificar. En ella, los números significan los sentimientos y experiencias según el orden en el que aparecen en la obra.



**Figura 26:** "Guion sentimental y experiencial sintético" del video a aproximadamente el 92% de edición, 2020, Paola Rossi, gráfico en tinta sobre papel bond, 3628 x 1146px, Lima

Gracias a esta versión, percibió claramente que el proyecto tenía un ritmo monótono, por lo que optó por disminuir la fuerza de la segunda, sexta y décima parte de la secuencia, correspondientes a "exploración", "alegría" y "lúdico", que eran los únicos que aún no se distinguían entre sí a nivel de colores.

Gracias a los gráficos, también decidió que los momentos más álgidos serían cuatro en total: incertidumbre (que era el punto uno), irrealdad (que era el séptimo), hartazgo (que era el noveno) y liberación (que estaba al final).

Luego, la artista modificó los colores de los segmentos que aún no se diferenciaban en ese aspecto. Asimismo, disminuyó la potencia de esas partes, apoyándose en la tabla que había creado. Por ejemplo, reduciendo la saturación, el contraste y la velocidad de las tomas. También efectuó los cambios relacionando los segmentos intervenidos con las partes contiguas, buscando que haya una transición gradual entre sus grados de intensidad.



La siguiente versión sintética es el resultado de las modificaciones, donde se observa que la composición se volvió más variada que antes. Esta también muestra que, al editar los segmentos, la percepción de la artista sobre las partes contiguas también fue afectada. Por ejemplo, al disminuir la potencia de la décima sección, también percibió la undécima como menos intensa.

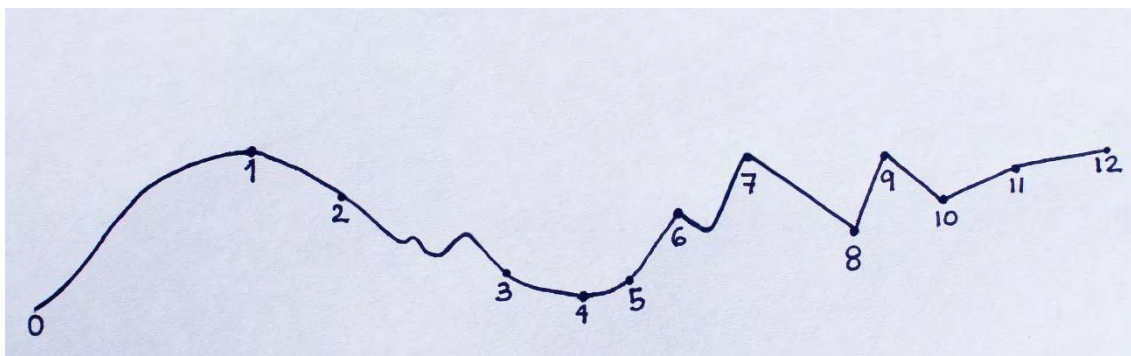


Figura 27:  
"Guion sentimental y experiencial sintético" del video a aproximadamente el 98% de edición, 2021, Paola Rossi,  
gráfico en tinta sobre papel bond, 3270 x 1020px, Lima

Conforme a S. Chávez y M. Torres, dos comunicadoras consultadas en el 2021, la artista halló su propia forma de elaborar un guion, que incorpora los gráficos que inventó. En una comunicación personal efectuada en ese año, S. Chávez expresó que los videos desarrollados en audiovisuales tienen una estructura sentimental inconsistente, y que, para incrementar la intensidad de cualquier parte de la obra, solo se utilizan los elementos de composición. Por consiguiente, el "Guion sentimental y experiencial detallado" y su versión sintética son innovaciones que podrían ser de utilidad para quienes realizan proyectos artísticos, tales como videos e incluso performances. Estos podrían ser útiles hasta en las primeras fases del proceso creativo.

Posteriormente, la artista se dedicó a modificar los últimos ajustes con relación al granulado, con el fin de enfatizar el cuerpo en ciertas escenas. Hizo esto suavizando algunas partes del fondo, mediante capas que animó según los movimientos del cuerpo.

Además, eliminó los detalles innecesarios que estaban en el fondo de algunas tomas, como un interruptor de luz. Paralelamente, revisó el video varias veces para ver cómo los cambios lo afectaban, hasta asegurarse de que funcione efectivamente como un todo. Para ello, en ocasiones se imaginaba que era una persona del público, intentando percibirlo de una nueva manera.

Una vez lograda la versión final, exportó el trabajo en la calidad de Quicktime y lo subió a YouTube. Seleccionó esta opción de exportación, pues al probar con otras buenas de tipo MP4, se percató que esas no lograban mantener con tanta exactitud la calidad del video cuando se subía a internet. Además, al preguntarle a la comunicadora M. Torres, y al ver tutoriales en YouTube sobre Premiere Pro 2020, se dio cuenta que Quicktime (que tiene archivos de tipo MOV) preserva mejor la calidad. Si bien el tiempo de exportación es mucho mayor y el peso del archivo incrementa bastante, esto era lo más adecuado para que el trabajo se vea de manera óptima.

Por lo tanto, como ya se mencionó en la “Descripción”, el resultado ha sido una video performance transdisciplinar compuesta por las exploraciones más relevantes que la artista ha realizado a lo largo del año 2020 en su casa o lugar de confinamiento. La obra se tituló “Altibajos” para evidenciar que encarna fluctuaciones emocionales, lo que lo hace más democrático o entendible para las demás personas. A continuación, se encuentran algunos de sus fotogramas.



**Figura 28:**

*Fotograma de la escena inicial, donde la artista experimentó con fuentes de luz encontradas en su casa durante la cuarentena, 2021, Paola Rossi, video performance híbrida, 0min 03s, Lima*



**Figura 29:**

*Fotograma de las escenas de "incertidumbre", 2021, Paola Rossi, video performance híbrida, 1min 05s, Lima*



**Figura 30:**

*Fotograma del segmento de "contemplación", la cual, vista en movimiento, es una de las dos tomas en el video donde sale la acción de dibujar en el espacio con la lira (la otra aparece en la figura 13), 2021, video performance híbrida, 6min 21s, Lima*



**Figura 31:**

*Fotograma de las escenas de "liberación", experimentada al liberar o aliviar lo tánico, 2021, Paola Rossi, video performance híbrida, 8min 41s, Lima*

### III.4. Difusión y Presentación

Debido al encierro y a la pandemia, la obra fue concebida para ser expuesta mediante internet. A lo largo del año 2020 y parte del 2021, la artista compartió sus avances principales mediante sus cuentas de Instagram y WhatsApp para conectar con sus amigos y familiares durante el confinamiento, así como para difundir su arte. Posteriormente, subió la video performance terminada a YouTube, y la presentó en la Exposición Anual y de Egresados de la Universidad, así como en sus cuentas de Instagram y Facebook.

Su cuenta artística de Instagram @pao\_rossi, donde compartió varios de sus avances principales, inicialmente estaba compuesto por aproximadamente 950 seguidores, de los cuales, según los datos mostrados el 21 de febrero del 2021, aproximadamente el 60% correspondía a sus amigos y familiares, quienes residen principalmente en el Perú. El resto del público eran personas que no conocía y pertenecían a países como Estados Unidos, Guatemala, Chile, España e Italia. La mayor parte del público tenía entre 18 y 44 años, mientras que un grupo minoritario tenía entre 45 y 64 años.<sup>28</sup> Las personas que no conocía habían llegado a su cuenta principalmente a través de los hashtags de distintas artes que utilizaba.

Para la artista, compartir sus avances durante la cuarentena no solo era una forma de difundir su arte, sino también de mantenerse conectada a sus seres queridos, quienes constituyeron una red de apoyo cuando los sentimientos depresivos quisieron volver a instaurarse. Al publicar los avances en Instagram, los compartió tanto en el “feed” como en la sección de “historias”. Las que están en el “feed” permanecen en el tiempo, a menos que la artista decida eliminarlas. En cambio, como las “historias” solo duran un día, posteriormente publicó las principales en la sección destinada a “historias destacadas”, que perduran hasta que ella decida modificarlas o eliminarlas. Al compartir

---

<sup>28</sup> Los grupos de edad eran: 25-34 años (57%), 35-44 años (18%) y 18-24 años (14.1%). Adicionalmente, el segmento de 45-54 años estaba compuesto por 7%, mientras que el de 55-64 era de 2.6%.

los avances, recibía “likes”, comentarios y reacciones positivas que la motivaban a seguir creando. Asimismo, estas a veces generaban conversaciones por el “DM” con sus amigas, a quienes no podía ver en físico por el distanciamiento social. En WhatsApp, el público estaba compuesto por familiares cercanos quienes residían en el extranjero, así como sus mejores amigas.

Como ya se señaló, la artista exportó el proyecto terminado a YouTube en la calidad de Quicktime. Para esto, se creó una cuenta en dicha plataforma e hizo una lista de reproducción titulada “Arte”. Ahí colocó el trabajo con el título de “Altibajos”, que salía junto a la obra. Además, como al momento de subir el video, YouTube pide que se le asigne una imagen de portada, la artista le puso la fotografía de la Figura 23, que consideraba llamativa para que capture la atención del público. Luego describió la obra, incluyendo indicaciones al público para que la experimenten de manera óptima.

Posteriormente, presentó el video colocado en YouTube, las imágenes procedimentales más relevantes y el texto descriptivo en las páginas web de la “82 Expo Egresados de Arte y Diseño - PUCP” y en la “82 Expo Anual de Arte y Diseño”. Durante las dos semanas previas a la exposición de egresados, publicó los fotogramas que consideró más llamativos en su cuenta de Instagram. Cuando abrió, puso el enlace de la exposición en esa red social y publicó un “feed” y una “historia” sobre ello. Adicionalmente, difundió su proyecto en su página personal y de arte de Facebook, realizando una publicación donde lo explicaba e incluía algunas de sus imágenes, así como el enlace donde aparecía en la exposición mencionada.

Aparte de estas formas de difusión, la artista ha considerado postular el trabajo a festivales de artes visuales y escénicas, y publicarlo en las páginas de arte de Facebook en las que está. Así, podría alcanzar a un público más amplio, tanto peruano como internacional.

A continuación, se presenta el resultado de la difusión realizada entre el 19 de febrero del 2021 hasta el 12 de marzo de ese año. Hasta la fecha mencionada, un total de 182 personas habían visto la video performance. La publicación de Facebook donde

la difundió recibió 106 “reacciones”, conformadas por 52 “me gusta”, 47 “me encanta” y 7 “me importa”. Asimismo, 26 personas realizaron comentarios donde la felicitaron e incluyeron palabras como: gran trabajo, espectacular, alucinante, original y creativo. En su cuenta de Instagram, la publicación donde la difundió recibió 53 “me gusta” y 4 comentarios de felicitaciones, donde una de las personas se sintió libre de expresar que el trabajo es “visualmente interesante y emocionalmente efectivo”.

Adicionalmente, mediante los chats personales, uno de sus familiares se sintió libre de decir que “efectivamente todos hemos tenido sentimientos encontrados durante la pandemia, lo que reflejas en el video”. Además, una de sus amigas voluntariamente le expresó que se sentía identificada con los sentimientos y los altibajos representados en la obra. Igualmente, otra de ellas le hizo saber que el video era “muy sensorial, entonces conectaba bastante con los sentimientos.”

Se realizó una segunda ronda de difusión del proyecto en la revista “Guía de Arte Lima” el 21 de julio de 2021, así como en las redes sociales de la artista ese día y un par de días después. Luego de lo cual, una espectadora voluntariamente le mencionó, mediante un chat personal, que: “Me siento totalmente identificada con tu tema (...) Yo también sentí que estábamos dentro de una película el segundo mes de la cuarentena pues no se podía ni salir a la esquina (...) pues no parecía real lo que vivíamos”.

Como se indicó en el capítulo I, el hecho de que los miembros del público se identifiquen con la obra significa que puede tener un efecto terapéutico en ellos. Pueden sentir que no son los únicos que vivieron la pandemia de la forma en que lo hicieron.

El siguiente enlace conduce a la video performance. Para experimentarla de manera óptima, por favor use audífonos, eleve el volumen al máximo y seleccione la calidad de configuración de 1080p: [https://youtu.be/\\_rxBaEN0tEg](https://youtu.be/_rxBaEN0tEg)

## Capítulo IV. Conclusiones

La presente video performance ha cumplido los dos objetivos que la artista se propuso. El primero es: “encarnar sentimientos y experiencias vivenciados por ella durante la cuarentena, mostrando altibajos”. Para lograrlo, creó archivos artísticos y escritos sobre lo que sintió durante el confinamiento. Asimismo, categorizó el contenido bajo los conceptos de “eros” y “tánatos”. Además, realizó una selección constante de lo que creó, desarrolló guiones que expresan los altibajos y editó meticulosamente el proyecto. Gracias a esa metodología, que ocurrió a lo largo de un año, y se explica con mayor detalle en el tercer capítulo, el proyecto cumplió el primer propósito.

La importancia de haber logrado esa finalidad es que, al hacerlo, ayudó a la artista a evitar una recaída permanente en la depresión. En otras palabras, su salud mental mejoró porque se basó principalmente en las artes para gestionar lo que sintió.

En cuanto al segundo objetivo, este es: “fusionar diferentes artes de una manera experimental o no convencional”. Esto se hace notorio al observar la obra, donde es claro que no es como los videos comunes o comerciales. También se evidencia mediante su descripción, que está presente en la sección III.1. de esta tesis, que expresa que su estética conecta con algunos elementos del cyberpunk, el gótico y el expresionismo, pero que, como conjunto no es igual a ellos. Es decir, la estética global de “Altibajos” es original y esto constituye una contribución principalmente artística.

Además, el video mezcla las diversas artes que contiene de una manera novedosa, lo que también es un aporte principalmente artístico. Tiene tomas con acciones innovadoras que combinan varios medios, como aquellas en las que la artista encontró sus propias formas de pintar y dibujar utilizando la lira circense. Estas escenas también incluyen elementos de otras disciplinas, como la danza y la fotografía. La sección III.3. de este documento desarrolla estas innovaciones.

Asimismo, la obra fue realizada con un guion experimental, que incluye gráficos inventados por la artista, los cuales han sido denominados “Guion sentimental y experiencial detallado” y “Guion sentimental y experiencial sintético”. Muestran las



intensidades de los estados presentes en el video y han sido útiles para observar la estructura del trabajo, analizarla y tomar decisiones que permitan enriquecer su composición. Son aportes artísticos y sociales, y podrían servirles a otras personas que elaboran proyectos como videos y performances. Estos inventos han sido desarrollados en la última parte de la sección III.3. de la presente tesis.

Gracias a la estética original de la obra transdisciplinar, a las tomas y acciones innovadoras que fusionan varias artes, a los gráficos experimentales que componen la estructura del video, así como al hecho de que la casa se transformó de una manera inédita con la adaptación de los medios a ella, “Altibajos” ha cumplido el segundo objetivo. La relevancia de haber logrado dicho propósito es que significa que es innovador y tiene aportes artísticos y sociales.

Además de esto, el proyecto conecta con lo que la población mundial ha sentido y experimentado durante la pandemia y las medidas de confinamiento del año 2020. Según las fuentes referidas en el primer capítulo, tales como Amerio et al. (2020), Sher (2020) y Sabater (2020), se evidencia que, debido a la pandemia y las medidas de encierro, la población en general ha tenido sentimientos y experiencias tanáticas, y los altibajos emocionales han sido comunes en los distintos grupos de edad. Igualmente, en la difusión de la obra, algunos de los espectadores voluntariamente le expresaron a la artista, que habían tenido sentimientos similares a los que encarnaba, lo cual se observa en la sección III.4. Esto es significativo, ya que cuando se identifican con el video, este puede tener un efecto terapéutico sobre ellos.

El hecho de que “Altibajos” conecte con lo que la población global ha sentido y experimentado también es importante porque se trata de un momento histórico, debido a que la COVID-19 se extendió mundialmente en ese año. Por consiguiente, se puede ver para tener una idea de cómo se sintió vivir la pandemia y las medidas de confinamiento durante ese año.

Del mismo modo, la video performance contiene registros artísticos de la cuarentena: dos performances con la lira (una con luces y otra donde se realizó la acción de dibujar), y nueve fotos (siete del cielo y dos de escritos) creados en esa época.

Por último, la investigación ejemplifica que diversas artes pueden ser empleadas como recursos terapéuticos o herramientas de resiliencia, lo cual es relevante para promover la creación artística y aumentar el bienestar personal y colectivo. Esto a su vez es especialmente significativo en este contexto de crisis, ya que las industrias culturales y la salud mental han sido bastante afectadas a escala mundial.



## Referencias

- Amerio, A., Aguglia, A., Parmigiani, B., Sher, L., Amore, M. y Serafini, G. (2020). The psychological impact of COVID-19 on the mental health in the general population. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(8), 531–537.  
<https://doi.org/10.1093/qjimed/hcaa201>
- Anguio, M.B., Pezzucchi, y Stivala, A. (2014). *Nociones elementales del color. Propiedades, desaturación y uso simbólico* [Archivo PDF].  
<http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/77857>
- Art21 (17 de abril de 2015). *Painting with color: Katharina Grosse*. Recuperado el 23 de agosto de 2021 de <https://art21.org/watch/extended-play/katharina-grosse-painting-with-color-short/>
- Blais-Rochette, C., Cénat, J., Dalexis, R., Goulet, M., Kokou-Kpolou, C., Labelle, P., Mukunzi, J., McIntee, S., y Noorishad, P. (2021). Prevalence of symptoms of depression, anxiety, insomnia, posttraumatic stress disorder, and psychological distress among populations affected by the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, 295(113599).  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113599>
- Bolaño, E. (25 de agosto de 2017). *El grito: El grito más famoso de la historia del arte*. Historia/Arte. <https://historia-arte.com/obras/el-grito>
- Canosa, J., López, E., Mundiñano, G. y Perak, M. (2019). La sublimación en las obras de Freud y Lacan. Hipótesis preliminares acerca de la relación entre sublimación y creación. *Anuario de Investigaciones*, XXVI, 225-232.  
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/3691/369163433023/html/index.html>
- Castillero, O. (30 de noviembre de 2019). *Eros: qué es la pulsión de vida según Sigmund Freud y el psicoanálisis*. Psicología y Mente.  
<https://psicologiaymente.com/psicologia/eros-pulsion-de-vida>

- Farey, L., y Hellstein, V. (2021). *Action Painting Movement Overview and Analysis*. The Art Story. <https://www.theartstory.org/movement/action-painting/>
- Fédération Mondiale du Cirque. (2018). *Board of Directors*. Recuperado el 11 de septiembre de 2021 de <http://www.circusfederation.org/about/membership/board-of-directors/>
- Florenciano, J. (s.f.). *Work in progress*. Recuperado el 26 de junio de 2021 de <https://www.juliaflorenciano.com/work-in-progress/>
- Geoffroy, C. y Oliveira, E. (11 de marzo de 2018). *Dancing in between: a portrait of Butoh with Tadashi Endo* [Archivo de video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=yIa-ZhPEByo&list=PLb5aOu8Wy3Jcu2o7YPmbCqVzIEVNE3tU5&index=2&t=54s>
- Hinshelwood, R. (1992). *Diccionario del pensamiento Kleiniano*. Amorrortu Editores.
- Itsliquid. (25 de julio de 2020). *Katharina Grosse. It wasn't us*. <https://www.itsliquid.com/katharina-grosse-it-wasnt-us.html>
- Llanos, M. (2020). Arte, creatividad y resiliencia: recursos frente a la pandemia. *Avances En Psicología*, 28(2), 191-204. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2020.v28n2.2248>
- Ministerio de Salud. (29 de junio de 2020). *Casos confirmados por Coronavirus Covid-19 ascienden a 282 365 en el Perú*. [Minsa: Casos confirmados por Coronavirus Covid-19 ascienden a 282 365 en el Perú \(Comunicado N° 152\) | Gobierno del Perú \(www.gob.pe\)](https://www.gob.pe/minsa-casos-confirmados-por-coronavirus-covid-19-ascienden-a-282-365-en-el-peru)
- Mosquera, S., (2012). Freud y Jung: sus teorías y discrepancias. *La Revista el Universo*. <http://www.larevista.ec/orientacion/orientacion/freud-y-jung-sus-teorias-y-discrepancias>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (17 de junio de 2021). *Disruption and Resilience: UNESCO reports reveal new data on impact of COVID-19 on culture.*

<https://en.unesco.org/news/disruption-and-resilience-unesco-reports-reveal-new-data-impact-covid-19-culture?fbclid=IwAR0MEP-AX7HOCWghhXbovuYsnEISQWHE6xPTabXtzLqlfXBm1YcfcACDy8s>

OriginalMusic. (15 de mayo de 2019). Ruido blanco: características y beneficios de este sonido terapéutico. <https://originalmusic.es/blog/ruido-blanco/>

Pighi, P. (22 de mayo de 2020). *Cuarentena en Perú: 5 factores que explican por qué las medidas de confinamiento no impiden que sea el segundo país de América Latina con más casos de covid-19.* BBC.

<https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-52748764>

Reich, S. (s.f.). *Three Tales: a documentary digital video opera.*

[https://www.stevereich.com/threetales\\_info.html](https://www.stevereich.com/threetales_info.html)

Sabater, V. (2020). Altibajos emocionales durante el confinamiento: algo normal. *La Mente es Maravillosa.* <https://lamenteesmaravillosa.com/altibajos-emocionales/>

Sher, L. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates. *QJM: An International Journal of Medicine*, 113(10), 707-712.

<https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa202>

Stambouljian, D. (5 de abril de 2019). *Depresión que preocupa.* Infobae.

<https://www.infobae.com/america/tendencias-america/2019/04/05/depresion-que-preocupa-esperan-que-en-2020-sea-la-primera-causa-de-discapacidad-a-nivel-mundial/>

Taylor, S. (2012). Butoh: a bibliography of Japanese avant-garde dance. *Collection Building*, 31(1), 15-18. <https://doi.org/10.1108/01604951211199137>

Tazé, E. (2020). *Breve Historia de la Escenografía Teatral* [Sesión de seminario virtual]. Seminario de Tema Libre 5 de la Pontificia Universidad Católica del Perú.

The Lancet. (2020). Mental Health: time to invest in quality, 369(10257).

[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)32110-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)32110-3)

Wolf, J. y Duncan, A. (2021). *Edvard Munch Artist Overview and Analysis*.

The Art Story. <https://www.theartstory.org/artist/munch-edvard/>

Wolf, J. (2021). *Harold Rosenberg Critic Overview and Analysis*.

The Art Story. <https://www.theartstory.org/critic/rosenberg-harold/>

Zayas, Z., Mendoza, M., Montiel, M., Novoa, M. y Solorzano, V. (29 y 30 de agosto de 2020). *Rompiendo Fronteras con el Arte* [Presentaciones y talleres virtuales].

Encuentro Latinoamericano de Arte Terapia de Arterapiaperu.

