



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS
CENTRO DE ARTES
COLEGIADO DOS CURSOS DE CINEMA**

MAYCOL PAIXÃO BASTOS

**DESAFIOS E POTENCIAIS DE PESSOAS COM TDAH NA
DIREÇÃO DE FOTOGRAFIA CINEMATOGRAFICA -
RELATO DE EXPERIÊNCIA A PARTIR DO FILME PEITO ABERTO, 2024**

Pelotas/RS
2024

MAYCOL PAIXÃO BASTOS

**DESAFIOS E POTENCIAIS DE PESSOAS COM TDAH
NA DIREÇÃO DE FOTOGRAFIA CINEMATOGRÁFICA -
RELATO DE EXPERIÊNCIA A PARTIR DO FILME PEITO ABERTO, 2024**

Artigo científico apresentado como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel em Cinema e Audiovisual no Centro de Artes da Universidade Federal de Pelotas.

Orientador: Prof. Dr. Ricardo Fernando Ferreira
Lessa Filho

Pelotas/RS
2024

MAYCOL PAIXÃO BASTOS

**DESAFIOS E POTENCIAIS DE PESSOAS COM TDAH
NA DIREÇÃO DE FOTOGRAFIA CINEMATOGRAFICA -
RELATO DE EXPERIÊNCIA A PARTIR DO FILME PEITO ABERTO, 2024**

Artigo científico apresentado como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel em Cinema e Audiovisual no Centro de Artes da Universidade Federal de Pelotas.

Banca Examinadora:

Prof. Dr. Ricardo Fernando Ferreira Lessa Filho
(UFPEL, orientador)

Prof. Dr. Roberto Ribeiro Miranda Cotta
(UFPEL)

Profa. Bela. Rebeca Franco Fonseca de
Freitas (UFPEL)

Resumo:

O presente artigo discute sobre como o Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) pode impactar nos processos de direção de fotografia no cinema. A análise encontra corpo a partir da reflexão do autor sobre seu papel como diretor de fotografia no filme *Peito Aberto* (2024), realizado em seu contexto universitário como Trabalho de Conclusão de Curso Prático. A partir das ideias, principalmente de Russel Barkley (2011), são propostas estratégias práticas para quem vivencia o transtorno possa desenvolver trabalhos mais proveitosos no campo do audiovisual, para além das dificuldades que venha ter por conta de sua neurodiversidade.

Palavras-chave: TDAH, Direção de Fotografia, Audiovisual, Neurodiversidade, Comportamento.

Abstract:

This article discusses how Attention Deficit and Hyperactivity Disorder (ADHD) can impact cinematography processes in cinema. The analysis is based on the author's reflection on their role as a director of photography in the film *Peito Aberto* (2024), created as part of their university coursework. Drawing from ideas primarily by Russell Barkley (2011), practical strategies are proposed for individuals with ADHD to enhance their work in the audiovisual field, besides the challenges related to their neurodiversity.

Keywords: ADHD, Cinematography, Audiovisual, Neurodiversity, Behaviour.

“É preciso imaginar Sísifo feliz”.

Albert Camus

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	8
1. ENTENDENDO O TRANSTORNO DO DÉFICIT DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE..	11
2. O PAPEL DA DIREÇÃO DE FOTOGRAFIA NOS PRODUTOS AUDIOVISUAIS E CINEMATOGRAFICOS.....	14
3. O PROCESSO DE DIREÇÃO DE FOTOGRAFIA NO FILME PEITO ABERTO.....	16
4. ESTRATÉGIAS PARA AUXÍLIO DE PESSOAS COM TDAH EM PRODUÇÕES AUDIOVISUAIS.....	19
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	23
BIBLIOGRAFIA.....	24

INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como tema os desafios e potenciais de pessoas com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) na direção de fotografia cinematográfica. O Cinema é uma arte colaborativa, e este fato sozinho já é capaz de gerar diversas complicações, ao serem levadas em consideração todas as relações necessárias para o desenvolvimento de um filme. Quando particularidades trazidas por neurodivergências são somadas a isso, a situação pode se tornar ainda mais desafiadora. Com o entendimento adequado, os relacionamentos podem fluir mais harmoniosamente, e o que antes gerava problemas, pode se tornar a força criativa para uma obra.

Com o grande compartilhamento de informações trazido pela internet, mais pessoas puderam descobrir do que se tratava o TDAH, se identificar com os sintomas, e consecutivamente receber um diagnóstico. Ter dificuldades para permanecer sentado, atrasos constantes para entregar demandas, interromper enquanto alguém está falando, são apenas alguns dos comportamentos aparentemente sem solução, que podem ser entendidos por uma nova ótica, a da neurodivergência, e a partir disso serem manejados para gerar menos problemas. Através de práticas de acessibilidade e inclusão, as pessoas que possuem o transtorno podem se sentir mais pertencentes aos espaços que convivem, e desempenhar melhor o seu trabalho.

Sem o devido apoio, pessoas neurodivergentes podem desenvolver sérias doenças mentais, como quadros avançados de depressão e ansiedade. Ao perceber estes indivíduos como dignos de viverem suas vidas em plenitude, nota-se que a sociedade carece de um maior entendimento das suas particularidades. No campo de criação do audiovisual, isso acontece da mesma forma. Fluxos de trabalho estagnados, equipes com desentendimentos frequentes, má delegação de tarefas e outras questões podem ser melhoradas, através do entendimento sobre os desdobramentos do TDAH.

Esta pesquisa é motivada pela experiência pessoal do autor, que por ter sido diagnosticado de forma tardia, enfrentou durante toda sua formação acadêmica problemas relacionados ao transtorno. A partir de uma abordagem fenomenológica, o TDAH será investigado como uma experiência vivida por indivíduos. O olhar empírico do autor sobre o assunto permitirá que a pesquisa seja conduzida com sensibilidade, e grande interesse em obter resultados proveitosos à comunidade que compartilha de suas dificuldades.

O processo de execução do filme *Peito Aberto*, projeto de TCC prático do autor, sofreu com algumas crises que, como principal expoente, tinham o despreparo dele mesmo, que era o diretor de fotografia, com o seu TDAH. Sendo a fotografia um dos pilares para realização de uma obra cinematográfica, todas as áreas do projeto foram também prejudicadas.

A pesquisa visa abordar uma área pouco explorada, na interseção entre Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e a direção de fotografia no cinema, levantando as seguintes perguntas: 1) Que práticas podem ser adotadas por pessoas com TDAH para melhorar sua experiência nas produções?; 2) Quais aparatos de acessibilidade já são adotados pelo meio cinematográfico para torná-lo inclusivo a neurodivergentes?; 3) Como neurotípicos podem contribuir para a manutenção do bem estar e produtividade de pessoas com TDAH nas produções audiovisuais?

Como objetivo geral, a pesquisa busca refletir sobre as particularidades que a presença do Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade trazem para o cenário da direção de fotografia cinematográfica. Também, propor estratégias e abordagens para pessoas com TDAH terem maior proveito do seu potencial em suas realizações audiovisuais.

Já como objetivos específicos, tem-se: 1) Identificar como a presença do TDAH pode impactar na condução da direção de fotografia; 2) Descrever as etapas envolvidas no processo de direção fotográfica; 3) Indicar estratégias possíveis para pessoas com TDAH contornarem as frustrações trazidas pelo transtorno nos seus processos criativos.

O livro “Fazendo Filmes” (1998) de Sydney Lumet será consultado como embasamento teórico desta pesquisa no que é referente a produção audiovisual. Nesta obra o autor compartilhou de suas diversas experiências envolvendo o trabalho em sets de filmagem e a equipe técnica envolvida. O trabalho de Russel Barkley, uma das maiores autoridades mundiais sobre TDAH, será consultado para o conteúdo referente a explicar de que se trata, e como lidar com o transtorno.

A Tribo TDAH, primeiro podcast em português do mundo sobre Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade do Brasil, será um canal valioso neste projeto. Com mais de 100 episódios de podcast gravados, sua criadora Thata Finotto já tratou sobre os mais diversos temas, e trata de sempre indicar as fontes das informações comunicadas, o que leva a Tribo a ser também um grande índice com pesquisas, autores e notícias científicas sobre o TDAH.

Sabendo-se que a presença do Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) gera desafios em todas as áreas da vida de pessoas que o possuem (BARKLEY e BENTON, 2011, p. 35), há de se esperar que sejam percebidos impactos negativos na vida dos indivíduos investigados durante a pesquisa. A desatenção, hiperatividade e impulsividade do TDAH podem gerar diversos problemas na produção audiovisual, como falta de foco para executar tarefas monótonas, atrasos em relação a cronogramas estabelecidos, desentendimentos na equipe causados pela desregulação emocional, entre outros.

Para além das adversidades, os TDAHs também possuem características que se destacam positivamente em comparação a neurotípicos, como sua criatividade, habilidade de relacionar referências de naturezas diversas, apontar para múltiplas soluções para um mesmo problema, ousadia para experimentar o novo, etc;

O TDAH pode criar dificuldades para os indivíduos em muitos contextos que exigem atenção concentrada e sustentada. [...] Por outro lado, a mesma distração e mente caótica podem dar às pessoas com TDAH uma vantagem quando se trata de pensamento criativo e original. (WHITE, 2019)

Tais potenciais podem ser bem aproveitados durante a criação audiovisual, desde que haja um esforço consciente e coletivo entre os envolvidos no projeto, levando em consideração as necessidades e condições trazidas pela neurodivergência

Técnicas de gerenciamento de tempo, questões emocionais e relacionamentos sociais específicos para o TDAH podem levar a uma melhor performance em suas produções cinematográficas. O tratamento adequado para o transtorno também será fundamental de estar sendo executado, tanto no que diz respeito à medicação, quanto ao acompanhamento psicológico. Através da soma de múltiplos esforços, será desenvolvido um caminho através do qual TDAHs poderão seguir para serem realizadores audiovisuais mais confiantes e bem sucedidos, conhecendo as suas particularidades, e cientes de qual abordagem fará mais sentido para o trabalho que irão desempenhar.

Esta pesquisa justifica-se ao ponto que beneficiará os produtores de audiovisual com TDAH: embora o transtorno esteja recebendo mais atenção nos últimos tempos, ainda não existem estudos direcionados especificamente a ajudar os profissionais desta categoria que o possuem.

O trabalho está estruturado em cinco seções: 1) Entendendo o transtorno do déficit de atenção com hiperatividade; 2) O papel da direção de fotografia nos produtos audiovisuais e cinematográficos; 3) O processo de direção de fotografia no filme *Peito*

Aberto; 4) Estratégias para auxílio de pessoas com TDAH em produções audiovisuais;
5) Considerações finais.

1. ENTENDENDO O TRANSTORNO DO DÉFICIT DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE

O Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) faz parte dos chamados transtornos do neurodesenvolvimento (American Psychiatric Association, 2014, p. 31). Suas características são a desatenção, hiperatividade e impulsividade, em níveis que afetam fortemente a vida de quem o possui, num ponto que o desenvolvimento tipicamente saudável é impossibilitado. Tendo o seu diagnóstico feito geralmente a partir dos 7 anos de idade, ele afeta a região cerebral do córtex pré-frontal, associado a memória de curto prazo, processos de tomada de decisões, planejamento e funções executivas. Dentre as responsabilidades desta região cerebral, encontram-se o controle de impulsos, gerenciamento de emoções, concentração da atenção, organização de informações complexas, memória de trabalho, dentre outras.

A desatenção manifesta-se comportamentalmente no TDAH como divagação em tarefas, falta de persistência, dificuldade de manter o foco e desorganização – e não constitui consequência de desafio ou falta de compreensão. [...] Nos adultos, a hiperatividade pode se manifestar como inquietude extrema ou esgotamento dos outros com sua atividade. A impulsividade refere-se a ações precipitadas que ocorrem no momento sem premeditação e com elevado potencial para dano à pessoa (p. ex., atravessar uma rua sem olhar). (American Psychiatric Association, 2014, p. 61)

É importante mencionar que estes três itens podem fazer parte da experiência de vida de qualquer um em dados momentos, mas para um TDAH é extremamente difícil modificar esses comportamentos, mesmo que exista uma grande força de vontade envolvida.

Indivíduos com TDAH apresentam uma configuração neuronal diferente de quem não o possui, o que faz com que esta região cerebral do córtex pré-frontal e as suas atividades relacionadas aconteçam de forma diferente de uma média esperada (CORTESE; CASTELLANOS, 2010). Sendo classificado como um transtorno, ele não possui uma cura, especificamente, entretanto, as suas questões relacionadas podem ser trabalhadas através de abordagens multidisciplinares, que envolvem tratamento medicamentoso e terapia comportamental (MANZINI, 2022). Sua ocorrência é a mais comum dentre os diagnósticos de transtornos em crianças, e seus sintomas e diagnósticos podem permanecer durante a fase adulta.

Mesmo que o TDAH possa estar presente na vida de pessoas de todos os gêneros, o seu diagnóstico é expressivamente menor em pessoas lidas como mulheres. Devido a preconceitos e vieses sociais, mulheres tem um sub-diagnóstico do transtorno, numa taxa que se aproxima de 2:1 em crianças e 1,6:1 em adultos, quando comparado ao diagnóstico de homens, segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, DSM-5 (American Psychiatric Association, 2014, p. 63). Ao gênero feminino são frequentemente feitas associações de comportamentos mais controlados, calmos e passivos. Isto leva meninas a mulheres a enfrentarem mais problemas para receber seu diagnóstico, e dar os devidos encaminhamentos que poderiam fazer ao se reconhecerem como neurodivergentes.

“Tal denominação é dada aos sujeitos da neurodiversidade, movimento social que se intensifica principalmente pelo aumento significativo de sujeitos diagnosticados com autismo e outros transtornos neurológicos” (RIES; LIMA; BIONDI, 2022).

Ries, Lima e Biondi, em sua pesquisa sobre a luta de mulheres neurodivergentes por reconhecimento, esclareceram o pensamento da socióloga australiana Judy Singer (1999) sobre neurodiversidade: “[...] é um termo que tenta salientar que uma “conexão neurológica” atípica não é uma doença a ser tratada e, se for possível, a ser curada. Trata-se de uma categoria de diferença humana que deve ser respeitada como outras diferenças (sexuais, raciais, entre outras).” Tal pensamento não tenta dizer que as pessoas com TDAH (e outros transtornos incluídos na neurodivergência) não possuem deficiências, mas lança a oportunidade de tentar entender suas queixas e características comuns, para a partir disso viabilizar a sua inclusão nos meios sociais.

Por conta das distinções em relação às pessoas neurotípicas, numa sociedade formatada pela neurotipicidade, os TDAHs sofrem grandes impactos causados pela presença do transtorno, e a estas questões estão associados frequentes quadros de depressão e ansiedade como comorbidades de quem o possui.

O TDAH está associado a desempenho escolar e sucesso acadêmico reduzidos, rejeição social e, nos adultos, a piores desempenho, sucesso e assiduidade no campo profissional e a maior probabilidade de desemprego, além de altos níveis de conflito interpessoal. (American Psychiatric Association, 2014, p. 63)

Russel Barkley, médico e professor pesquisador no Departamento de Psiquiatria da State University of New York Upstate Medical University, EUA, estudou profundamente o TDAH, e seu trabalho demonstrou que os sofrimentos causados pelo

transtorno se agrupam principalmente em três grupos: baixa inibição, baixo autocontrole, e problemas com funções executivas (BARKLEY e BENTON, 2011, p. 46). Como exemplos da baixa inibição estão a impaciência, e decisões impulsivas. Ao baixo autocontrole estão relacionadas às dificuldades de esperar para atingir determinada recompensa, tendência a fugir de trabalhos entediantes, não considerar as consequências que uma ação pode gerar. Aos problemas com funções executivas se relacionam a baixa noção do tempo, propensão à frustração e esquecimentos frequentes.

Para quem tem o transtorno, ainda que todas as etapas de uma atividade sejam conhecidas, e o prazo limite para ela esteja se aproximando, a “ignição” para iniciar pode simplesmente não acontecer. Muitas vezes motivadas por questões emocionais mal resolvidas, sobrecargas sensoriais, ou até mesmo sem causa aparente, crises de disfunção executiva podem levar os TDAHs a estados de inércia perante a suas responsabilidades, não sendo capazes de controlar a si mesmos para que façam algo. Com isso seus projetos frequentemente ficam inacabados, ou são entregues com atraso, porque somente quando uma “tragédia” já estava iminente, a injeção de adrenalina foi capaz de os colocar em movimento.

Esta dificuldade dos TDAHs está relacionada a problemas de gerenciamento de tempo experienciados por suas mentes, que Barkley vem a chamar de *time blindness*, ou “miopia temporal” (REEBYE apud BARKLEY, 2005, p. 326). Estipular com precisão quantas horas levará a execução de determinada tarefa pode ser um pesadelo, e frequentemente esse atrapalhamento com a organização de suas agendas faz com que seus dias se tornem caóticos e permeados de constantes “apagamentos de incêndios”, causados pelo despreparo prévio para eventos ou situações. Logo, os TDAHs também se encontram constantemente em processos de recomeços por suas quebras, que abalam sua auto-estima, e contribuem para afastamentos sociais.

A fim de que suas características do transtorno sejam menos percebidas socialmente, TDAHs e outros neurodivergentes praticam chamados “mascaramentos”, ou “camuflagens” (do inglês *masking*), que são comportamentos adotados de forma consciente ou não, onde os modos típicos de agir e falar são copiados. Ainda que isso possa parecer algo inofensivo num primeiro momento, o mascaramento dificulta a abordagem necessária para lidar com o TDAH, consome uma grande quantidade de energia em quem o está fazendo, e pode acentuar casos de ansiedade social, devido ao nível de autocontrole exigido para enfrentar até mesmo contatos sociais simples.

A comparação constante com neurotípicos apenas aumenta nos TDAHs a pressão para que seus sintomas sejam resolvidos, o que de nada adianta para quem já tem uma saúde mental fragilizada por diversos aspectos. Levar a neurodiversidade em conta ajudará a reconhecer os fatores que impactam na performance dos TDAHs no trabalho, o que pode ser um primeiro passo para encontrar alternativas para o desenvolvimento de projetos.

2. O PAPEL DA DIREÇÃO DE FOTOGRAFIA NOS PRODUTOS AUDIOVISUAIS E CINEMATOGRAFICOS

Quando o assunto é fazer filmes, a colaboração é fundamental. “Na indústria do audiovisual o processo de criação desenvolve-se de forma coletiva e segmentada, resultado da articulação de diversos profissionais, recursos tecnológicos e interesses corporativos” (ANAZ, 2018, p. 99). Com a modificação e evolução dos processos envolvidos no fazer cinematográfico, e a divisão do trabalho trazido pelo início dos movimentos industriais, a criação no cinema também foi afetada, e o método Hollywoodiano, em nome de um mercado cinematográfico mais ágil e produtivo, logo se tornaria o padrão.

Com a divisão dos encargos a serem feitos dentro de um filme através de grandes áreas, um cinema colaborativo e hierarquizado se forma. Em conjunto o filme é guiado para sua forma final, e neste processo, texturas são deixadas por cada uma dessas decisões tomadas.

Dentre as áreas e especializações surgidas, a direção de fotografia, muito baseada na disciplina homônima que funcionava enquanto uma arte independente, passa a ser também um dos pilares sobre os quais a produção de um filme se sustenta, junto da direção, direção de arte, direção de som e direção de produção.

O cineasta também controla as qualidades cinematográficas do plano - não apenas o que é filmado, mas também como é filmado. O fator “como” envolve três áreas de escolha: (1) os aspectos fotográficos do plano, (2) o enquadramento e (3) a duração do plano. (BOARDWELL e THOMPSON, 2013 p. 273)

Ideias que antes se sustentavam mantendo-se apenas no escopo literário, no cinema ganham uma pulsão para se tornarem algo mais. O roteiro de um filme, ainda que tenha um valor intrínseco, possui também em si um potencial latente para que aquelas palavras que estão ali contidas sejam transformadas em imagens e sons. Nas

páginas digitadas pelo roteirista, se encontram um filme virtual, existente apenas em seu próprio imaginário, e é com o trabalho de cada uma das “cabeças” de direção, que aquele universo é desdobrado no que posteriormente poderá ser assistido por olhos diversos.

Ao diretor de fotografia cabe o papel de, primeiramente, a partir do roteiro, realizar um trabalho chamado de decupagem (ou decupagem de fotografia, já que procedimentos parecidos são realizados também por outras áreas de criação), que consiste na leitura do roteiro, seguida pela indicação, parte a parte, de quais elementos da linguagem cinematográfica serão utilizados para transpor aquela história num formato observável. “O ponto central do diretor de fotografia é traduzir as emoções do guião¹ para a tela.” (COSTA, 2014, p. 690) Neste momento, direção fotográfica e direção se unem num diálogo cuja missão é pensar de que formas aquele filme contará suas mensagens.

Além do conceito que passa pela luz, existe outro que passa pela câmera e pelas lentes. Esse depende do fotógrafo e do diretor. Do acordo que existe entre os dois. E desse acordo nasce o enquadramento de um filme (MOURA, 1999, p. 265)

A partir destas escolhas a estética do filme começa a se delimitar. Os chamados planos e enquadramentos, definidos neste momento, desenham a forma do filme, e tais decisões têm grande força sobre como o seu conteúdo é recebido posteriormente pelo público.

Os elementos estéticos de uma obra de arte não existem previamente, como se fossem entidades desconectadas do tempo e do espaço. Sua observação deve atentar para as condições de produção, circulação e acesso, pois assim se apreende efetivamente a organização estética de qualquer material artístico. (SOUZA, 2012, p. 532)

¹ Em português europeu, roteiro.

3. O PROCESSO DE DIREÇÃO DE FOTOGRAFIA NO FILME PEITO ABERTO

Como requisito necessário para obtenção do certificado de graduação no curso de Cinema e Audiovisual na Universidade Federal de Pelotas é necessário a realização em grupo de um produto audiovisual, que será avaliado como Trabalho de Conclusão de Curso Prático. Em disciplinas voltadas para a realização deste produto, a partir da apresentação de algumas ideias no formato de *pitching*, os integrantes da turma realizam votações sobre quais projetos há maior interesse de que sejam realizados, e no fim disso são formados os grupos que irão realizar aquele filme escolhido. A partir deste formato de seleção, o filme *Peito Aberto* (que mudou de nome algumas vezes ao longo de seu processo de realização) teve a sua equipe de produção composta.

Jhae Ramos foi o criador do roteiro, e responsável também pela direção do filme; Pedro Duzzi e Thiago Lindemann foram diretores de produção; Arthur Gadêlha foi diretor de arte; Maycol Paixão foi diretor de fotografia; Bruno Feira foi diretor de som; Rayssa Fontoura foi diretora de finalização; Julia Pereira foi assistente de montagem.

Sua premissa principal era: um rapaz possui em seu peito uma marca que lhe dói, mas médico algum ao longo de sua vida foi capaz de explicar o por quê daquilo. Num voto de fé por uma possível resolução, este rapaz decide por tentar investigar sua marca através de um método de regressão a vidas passadas. Através disso, descobre que no passado, quando estava encarnado num corpo feminino, fora brutalmente assassinado com um golpe no peito. A partir disso, os integrantes do grupo passaram a discutir que rumos seriam tomados por aquela narrativa, e quais adaptações seriam interessantes para aquele roteiro.

O conceito de fotografia passou a ser esboçado a partir do desejo de seu diretor e roteirista, para que houvesse uma atmosfera onírica contrapondo imagens realistas, para representar o acesso à vida passada, e o presente, respectivamente.

Optou-se por uma alternância entre dois tons: um mais denso e sóbrio, visando com que o espectador compartilhe das angústias de Nery nas cenas que se passam no presente, e outro onírico e etéreo durante as viagens astrais, para que se conceda um valor poético ao processo de auto aceitação da personagem. (VILHENA et al. 2023)

Para as cenas do passado, um outro detalhe também estaria presente: os personagens do rapaz e da jovem (que foram posteriormente batizados de Nery e

Luiza) durante boa parte do filme deveriam ser representados como estando em planos existenciais distintos. Para tanto, um efeito de transparência e sobreposições deveria fazer parte da composição visual do filme nestes momentos, junto de iluminações difusas e vazamentos de luzes (*flares*) na lente.

Para expressar visualmente que Nery acessou o passado e que ele compartilha com Luiza a mesma alma, porém em épocas diferentes, seus corpos serão sobrepostos em imagens translúcidas sincronizadas. (VILHENA et al. 2023, p.9)

A principal referência desta estética de sobreposições foi um clipe da cantora Adele, de sua música *Send My Love (to Your New Lover)* (2016).

Figura 1 - Referência de clipe de Adele para Peito Aberto.



Fonte: Canal da cantora Adele no Youtube, 2016².

Em relação a enquadramentos, foi decidido que haveria preferência por planos mais fechados, que dessem enfoque às sensações vivenciadas por Nery. Ao longo do processo, por recomendações do professor e orientador do projeto, Roberto Cotta, percebeu-se a necessidade de maior inclusão de planos abertos, ou o filme iria transmitir sensações claustrofóbicas, além de não colaborar para a construção de espacialidade percebida por quem o assistisse. Uma iluminação que valorizasse as luzes ambientes foi escolhida para valorizar a identificação com o mundo real.

O maior desafio a ser solucionado pela direção de fotografia seriam as tais sobreposições das cenas do passado, a fim de gerar a atmosfera onírica desejada. Para tanto, ainda durante a pré-produção, a alternativa encontrada foi a de repetir as

² Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=fk4BbF7B29w>. Acesso em: 10 mar. 2024.

gravações de cada plano para cada personagem, e finalizar este material na pós-produção (VILHENA et al. 2023, p. 12). A fim de se obter melhores resultados, estes planos deveriam ser captados sempre utilizando de um tripé, e sem movimentações de câmera entre os planos captados, já que variações mínimas no enquadramento poderiam levar a mais complicações para a edição.

Estando todo o grupo a par das escolhas estéticas do filme, chega o momento das decupagens serem feitas. Um cronograma foi estipulado pela direção de produção, onde certos períodos foram estabelecidos para que o desenvolvimento do filme pudesse seguir um fluxo saudável de realização. Neste planejamento feito, um período de 7 semanas foi dado para a realização da decupagem de fotografia (de 27 de março a 15 de junho de 2023), uma semana, logo em seguida para a elaboração de um *Photoboard*, (16 a 25 de junho), e em paralelo (do dia 16 até o dia 21 de julho), seriam feitos testes de câmera nas locações. Foram boas estimativas de tempo, de certa forma, com períodos longos o suficiente para que os trabalhos equivalentes fossem cumpridos por todo o restante da equipe técnica do filme (decupagens de som, de arte, de produção, ensaios com elenco, etc.). Entretanto, o desenvolvimento da pré-produção da fotografia, especificamente, ficou estagnado.

O atraso para conclusão da decupagem de fotografia foi o primeiro problema onde foi possível notar os impactos do mau gerenciamento de tempo do diretor da área. Os avanços no documento aconteceram principalmente quando ele esteve acompanhado pelo diretor e diretor de produção em reuniões dedicadas a isso. Como haviam outras tarefas que demandavam também da atenção destes colegas, era de se esperar que o trabalho deveria acontecer quando ele estivesse sozinho, entretanto, suas dificuldades de concentração tornavam essa execução inviável senão acompanhado. No processo seguinte do qual também ficou encarregado, o *storyboard* do filme, a execução sequer chegou a acontecer. Mesmo após recorrentes adições de prazos, foi definido que o filme não poderia esperar mais para avançar, e as diárias se iniciaram sem este importante recurso para entendimento dos planos que seriam gravados. As visitas prévias às locações para testes de iluminação e enquadramentos também não aconteceram, devido a atrapalhamentos naquele período com outras demandas que ocupavam o tempo do diretor de fotografia na época.

Chegando no set para gravações, os impactos na equipe de não ter o *storyboard* em mãos foi percebido. As ordens do dia foram feitas baseando-se puramente nas indicações da decupagem de fotografia. A partir da chegada no set, o

primeiro passo era um rápido ensaio dos enquadramentos que deveriam ser feitos, a partir de indicações como “plano médio, *plongée*” e “plano geral, frontal” (incapazes de servir como um planejamento eficaz para uma direção de fotografia, que requer indicações específicas de posicionamento, elementos do cenário que fazem parte de cada plano, movimentos e equipamentos de iluminação). Configurações referentes às luzes também foram descobertas momentos antes de takes finais serem registrados. Pode-se imaginar o clima caótico instalado nas locações a partir disso. Tantas decisões feitas “no susto” realmente foram uma assombração para a equipe, principalmente para a direção de produção, que recalculava a rota das diárias diversas vezes enquanto as mesmas aconteciam.

Como os departamentos de um filme não atuam de forma isolada, a desorganização causada pelo storyboard faltante impactou em trabalhos redobrados para outros membros da equipe. Numa diária voltada para a gravação de cenas na varanda do quarto do personagem Nery, o não entendimento sobre quais partes do cenário iriam aparecer fizeram com que o diretor de arte produzisse mais do ambiente que era necessário. Não surpreendentemente, uma frustração foi gerada a partir disso, por conta dos esforços perdidos. Um outro caso, que acontecia com mais frequência, era o diretor de som se ver desorientado no set sobre que lugares poderia ocupar para gravar os áudios. O culpado deste problema seriam as plantas baixas inexistentes, já que precisavam do *storyboard* para serem criadas.

O constante clima de improviso no momento das gravações levou a equipe a consumir muito mais recursos psicológicos do que o ideal durante a realização do filme. Os esforços que poderiam estar dedicados a lapidar atuações, garantir a execução suave dos planos, e outras questões importantes, estavam frequentemente direcionados a conter algum dano da falta de planejamento, para que a diária pudesse chegar ao fim. Por sorte o entrosamento e cumplicidade entre os seus integrantes ainda foi capaz de sustentar a produção do filme. Assistentes de produção inclusive deixaram elogios sobre a forma tranquila com que a maioria das questões do set eram resolvidas. Mas, ainda que o produto final tenha agradado aos participantes, ainda há muitas aprendizagens a serem feitas com tantas falhas ocorridas.

4. ESTRATÉGIAS PARA AUXÍLIO DE PESSOAS COM TDAH EM PRODUÇÕES AUDIOVISUAIS

Dados os diversos desafios que são enfrentados pelas pessoas com TDAH para manter a administração de suas vidas em dia, algumas estratégias podem ser adotadas para que os prejuízos trazidos pelo transtorno sejam atenuados, e para seus trabalhos na direção de fotografia, ou outras áreas do audiovisual sejam executados da melhor forma possível.

Inicialmente, levando em consideração que o cinema é uma arte colaborativa, torna-se fundamental que toda a equipe do projeto esteja ciente da condição do integrante que possui TDAH, para que assim seja possível a todos atuar na prevenção de situações problema, e prestação de algum auxílio, quando for necessário. Isso inclui garantir que todos os membros tenham acesso às informações relevantes para a produção, e sejam ouvidos sobre a necessidade de quaisquer adaptações necessárias.

Durante a produção do filme *Peito Aberto*, algumas práticas foram adotadas no para ajudar o membro com TDAH a conseguir lidar com suas tarefas. Uma delas foi o acompanhamento presencial, junto do diretor e do diretor de produção, para diminuição das distrações ao longo dos processos. Tal técnica é chamada de *body doubling*, ou “dublê de corpo” em português, e é utilizada por pessoas autistas e com TDAH, numa forma de amenizar a própria hiperatividade e melhorar a sua motivação, a partir da companhia de um terceiro que esteja lhe acompanhando física ou virtualmente.

Também foi adotado pela equipe que o diretor de produção iria fazer ligações para o diretor de fotografia a fim de ajudá-lo com processos da própria rotina nos dias de gravação do filme. Além de ter diminuído os atrasos para as gravações, esta prática assegurava ao diretor de fotografia certa tranquilidade, por saber que teria suporte neste momento crítico do dia, e logo conseguiria desempenhar melhor a sua função.

A partir do que explica a psicologia ambiental, o ambiente é capaz de influenciar no comportamento de um indivíduo nele inserido. Quando um espaço tem estímulos de distração a um fácil alcance, a escolha por estes ao invés de um instrumento de trabalho, por exemplo, se torna muito óbvia. Não por falta de vontade, ou por falta de saber que realizar determinada tarefa é algo importante, mas porque para o cérebro será mais fácil se render a distração, do que realizar um grande esforço para se concentrar num trabalho que seria menos prazeroso. Portanto, torna-se necessário, pensando num contexto onde a presença do TDAH aumenta as tendências à perda do foco, eliminar do ambiente as distrações que possam levar alguém a não concluir seus

objetivos, bem como facilitar o acesso para as ferramentas que levem a pessoa de encontro a eles.

Evitar ou minimizar estímulos sensoriais excessivos, como ruídos altos, luzes fortes e bagunça visual, pode ajudar a diminuir a distração e a hiperatividade. Criar um ambiente tranquilo, com iluminação adequada e pouco barulho, pode favorecer a concentração. (COMO MELHORAR..., 2024)

Sabendo da dificuldade do TDAH para manter a ordem em seus ambientes, uma estratégia possível a ser adotada é iniciar as tarefas com uma organização rápida do local de trabalho, para iniciar aquele turno já com uma sensação de tarefa cumprida, que incentivar nas execuções seguintes, bem como auxiliar com a remoção das distrações antes de começar. Quando isso não for possível, e as distrações ali forem dominantes, buscar um outro local também pode ajudar a destravar a produtividade. O constante desejo por novidades do TDAH faz com que seja benéfico considerar um novo espaço para ser produtivo. Cafés, bibliotecas e espaços públicos podem proporcionar a atualização necessária nos pensamentos do TDAH para que tarefas repetitivas tornem-se mais interessantes e um estado de fluxo possa surgir. Explorar essa possibilidade com expedientes em grupo em algum lugar aconchegante, pode além de ser uma estratégia eficiente para realização, uma oportunidade de promover maior entrosamento entre os membros da equipe.

Para que o indivíduo com TDAH possa executar bem as suas tarefas, é importante que ele tenha uma quantidade de “espaço mental” para que as reflexões necessárias para cumprimento da atividade sejam desempenhadas. Com o constante fluxo de pensamentos característico do transtorno, estar num estado de calma para iniciar algo pode ser difícil, entretanto alguns procedimentos podem ajudar a lidar com isso. Um deles é fazer um chamado “despejo de informações”, que consiste em reservar uma pequena quantidade de tempo, que pode ser de aproximadamente 15 minutos, para transferir para uma folha, ou para algum meio digital, todas as ideias que estão ocupando sua mente naquele momento. Fazendo este exercício, torna-se possível observar o fluxo de pensamentos como um espectador, e neste movimento, como numa meditação, a agitação tende a diminuir. Passado o tempo necessário para colocar as ideias num outro plano, será mais fácil visualizar o que pode ser manejado naquele momento, e o que são preocupações e ideias para serem retomadas depois.

Sabendo-se que TDAHs possuem um prejuízo na memória de curto prazo, também chamada de “memória de trabalho” (BARKLEY e BENTON, p. 48, 2011), um sistema bem elaborado com checklist de todos os objetos necessários para uma

determinada produção, bem como a listagem de todos os processos envolvidos no mesmo, podem prevenir esquecimentos que levariam a grandes desastres posteriormente ao produto do grupo. Com a ajuda do produtor ou um assistente, realizar antecipadamente esta etapa buscando prever o que será necessário, ainda que não seja um movimento capaz de evitar todo e qualquer imprevisto, guiará a pessoa com TDAH durante seu ofício para que suas eventuais distrações não a atrapalhe tanto, e para que haja sempre um mapa a guiá-la para de onde havia parado.

Por conta de sua configuração neuronal diferente, o cérebro de pessoas com TDAH possui a característica de demandar mais energia do que cérebros típicos (WAGNER, ROHDE e TRENTINI, 2016). O chamado “Modelo Cognitivo Energético” propõe, de modo simplificado, que o processamento de informações depende de relações neurológicas, nas quais indivíduos com TDAH podem apresentar déficits, que implicam na alocação inadequada de energia para estes processos. Sendo assim, é comum notar em TDAHs o comportamento de estarem sempre “beliscando” algum alimento, sejam biscoitos, balas, ou pequenos lanches feitos ao longo do dia; seu corpo está em busca de uma nova fonte de carboidratos, para prover tal energia de processamento. Sets de filmagem de produções audiovisuais costumam ser longos, e frequentemente, a fim de se economizar gastos de produção, acabam se estendendo para além de 8 horas diárias. Durante este período de tempo, considerar para a produção snacks disponíveis a qualquer momento do set se torna valiosíssimo para manter bons níveis de produtividade para o criativo com TDAH envolvido. As pausas a cada algumas horas que funcionam para neurotípicos, podem não ser suficientes para quem possui o transtorno. Uma adaptação simples de produção como ter alguns docinhos para serem consumidos durante as gravações, dará ao TDAH “um gás” a mais, e certamente beneficia a todos pelo trabalho cumprido com mais disposição.

Junto deste alto consumo de carboidratos, o cérebro TDAH também acaba sendo mais afetado pela desidratação. Simon Thornton esclarece que “A regulação da sede é absolutamente necessária para o correto funcionamento do nosso meio interior e de todos os sistemas de controle que estão implicados.” (2010, 100 (1), 15-21, tradução nossa). Comumente durante os chamados períodos de hiperfoco, as pessoas com o transtorno acabam executando muito bem as tarefas com as quais estão engajadas, mas a custo de esquecerem outras funções básicas para o funcionamento de seus corpos, como beber água, comer ou ir ao banheiro (RUBIO, 2023). Assim,

durante sets de produção, contar com o auxílio de um aplicativo que envie lembretes sutis para seu usuário para que este possa manter a sua hidratação, pode ser uma prevenção simples para que após algumas horas de trabalho não surjam dores de cabeça aparentemente sem explicação, ou que um desânimo repentino se instale.

Assim como acontece com autistas, TDAHs também sofrem de uma certa hipersensibilidade sobre os ambientes nos quais estão inseridos. Temperaturas desagradáveis, ruídos em excesso e luzes muito chamativas podem ser a receita de uma catástrofe na mente de um TDAH, que por vezes, sem saber que possui essa hipersensibilidade, nem se dá conta de porque ficou sem disposição para fazer qualquer coisa de uma hora para outra. Priorizar roupas confortáveis, ambientes climatizados e incluir óculos de sol e proteções auriculares no material que será levado para o set são algumas das medidas que podem ser tomadas para lidar com estes estímulos táteis, de forma a evitar problemas de sobrecarga sensorial.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Realizar o filme *Peito Aberto* num contexto universitário com TDAH não foi uma tarefa simples. A escrita deste presente trabalho também passou por diversos entraves. Ainda assim, após cada um dos produtos se aproximar de sua versão final, foi possível reafirmar a tese de que pessoas com o transtorno possuem muito potencial em si, apenas precisam de adaptações no caminho para alcançá-lo.

Perceber as características de pessoas pertencentes à neurodiversidade é um passo importante para a sua inclusão plena nos meios sociais. Este trabalho se dedicou a analisar especificamente os impactos do TDAH no contexto da direção de fotografia cinematográfica, um nicho pequeno, quando são levadas em contas as tantas outras configurações possíveis entre neurodivergências e áreas de realização do cinema. Entretanto, mudanças de cenário exigem algum começo, então que este artigo tenha colaborado para produções cinematográficas mais inclusivas, e principalmente, para que pessoas com TDAH possam ter mais ferramentas para realizar as suas tantas ideias criativas.

Tornar esta pesquisa algo específico, num campo onde se abrem tantas lacunas foi um desafio, mas a partir desta, outros autores terão pontos de partida para novas investigações na área. Mesmo considerando apenas o espaço universitário, diversos filmes terão em suas equipes de produção outros alunos com TDAH, inclusive na

UFPEL. Estes poderão se valer de estratégias citadas aqui, para contornar suas questões, bem como descobrir outras tantas que ainda podem ser elencadas. A abordagem do TDAH pode ser feita a partir de múltiplas áreas do conhecimento. Neste texto algumas das abordagens foram através da psicologia, bem como algumas práticas de saúde. Novas perspectivas irão apontar para mais alternativas às pessoas com o transtorno, para encontrarem sua realização pessoal no cinema, ou fora dele.

A frase de Albert Camus incluída no epígrafe deste trabalho, “é preciso imaginar Sísifo feliz”, cabe de ser ressaltada aqui, como um caminho de reflexão pertinente aos desafios enfrentados por TDAHs em sua vida. Sísifo foi um Rei Corinto, personagem da mitologia grega, condenado pelos deuses a rolar uma pedra enorme montanha acima por toda a eternidade. Sua história foi usada diversas vezes para fazer menção ao absurdo da existência. Camus propõe uma perspectiva única, ao dizer que Sísifo deveria ser imaginado feliz. O TDAH, sendo um transtorno que acompanha o indivíduo por toda a vida, pode ser considerado de forma parecida, num exercício que não o resolve por completo, mas pode ajudar a dar sentido na caminhada.

BIBLIOGRAFIA

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ANAZ, Sílvio. **Processo criativo na indústria do audiovisual: do roteiro ao imaginário**. Galaxia (São Paulo, online), n. 38, mai-ago., 2018, p. 98-113.

BARKLEY, Russell A, BENTON, Christine M. **Vencendo o TDAH adulto** [recurso eletrônico]. Porto Alegre: Artmed, 2011.

BEATRIZ, A. **Mentes inquietas : TDAH : desatenção, hiperatividade e impulsividade**. Rio De Janeiro (Rj): Fontanar/Objetiva, 2009.

Bordwell, David, THOMPSON, Kristin. **A arte do cinema: Uma introdução**. Campinas/São Paulo: Editora Unicamp/Edusp, 2013, 768 p.

Como melhorar o ambiente para quem tem tdah? Psicoarquitetura, 2024.

Disponível em:

<https://psicoarquitetura.com.br/como-melhorar-o-ambiente-para-quem-tem-tdah>

Acesso em: 03 mar. 2024.

Como você pode tornar sua equipe de produção de filmes mais inclusiva para pessoas com deficiência? Produção Cinematográfica. LinkedIn, 2024. Disponível em:

<https://www.linkedin.com/advice/0/how-can-you-make-your-film-production-team-more-9x54f>.

CORTESE, Samuele; CASTELLANOS, Francisco Xavier. **TDAH e Neurociência**. Em: Tremblay RE, Boivin M, Peters RDeV, eds. Schachar R, ed. tema. Enciclopédia sobre o Desenvolvimento na Primeira Infância, 2010. Disponível em:

<https://www.encyclopedia-crianca.com/hiperatividade-e-deficit-de-atencao-tdah/segundo-especialistas/tdah-e-neurociencia>. Acesso em 9 de março de 2024.

COSTA, Antônio. **Direção de fotografia: A importância artística no cinema de ficção**. Lisboa, Portugal: Universidade Lusófona Humanidades e Tecnologias, 2014.

LUMET, Sidney. **Fazendo Filmes**. Rio de Janeiro: Editora Rocco, 1998.

MANNION, Katie. **Distracted and dehydrated: The link between ADHD and drinking enough water**. Inflow, 2023. Disponível em:

<https://www.getinflow.io/post/adhd-and-dehydration>. Acesso em 03 mar. 2024.

MANZINI, Isabelle. **TDAH em mulheres: preconceito dificulta diagnóstico**. Drauzio Varella, 2022. Disponível em:

<https://drauziovarella.uol.com.br/neurologia/tdah-em-mulheres-preconceito-dificulta-diagnostico/>. Acesso em 10 de mar. 2024.

MARTIN, Marcel. **A linguagem cinematográfica**. São Paulo, SP: Editora Brasiliense, 2003.

MARTINS, F. **Entre 5% e 8% da população mundial apresenta Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade.** Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/entre-5-e-8-da-populacao-mundial-apresenta-transtorno-de-deficit-de-atencao-com-hiperatividade>. Acesso em: 6 dez. 2023.

MARTINS, F. **Anualmente, mais de 700 mil pessoas cometem suicídio, segundo OMS.** Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/anualmente-mais-de-700-mil-pessoas-cometem-suicidio-segundo-oms>. Acesso em: 6 dez. 2023.

MASCELLI, Joseph V. **Os cinco Cs da cinematografia.** São Paulo: Summus, 2010.

MOURA, Edgar. **50 anos luz, câmera e ação.** São Paulo: Editora SENAC, 1999.

OLIVEIRA, Jhennifer. **Dá pra ser Roteirista com TDAH?** Andrea Yagui - Dicas de Roteiro, 2022. Disponível em: <https://andreayagui.com/roteirista-com-tdah/>. Acesso em 10 mar. 2024.

RABIGER, M.; MICK HURBIS-CHERRIER; MERCADO, G. **Directing : film techniques and aesthetics.** London ; New York: Routledge, 2020.

RIES, Igor Lucas; LIMA, Bany Narondy Cabral; BIONDI , Angie. **Conexiones, vulnerabilidades y la lucha de mujeres neurodivergentes por reconocimiento.** Razón y Palabra, [S. l.], v. 25, n. 112, p. 32–54, 2022. DOI: 10.26807/rp.v25i112.1813. Disponível em: <https://revistarazonypalabra.org/index.php/ryp/article/view/1813>. Acesso em: 10 mar. 2024.

RUBIO, Sydni. **5 ways your ADHD makes you neglect your basic human needs.** Inflow, 2023. <https://www.getinflow.io/post/adhd-hyperfocus-forgetful-affects-basic-human-needs>. Acesso em 03 mar. 2024.

REEBYE, Pratibha. **“Attention–Deficit Hyperactivity Disorder: A Handbook For Diagnosis And Treatment, Third Edition.”** Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry vol. 17,1 (2008): 31–33. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2247447/>. Acesso em: 10 mar. 2024

SOUZA, Gustavo. **Estética do improviso no cinema de periferia.** Revista FAMECOS: mídia, cultura e tecnologia, vol. 19, núm. 2, maio-agosto, 2012, pp. 530-542. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, Brasil. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4955/495551011013.pdf>. Acesso em: 09 mar. 2024.

TORRES OLIVEIRA, M. L. **Os impactos dos sintomas do TDAH no adulto .** Revena - Revista Brasileira de Ensino e Aprendizagem, [S. l.], v. 4, p. 26–46, 2022. Disponível em: <https://revena.emnuvens.com.br/revista/article/view/41>. Acesso em: 26 jul. 2023.

THORNTON, S. N. (2010). **Thirst and hydration: Physiology and consequences of dysfunction**. *Physiology & Behavior*, 100(1), 15-21. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2010.02.026>. Acesso em: 03 mar. 2024.

Tribo TDAH, 2023. Disponível em: <https://tribotdah.com.br>.

VILHENA, A. I. G. et al. **Peito Aberto**. 2023. 14 f. Projeto em Audiovisual I (Graduação em Cinema e Audiovisual). [S.l.]: Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2023. Não publicado.

VILLINES, Z. **What is body doubling for ADHD?** *Medical News Today*, 2023. Disponível em: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/body-doubling-adhd>. Acesso em: 21 ago. 2023

WAGNER, F., ROHDE, L. A. DE ., & TRENTINI, C. M.. (2016). **Neuropsicologia do Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade: Modelos Neuropsicológicos e Resultados de Estudos Empíricos**. *Psico-usf*, 21(3), 573–582. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-82712016210311>. Acesso em: 15 abr. 2024.

WHITE, Holly. **The Creativity of ADHD**. *Scientific American - Mind*. Vol. 30 No. 3 (May 2019). Disponível em: <https://www.scientificamerican.com/article/the-creativity-of-adhd>. Acesso em: 15 abr. 2024.