

República Bolivariana de Venezuela

Universidad Monteávila

Facultad de Ciencias de la Comunicación e Información

Escuela de Comunicación Social

Proyecto Final de Carrera

**CUESTA ARRIBA**

Producción de un cortometraje documental  
para optar al grado de Licenciado en Comunicación Social

VERÓNICA BADELL VIVAS

VERÓNICA MARÍA CONTRERAS JASIR

Profesor Coordinador

Marielena Ferrer

Caracas, Marzo de 2015

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

Quien suscribe *Marielena Ferrer*, profesora coordinadora del Proyecto Final de Carrera, *CUESTA ARRIBA / Cortometraje Documental*, elaborado por VERÓNICA BADELL VIVAS y VERÓNICA MARÍA CONTRERAS JASIR, considera que el mismo reúne los requisitos exigidos por la Universidad Monteávila, y tiene méritos suficientes como para ser sometido a la presentación y evaluación por parte del jurado examinador que sea designado.

En la ciudad de Caracas, a los 09 días del mes de marzo de 2015.

Marielena Ferrer

---

Tutor

*A LOS QUE AÚN NO SALEN DE SU ZONA DE CONFORT.*

## **AGRADECIMIENTOS**

Gracias a la comunidad de escaladores que nos prestaron todo su apoyo a lo largo y ancho de país. Gracias a nuestros amigos audiovisualistas por su ayuda y paciencia, a Malena por responder nuestras dudas sin importar la hora o el día y a nuestra familia por su comprensión y apoyo en este largo proceso.

## TABLA DE CONTENIDOS

RESUMEN.....	7
INTRODUCCIÓN.....	8
CAPÍTULO I : MARCO METODOLÓGICO	10
1.1. Planteamiento del problema.....	10
1.2. Objetivos.....	10
CAPÍTULO II : SUSTENTO TEÓRICO	11
2.1. Deportes Extremos.....	11
2.1.1. Deportes de Montaña.....	13
2.1.1.1. Escalada.....	13
2.1.1.1.1. Historia.....	15
2.1.1.1.2. Tabla de Dificultad.....	18
2.1.1.1.3 Tipos de escalada según medio donde se practica.....	21
2.1.1.1.4 Tipos de escalada según el equipo utilizado.....	22
2.1.1.1.4.1 Escalada Clásica.....	22
2.1.1.1.4.2 Escalada Deportiva.....	23
2.1.1.1.4.3 Escalada en Solitario.....	25
2.1.1.1.5 El Músculo Mental.....	25
2.1.1.1.6 Mujer en la Escalada.....	27

2.2. Cine	
Documental.....	28
2.2.1. Modalidades según Nichols.....	32
2.2.1.1. Documental Expositivo.....	33
2.2.1.2. Documental de Observación.....	33
2.2.1.3. Documental Reflexivo.....	33
2.2.1.4. Documental Interactivo.....	34
 CAPÍTULO III	 35
3. MANUAL DE PRODUCCIÓN.....	35
3.1. Pre Producción.....	35
3.1.1. Cronograma de producción.....	35
3.1.2. Sinopsis.....	36
3.1.3. Justificación estética.....	36
3.1.3.1. Corriente estética.....	37
3.1.3.2. Referencias Audiovisuales.....	38
3.1.3.3. Planteamiento narrativo.....	39
3.1.4. Descripción de personajes.....	40
3.1.5. Escaleta.....	47
3.1.6. Lista de tomas.....	52
3.2. Producción.....	55
3.2.1. Informe locaciones.....	55
3.2.2. Presupuestos.....	73
3.2.2.1 Presupuesto Estimado.....	73

3.2.2.2 Presupuestos Real.....	77
3.2.3. Plan de rodaje.....	83
3.2.4. Desglose de producción.....	85
3.3. Post Producción.....	92
3.3.1. Informe de Pietaje.....	92
3.3.2. Informe de Post Producción.....	103
3.3.3. Créditos.....	105
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	106
LISTA DE REFERENCIAS.....	108
GLOSARIO.....	111
ANEXOS.....	114

## RESUMEN

Practicar el deporte de la escalada en Venezuela puede que se torne cuesta arriba, especialmente con la situación actual del país y más aún siendo mujer. Son muchas las limitaciones y obstáculos que pueden surgir en el camino, la falta de apoyo por parte de las autoridades gubernamentales para ir a competencias, la inseguridad en los rocódromos, los prejuicios sociales y personales, el estrés de la vida cotidiana y el miedo a la hora de escalar una ruta.

El documental Cuesta Arriba muestra la visión de escaladores venezolanos en cuanto a la participación de la mujer en este deporte y de lo que la escalada representa para ellos mismos. A través de viajes y vivencias personales se muestra la esencia de la escalada, transmitiendo la adrenalina, hermandad y pasión que caracteriza al mundo de los escaladores.



## INTRODUCCIÓN

La práctica de deportes extremos requiere de mucha fuerza y resistencia, atributos que comúnmente son más relacionados con los hombres que con las mujeres; pareciera que aquello que se espera de la mujer en determinado contexto social no las relaciona con estas disciplinas. De igual forma, las propias mujeres tienen prejuicios sobre ellas mismas, los cuales las limitan a la hora de hacer deportes extremos como la escalada, ya que en la mayoría de los casos tienen un concepto equivocado de lo que se requiere para ser un buen escalador.

En Venezuela, los deportistas de disciplinas no olímpicas, como la escalada, reciben muy poco o en algunos casos, ningún tipo de apoyo de parte del estado y otras instituciones. Esto afecta el desarrollo de dicha práctica ya que los atletas se sienten desmotivados al no poder competir a nivel internacional.

De igual forma se ven enfrentados a obstáculos psicológicos que sólo ellos mismos pueden vencer para poder escalar. El miedo y el estrés son factores que pueden hacer que hasta el escalador con más fuerza y técnica quede desarmado a la hora de hacer una ruta. Es por esto, que por medio de la escalada no sólo se ejercita el cuerpo sino que también hay un crecimiento psicológico importante.

La escalada es una práctica muy ingrata ya que, para mantener el nivel, es necesario estar en constante entrenamiento; de lo contrario se puede bajar drásticamente el nivel de preparación en cuestión de semanas. Sin embargo, este aspecto del deporte hace que los escaladores se apeguen a una rutina y a un estilo de vida que los beneficia tanto en la propia disciplina como en su vida

cotidiana.

Puede que practicar este deporte a veces se torne cuesta arriba, especialmente en la situación actual del país y más aún siendo mujer. Sin embargo, el llegar a ser un escalador de alto nivel no depende del género, la fuerza o la fisionomía sino de la constancia y el tiempo que se le dedique al entrenamiento, así como del control psicológico que se logre para poder superar tanto la ruta como los propios miedos.

La necesidad de relatar desde el género documental y desde una experiencia absolutamente personal, un recorrido de escalada; es la motivación detrás de “Cuesta arriba”. Una aventura coral llena de testimonios y experiencias sumadas a través de un viaje de vida.

## **CAPÍTULO I : MARCO METODOLÓGICO**

### **1.1. Planteamiento del problema**

¿Cómo realizar un cortometraje documental acerca de la participación de la mujer en la práctica de la escalada en Venezuela?

### **1.2. Objetivos**

Objetivo general

Realizar de un cortometraje documental acerca de la participación de la mujer en la práctica de la escalada femenina en Venezuela.

Objetivos específicos

- Definir la escalada como práctica deportiva extrema.
- Identificar las características de la escalada.
- Describir la práctica del deporte de la escala en Venezuela.
- Explorar la participación de la mujer en la práctica de la escalada en Caracas.
- Diseñar la pre producción para un cortometraje documental.
- Ejecutar la producción para un cortometraje documental.
- Ejecutar la postproducción del cortometraje documental.

## CAPÍTULO II : SUSTENTO TEÓRICO

### 2.1 Deportes Extremos

Los deportes descritos como “alternativos, “extremos o ”deportes X”, aquellos que producen un estilo de vida en especial, han proliferado en los últimos años. Hoy en día los deportes extremos han sido utilizados en la industria publicitaria para mover masas. Los podemos ver en nuestra vida cotidiana adornando nuestras calles, decorando nuestros patios traseros, en estampas, cuadernos, loncheras y en canales de televisión como en “MTV”, “ESPN” y “The WorldWide Web”. Algunos deportes determinados como “deportes extremos” son el motocross, el surf, el kayaking y la escalada. (Rinehart R. & Sydnor, S., 2003)

La palabra “extremo” se puede identificar con publicidades hechas por bebidas energizantes, comportamiento de celebridades, carros, estilo de música, moda; pero también puede ser relacionado con una forma relativamente nueva de hacer deporte.

Kevin Brooker (citado por Rinehart, R., et al) caracteriza “lo extremo” como una combinación de un extraordinario logro individual con un disfrute personal inigualable”. Se trata según este autor de un estilo de deporte donde se destaca el individualismo. En contraste con deportes tradicionales como el fútbol, básquetbol y voleibol, los deportes extremos no tienden a realizarse en equipos, como ejemplos claros se puede destacar deportes como el skateboarding, in – line – skating y el luge.

Los deportes extremos tienden a tener un gran debate ético-moral con religiones como la judeo – cristianas e interpretaciones filosóficas de teología

oriental que amenazan la preservación de la vida (Rinehart, J. et al, 2003). Todos los deportes extremos producen emoción y buscan exponerse al peligro, esta exposición al peligro amenaza a la vida en sí del ser humano haciendo parecer a ésta sin importancia, cuando la preservación de la vida es fundamental para estas religiones porque representan un "regalo de Dios". Mounet (citado por Rinehart, 2003) expone el pensamiento: Los deportes extremos, eluden paradójicamente el peligro con la ilusión de libertad. Es por eso que este tipo de deportes se vuelven tan adictivos.

“La exposición al peligro en los Deportes Extremos es captada por el organismo como amenazante para la sobrevivencia, la sensación de estar al borde del peligro, la tensión, y hasta el miedo que las acompaña con todas sus manifestaciones físicas, como el aumento el ritmo cardíaco y la tensión muscular, en verdad estimulan el sistema nervioso, lo que para algunos es interpretado como **súper excitante**. Los deportistas extremos buscan el peligro, lo que se convierte en un reto donde el objetivo es quedarse y aguantar hasta el final, lo que le agrega a la experiencia la sensación de potencia, poder, valor.” - F. López (2011)

Éste interpreta en el último párrafo a la “adrenalina” como una hormona que produce el cuerpo humano al enfrentarse con el riesgo de peligro. Por otro lado el mismo autor prosigue, afirmando que en la mayoría de los casos la vida de quienes practican este tipo de deportes se pone en riesgo pero por efecto secundario. El ponerla en riesgo no es la meta de los deportes extremos sino una variante.

F. López afirma que cada vez más personas se unen a esta nueva modalidad de deportes ya que buscan superar miedos y ponerse nuevos retos que al final les dará en su vidas personales mayor seguridad y confianza para enfrentar miedos que son a veces obstáculos para avanzar para alcanzar sus metas. (2011)

### 2.1.1. Deportes de Montaña

En un medio con características climáticas y físicas como las que presentan las montañas se pueden practicar diversas modalidades deportivas. Estas actividades se realizan en forma de competición a nivel profesional como también se realizan en forma recreativa en donde puede haber un encuentro cercano con la naturaleza. Entre las actividades de montaña podemos encontrar deportes como el senderismo, el montañismo, el excursionismo, el cross country, el ciclismo de montaña y la escalada. (Salvador, A. 2014)

Los deportes realizados en montaña derivan del primer deporte llamado hoy en día como Montañismo, conocido antiguamente alpinismo. El montañismo es una actividad que tiene como fin llegar a la cumbre de montañas escarpadas por medio del ascenso. En un principio el término de alpinismo se le aplicaba sólo a aquellos que practicaban esta actividad en la cordillera de los Alpes.

Con el tiempo, estos comenzaron a practicar dicho deporte en montañas fuera de esta cordillera expandiendo el deporte y dejando en el olvido dicho término de alpinismo para ser reemplazado por el montañismo. Estos deportistas cada vez fueron más ambiciosos en su búsqueda de conquistar la cumbre de dichas montañas y para eso tuvieron que valerse de métodos técnicos especiales para poder lograr su ascenso. De dicha evolución fue que surgieron diferentes tipos de deportes de montaña incluyendo entre ellos a la escalada. (Deportes Extremos, 2007)

#### 2.1.1.1. Escalada

El deporte de la escalada es una práctica que se divide en dos grandes ámbitos: La forma clásica y la forma deportiva. La modalidad clásica consiste en

subir paredes de rocas o relieves naturales que se caracterizan por su verticalidad empleando medios de aseguramiento y poder ascender bien sea gracias a la agilidad del escalador o por medios artificiales si es necesario. Por otro lado la modalidad deportiva consiste en subir paredes que contienen vías equipadas con seguros previamente colocados fijos en la pared, para así garantizar la seguridad del escalador. Esta modalidad se enfoca en lograr exigirle al escalador la máxima dificultad de movimientos para obtener un mayor nivel, cosa que implica gran preparación previa. (Web Escalada.com)

En terrenos naturales constantemente se “abren” vías nuevas que marcan el camino de ascensión. El escalador, quien abre la vía, equipa el camino con los productos pertinentes para lograr así su propio seguro y poder terminar dicha vía. Al finalizarla otros escaladores han de superarla y es cuando la vía ha de ser próximamente “encadenada” asignándole así un nivel de dificultad. (ibidem.)

Así es el escalador de hoy en día: independiente y generalmente sin guía; para él la escalada es placer. Es un deporte donde se busca enfrentar y superar un desafío, no a un contrincante como en otros deportes como el fútbol, por ejemplo. (John Rander, 1999)

Es un juego que conoce pocas reglas aparte de aquella que empuja a encontrar una ruta hacia arriba sin medio de ayuda. No existen movimientos sujetos a una norma, el movimiento más descabellado a veces es necesario para culminar una ruta difícil ya que ningún lugar de escalada es idéntico a otro. Este deporte trata de versatilidad, de la búsqueda constante por medio de la creatividad de una fórmula efectiva para lograr solucionar un problema en la escalada. Es por esto que se puede decir que es un deporte tan adictivo. (T.Hepp, 2001)

“La idea de la escalada deportiva es salvar pasajes en las rocas por propio esfuerzo. Medios artificiales como cuerdas, mosquetones o anclajes solamente sirven para la seguridad.” Sin embargo, la recompensa está en el procedimiento del escalador en sí ya que muchas veces no se le da mayor importancia el cumplir una vía con mucha dificultad si no se disfrutó el camino recorrido. (Ibidem)

#### 2.1.1.1. Historia

Se afirma que la escalada en roca no se llegó a practicar como deporte hasta 1766. La expedición del alemán Antoine De ville al Mont Aiguille el 28 de junio de 1492, fue la primera ascensión registrada en el mundo. (Long, J., 1995)

Sin embargo, T. Hepp en 2001 apunta que para finales del siglo XIX por motivos de sociales y por aproximación ideológica, en el sudeste de Alemania, en Sajonia, al sur de la ciudad de Dresde, ésta disciplina ya se practicaba aunque no fuese reconocida, ni sus cumbres registradas.

Para los primeros montañeros de la historia, la cumbre era el objetivo definitivo y los glaciares y pendientes eran los caminos que les permitían ascender hacia esos lugares de altura. Con el paso del tiempo se desarrolló un interés por lograr este mismo objetivo de dominar cumbres pero por vías cada vez más difíciles y empinadas. Los montañeros al “hacer cumbre” en picos conocidos se vieron en la necesidad de aplicar ciertas técnicas de escalada en roca para poder acceder a nuevas montañas y poder así conocer nuevos destinos, descubriendo paredes y riscos que servían de entrenamiento para adquirir la fuerza y técnica necesaria para sus expediciones, siendo un excelente terreno de entrenamiento para dicho fin. (Ibidem)



Poco a poco la escalada dejó de ser un soporte para el alpinismo y se fue convirtiendo en un verdadero deporte. Cada vez estos montañistas se fueron exigiendo más en las variantes de vías verticales evidentes y fue así como este deporte se fue convirtiendo en una práctica cada vez más difícil. Según T. Hepp (2001) al principio se utilizaban incontables medios de ayuda para lograr tales ascensos de escalada pero al pasar el tiempo se fueron reduciendo estos materiales y las reglas deportivas empezaron a perfilarse. Se comienzan a clavar chapas o químicos en las rocas y se supera la ruta de escalada de aro en aro cada vez superando más la altura.

Se empiezan a formar las primeras escalas de dificultad del 1 al 3, se desarrollan los primeros calzados especiales para escalar con suela de cáñamo y finalmente para el 1920 ya existían códigos y reglas sobre este deporte.

Poco a poco se fueron definiendo el nivel de dificultad de las rutas o vías exploradas. Para 1920 se logra escalar la primera ruta con grado de dificultad 7. Para este entonces Fred Wiesner difunde esta idea de “escalada libre” desde Sajonia a los Estados Unidos y es aquí cuando el deporte de escalada empieza a volar con sus propias alas. Los Estados Unidos llevaron este deporte a un nivel mucho más alto. Ya no se descansaba en cada anclaje o aro logrado en una ruta o vía. Mientras mayor longitud se lograra en las rutas era mejor y tenía mayor reconocimiento, toda la longitud de la ruta debe a partir de este entonces ser escalada de forma libre, consiguiendo ya en 1960 dominar el 8vo grado o nivel de dificultad. Este primer ascenso se llevó a cabo en el valle de Yosemite. (Ibidem)

El autor afirma que para 1960 fueron aumentando las visitas a los Estados Unidos y al Río Elbe en Sajonia para escalar. Al hacerse conocido el deporte se empezó a desarrollar tanto en los viejos estados federales como en la región arenisca del Palatinado y en la Franconia de Suiza. Los escaladores en Palatinado adoptaron la costumbre de sus compañeros escaladores de

Sanojia, la escalada de aro en aro, mientras que en el Jura franco el escalador Kurt Albert inventó marcar las rutas que había logrado conquistar de forma libre con un punto rojo.

Esto permitió mayor competencia entre escaladores y se empezó a superar el grado de dificultad hasta entonces logrado: seis. Siguiendo el ejemplo de USA se abrían rutas cada vez más difíciles apareciendo el 8vo grado en 1977, el 9no grado en 1979, el 10mo grado en 1983, el 11vo grado menor en 1987 y el 11vo grado total en 1991. La escalada deportiva se desarrolló de tal manera que se convirtió en un deporte de alto rendimiento. (T. Hepp, 2001)

Los pioneros de la escalada deportiva se aventuraron a escalar nuevos lugares, en montañas reconocidas como las Torres de Peine en la Patagonia y el Karakorum del Himalaya, donde se desarrollan nuevos criterios a finales de los 80's. Para 1985 se celebra el primer campeonato internacional en Europa Occidental, ya en 1989 la escalada es incluida en el campeonato mundial. En 1991 el mundo tendría el primer campeonato mundial de escalada sobre muro artificial.(Ibidem) A partir de este primer campeonato se establecieron las categorías según el nivel de experiencia y de entrenamiento para todos los participantes que quisieran competir.

Es así como se divide la experticia de dicho deporte para las competencias entre:

**Promesas;** son aquellos jóvenes conformados entre los 7 y los 12 años de edad.

**Novicias;** son aquellas jóvenes mayores de 12 años que pueden hacer vías o rutas hasta de 5.11a de dificultad según la table estadounidense.

**Novicios;** son aquellos jóvenes mayores de 12 años que pueden hacer vías o rutas hasta de 5.11b de dificultad según la tabla estadounidense, **avanzadas;** son aquellas jóvenes mayores de 12 años que pueden hacer rutas o vías hasta de dificultad de 5.11.b.

**Avanzados;** son aquellos jóvenes mayores de 12 años que pueden hacer rutas o vías hasta de dificultad de 5.12.c.

**Expertos damas;** son aquellas jóvenes mayores de 12 años que pueden hacer rutas o vías de dificultad de 5.11.d o más.

**Expertos varones;** son aquellas jóvenes mayores de 12 años que pueden hacer rutas o vías de dificultad de 5.12.c o más,

El proceso de asentar el deporte de la escalada duró según John Long más de un siglo y se convirtió en lo que actualmente se define como escalada deportiva, realizada en muros artificiales con el fin de mejorar el entrenamiento y garantizar el uso correcto del equipo pertinente para la seguridad del escalador. Es así cómo con el tiempo se fueron realizando diferentes modalidades de escalada y se empezaron a utilizar nuevas invenciones como el arnés y el “grigri”<sup>1</sup> para facilitar los ascensos.

---

<sup>1</sup> El asegurador con frenado asistido grigri está diseñado para facilitar las maniobras de aseguramiento. El grigri funciona tanto para el aseguramiento del primero de cordada como en polea. (Petzel, 1995 – 2015)

#### 2.1.1.1.2. Tabla de Dificultad

Existen herramientas que ayudan a calificar el rendimiento del deportista dentro de la escalada.

“De forma semejante que en la gimnasia, en la cual se determina la dificultad de un ejercicio comparándolo con otros, se comparan y valoran las exigencias de una ruta de escalada con las de otras rutas” - (Hepp, 2001: pág. 34 - 35)

Se tiene por costumbre que el primer escalador que “encadena” una ruta es aquél que tiene el derecho de valorizarla con una calificación de la Tabla de Dificultad y de ponerle un nombre a la misma. Para abrir una ruta éste debe sobre un terreno natural marcar la vía de ascensión preparándolo con productos especiales y asegurándola.

Una vez hecho este trabajo el escalador debe superarla en “*Rot Punkt*”, que significa que debe abrir la ruta asegurándose en los equipos previamente puestos a medida de que va ascendiendo. Al terminar la ruta es cuando ésta queda “encadenada”. Esta valorización se da gracias a la combinación de varios factores: la inclinación de la pared, la forma y el tamaño de las presas o agarres, la distancia entre cada pieza, el número total de movimientos y los puntos de reposo.

Existen varias tablas de dificultad de escalada en el mundo, entre ellas la australiana, la alemana, la francesa y la estadounidense. Sin embargo las más utilizadas son las últimas dos. A continuación se presentará la Tabla de dificultad de estos últimos dos países y de la UIAA que es la Federación Internacional de Montañismo y Escalada.

<b>UIAA</b>	<b>Graduación francesa</b>	<b>Graduación Estadounidense</b> "Yosemite Decimal System" (YDS)
<b>6-</b>	5a	5.8
<b>6</b>	5b	5.9
<b>6+</b>	5c	5.10a
	6a	5.10b
7-		5.10c
7	6b	5.10d
7+		5.11a
	6c	5.11b
8-		5.11c
8	7a	5.11d
8+		5.12a
	7b	5.12b
9-		5.12c
9	7c	5.12d
9+		5.13a
	8a	5.13b
10-		5.13c
10	8b	5.13d
10+		5.14a
	8c	5.14b
11-		5.14c
11	9a	5.14d
		5.15

(Rockclimbingforlife.com, 2010)

#### 2.1.1.1.3 Tipos de escalada según medio donde se practica

El deporte de escalada se puede practicar en diferentes lugares. Es una actividad libre donde lo única premisa a considerar es hacer el ejercicio de subir la roca sin ayuda de equipos, restringidamente utilizados para la protección del deportista.

La página de web [guiafitness.com](http://guiafitness.com) afirma que los tipos de escalada según los diferentes medios ambientales que se pueden encontrar son:

##### **Escalada en interior**

Es el tipo de escalada hecho en lugares llamados como “recórdromos”. Estos lugares son considerados para los escaladores como su gimnasio ya que en él pueden ascender paredes artificiales con cuerdas y entrenar sus músculos para próximas expediciones. Son lugares normalmente techados para que el entrenamiento no se vea obstaculizado por cambios climatológicos como la nieve o la lluvia.

##### **Escalada en Roca**

Es la actividad de escalada realizada al aire libre en donde se busca atravesar formaciones rocosas naturales como en altas montañas, por ejemplo, con el fin de llegar a un punto definido o a la cumbre de ésta. Es necesario para hacer esta actividad tener presente las técnicas de escalada apropiadas y usar el equipo especializado para lograr un ascenso seguro.

## **Escalada en Hielo**

Consiste en ascender picos nevados marcados por su inclinación y por la dureza. Recorren todo tipo de nieve, desde la blanda hasta llegar al hielo duro. Por la dificultad y el peligro de esta modalidad se considera que ésta sólo debe ser experimentada por los escaladores con más experiencia. Estos requieren de equipos como piolets y crampones para poder lograr los ascensos.

## **Escalada en Psicobloc**

Esta modalidad consiste en escalar sobre paredes con una inclinación mayor de los noventa grados para asegurar una caída limpia al agua. Este tipo de escalada no cuenta con un aseguramiento técnico de cuerdas o de compañeros que protejan al escalador al caer. La altura de dichos ascensos suelen ser entre los diez y los veinte metros de alto.

### 2.1.1.1.4 Tipos de escalada según el equipo utilizado

#### 2.1.1.1.4.1 Escalada Clásica

La escalada clásica, según la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada, consiste en ascender paredes de roca, montañas escarpadas y otros relieves naturales que son caracterizados por su verticalidad. En este estilo de escalada se utilizan medios de seguridad recuperables en casi toda su totalidad y es admitida la progresión de dichos ascensos con la ayuda de medios artificiales.

Dentro de la escalada clásica podemos encontrar el “clean – climbing” que es un estilo de escalada deportiva pero con materiales de escalada clásica. Se considera una disciplina de la escalada deportiva ya que no es admitida la progresión de los deportistas con la ayuda de equipos. Consiste en ascender en lugares donde hay escasos y deficientes sistemas de seguridad, exigiéndole al escalador que coloque sus propios seguros.

Esto trae como consecuencia un alto sentido de responsabilidad consigo mismo. Los medios utilizados para asegurarse y poder ascender son retirados al superar los tramos escalados y así no tener que dejar “huellas”, es por eso que esta modalidad es llamada como “clean – climbing”.

#### 2.1.1.1.4.2 Escalada Deportiva

En esta modalidad se suben paredes que están provistas de rutas o vías equipadas con seguros fijos previamente colocados para garantizar la seguridad del deportista. Sin embargo, no es permitido el ascenso del escalador con medios artificiales, lo único que tiene de ayuda para poder progresar es el relieve natural de la roca, también llamado como “*rot punkt*”. Si el escalador cae es protegido por equipos especiales para evitar que impacte en el piso. (FEDME, 2014)

La escalada deportiva busca exigir la máxima dificultad de movimientos. Es por esto que el deportista que se dedique a este tipo de escalada debe tener una intensa preparación previa. T. Hepp (2001) en su libro “Escalada Deportiva” afirma que dentro de esta modalidad existen diferentes disciplinas, formas de juegos, aunque respetan la regla principal – escalar sin medios de ayuda – varían las formas en cómo deben ascender y la formulación de las metas. Entre las disciplinas de escalada deportiva podemos encontrar:



1. Boulder: El bloque de roca o “boulder” es un estilo de escalada deportiva que se practica sin aseguramiento pero a baja altura. Se busca ascender tramos cortos con la intención de ejercitar la resistencia y la fuerza con el fin de supercar obstáculos.
2. Escalada de Dificultad: Se trata de subir una ruta en “rotpunk” para lograr “encadenarla”. Ésta es conocida y practicada por el escalador. Su meta es subirla sin descansar en los aros de aseguramiento, sin caerse y sin utilizar medios para lograr su ascenso”. Si el escalador practica en la ruta los puntos difíciles y los logra se puede considerar que hizo “boulders” dentro de esta ruta.
3. Escalada a Vista: Esta modalidad trata de escalar una ruta a la primera, sin haberla practicado antes. Esta modalidad determina el rendimiento neto del escalador y su nivel en los grados de dificultad. Esta modalidad también es conocida como una ascensión “on-sight”. La meta en este estilo de escalada no es supercar una ruta difícil sino hacer varias rutas *on-sight* para determinar el nivel de dificultad en el que el deportista se encuentra y a partir de ahí supercar sus estándares.
4. Escalada Deportiva Alpina: Consiste en ascender varios “largos”, varias rutas una sobre otra, para llegar a cumbre o a un punto muy alto de la montaña. Para este estilo de escalada se necesita tener resistencia y gran capacidad de “escalada a vista”.

5. Escalada de Velocidad: Esta modalidad se utiliza normalmente en competiciones de escalada. Es cuando el deportista en “*top rope*” sube una ruta dada por un jurado y como meta debe lograr ascenderla lo más rápido posible. Al igual que en la modalidad de escalada de dificultad, no es permitida ninguna ayuda artificial para lograr una mayor la progresión. (FEDME, 2014: pág. 32)

#### 2.1.1.1.4.3 Escalada en Solitario

La escalada en solitario, también llamada como “*free- solo climbing*” renuncia completamente a cualquier tipo de aseguramiento. Muy pocos escaladores tienen la disposición y practican este estilo de escalada deportiva. Como condición necesaria se necesita un alto dominio de la ruta que se va a escalar y un alto dominio mental ya que al hacer esta actividad se asume este deporte de la manera más extrema. No sólo depende de la capacidad o resistencia de quien lo practica sino de factores externos que pueden provocar consecuencias irremediables como por ejemplo roturas de rocas, caídas de piedras e incluso cambios climáticos.

#### 2.1.1.1.5 El Músculo Mental

La escalada es un deporte que implica riesgos. Y esto naturalmente significa que el deportista experimenta sensaciones muy comunes que impiden muchas veces su avance para llegar a ser mejor. El factor “miedo” lo tiene presente cada vez que se le presenta un desafío.

John Rander pone sobre la mesa el hecho que el escalador siente normalmente sentimientos encontrados que lo alejan y lo acercan a sus metas. Él afirma que el deportista al hacer esta actividad se ve en una encrucijada entre sus capacidades, el miedo a caer y la emoción a lograr el éxito. (1999: pág. 135) El miedo a la caída es sólo un impulso para avanzar ese “extra” que falta para lograr conseguir una meta, culminar una ruta, ya que esto forma parte del juego de la escalada.

La sensación al terminar una ruta proporciona gran placer. Dan Hague ratifica que existen varios procesos para enfrentar este tipo de miedos, un método práctico es conocido como “desensibilización”, donde se busca que el deportista poco a poco vaya adaptándose a aquél miedo que quiere afrontar, aumentando cada vez más la gravedad de éste. "El miedo a la caída puede privarte de tu potencial", sostiene. (2006, pág. 169)

El juego psicológico en este tipo de deportes es excelente para lograr la liberación de barreras mentales que normalmente las personas se ponen, aquellas que impiden lograr sus metas, sea haciendo un deporte arriesgado como la escalada, como también en su vida personal. Este tipo de situaciones enseñan a sus practicantes a enfrentar problemas de la vida cotidiana de una manera distinta, ayuda en la toma de decisiones, en obtener valor para lograr hacer algo que temen, valorar la vida, etcétera. (John Long, 1995: pág. 67)

“El miedo es una señal de alarma muy necesaria”, reitera T. Hepp en el 2001 afirma que todo aquél que practica este deporte debería estar feliz por poseer este indicador. Este sentimiento se justifica en un ambiente donde uno se siente en riesgo. Es por eso que aconseja que al hacer este tipo de actividad se debe lograr la máxima concentración en movimientos, teniendo siempre la posibilidad de retroceder al punto de partida.

Es necesario aprender a sobreponerse sobre el miedo y anular su influencia obstructora cuando no es necesario, teniendo un buen seguro, compañeros que lo animen, un buen conocimiento de la técnica y seguridad en sí mismo.

Como es necesario que el deportista entrene su cuerpo para mantener un buen nivel físico y poder responder a las exigencias de dicho deporte, la mente también debe ser entrenada en la escalada para no caer en frustración.

#### 2.1.1.1.6 Mujer en la Escalada

Davis, entrenadora estadounidense, afirma que es cierto el hecho de que cuando la mujer se inicia en la escalada puede parecerle frustrante debido a la gran fuerza que se debe tener para avanzar en este deporte rápidamente, esta frustración se puede presentar especialmente en los gimnasios de escalada. Por un lado es cierto que las mujeres por naturaleza crean menos masa muscular superior en el cuerpo que los hombres pero también se debe aclarar que la relación “resistencia-peso” es realmente lo que importa a la larga en la escalada como disciplina. (2010)

Cuando un hombre empieza a adentrarse en este deporte, normalmente por naturaleza tiene una gran cantidad de fuerza que lo ayuda a superar rutas que exigen un nivel físico avanzado. Sin embargo, suelen descuidar la técnica o la importancia del “Centro de movimiento” o “*Movement Centering*”, que es según Dan Hague (2010) “la capacidad de colocar enfoque físico, emocional y cognitivo de los puntos clave en el cuerpo con el fin de ayudar en la ejecución del movimiento.”

Los escaladores con gran fuerza superior en el cuerpo suelen hacer gran esfuerzo físico descuidando los pasos anteriores, lo que provocará que se

estanquen relativamente rápido iniciándose en el deporte; porque la escalada es un deporte que involucra más aspectos que sólo la fuerza. Al contrario del hombre, la mujer no tiene más remedio que trabajar la técnica, la posición de pies y su centro de movimiento para lograr una mejor progresión gracias a su falta de fuerza natural. Al principio no verán resultados instantáneos, pero el desarrollo de las habilidades más importantes para dicho deporte se darán desde un principio y en el futuro dará mejores resultados. (Davis, S., 2010)

“(…) la técnica por sí sola no es suficiente para ser un fuerte escalador. Por suerte para las mujeres, la fuerza es mucho más sencilla de desarrollar que una buena técnica.” – (Getstrong, M., 2013)

## **2.2. Cine Documental**

“El documental como concepto o práctica no ocupa un territorio fijo. No moviliza un inventario finito de técnicas, no aborda un número establecido de temas y no adopta una taxonomía conocida en detalle de formas, estilos o modalidades” (Nichols, 1997: p. 42). Es justamente esta ambigüedad sobre su definición lo que ha abierto un gran debate entre autores sobre el género documental.

Desde los comienzos del cine se puede observar la inclinación documentalista de las primeras obras. Como por ejemplo *L' Arrivé d'un Train á la Ciotat* (1895) donde los hermanos Lumière realizan una película de un minuto de duración en donde se muestra la llegada de un tren. Esta misma inclinación por retratar la cotidianidad se refleja en *La sortie des usines Lumière* (1895), su muy famosa, Salida de la fábrica.

Para algunos autores, en dichas obras de los Lumière: “la objetividad y la imparcialidad es total y clara” (Deltell, 2006: p. 188), sin embargo esta es una afirmación que se puede debatir ya que se sabe que los hermanos dieron múltiples indicaciones a los personajes, desde hacia dónde dirigirse e inclusive cómo ir vestidos ese día. Así mismo, no se podría hablar de una objetividad e imparcialidad total ya que el simple hecho de haber escogido un encuadre específico, ya hace que la subjetividad del director esté interviniendo en la pieza, así como la elección de la hora de grabación y sobre todo, qué parte de la realidad no mostrar.

Según Flaherty, las características esenciales que distinguen al documental de cualquier otra clase de fines son “Una hábil selección, una cuidadosa mezcla de luz y de sombra, de situaciones dramáticas y cómicas, con una gradual progresión de la acción de un extremo a otro”. Por lo tanto las obras de los hermanos Lumière no se podrían llamar documentales ya que son tomas que duran pocos segundos y no llegan a contar una historia. Es decir, no tienen la riqueza narrativa necesaria para considerarlos documentales en toda su dimensión.

Estas características se pueden ver plasmadas, por primera vez en la historia en *Nanook of the North* (USA, 1922), documental realizado por el mismo Flaherty quien investigó durante años sobre pueblos primitivos. Éste, quien es reconocido mundialmente como el padre del documental, vivió durante meses con una tribu de esquimales. Comenzó grabando tomas de manera aleatoria pero luego se dio cuenta de que debía hacer una especie de guión previo en el que seleccionó quién sería su protagonista, cuál sería la familia principal a la que grabaría e inclusive, como afirma el documentalista Sergio Monsalve, incluso le cambia el nombre al esquimal de Allakariallak a Nanook.

Por lo tanto, según César Cortés, Nanook el esquimal nace como una pretensión antropológica pero luego cambia debido a las circunstancias de

producción del mismo. Ésto que le ocurrió a Flaherty es justamente lo que pasa en el mundo de la producción de documentales; que por más fiel que se quiera ser a la realidad, es inevitable la selección de variables como los personajes a entrevistar, el tema, las preguntas a realizar, las locaciones o la forma en la que se post producen las mismas.

A esto es a lo que el filosofo David de los Reyes se refiere cuando dice “siempre que hay una recreación, no se puede obviar de que la realidad que propone el cine es una realidad cinematográfica... realidad virtual que genera múltiples reacciones por parte de un público, por parte de una audiencia en función del género, de la temática, de la institucionalidad de la cinta o de la obra como tal; pues tiene su propia condición de realidad”.

A raíz del éxito que tuvo Flaherty con la publicación de *Nanook*, se generó una ola de documentales en locaciones exóticas y basados en la vida de buenos salvajes con obras como *La Croisière Noire* (1925) de Léon Poirier, *Grass* (1926) de Meriam C. Cooper y Ernest Schoedsack y *Simba* (1928) de Martin y Osa Johnson (Díaz, 2008).

A finales de los años 20, Flaherty da paso al documental social, cuyo género se prestó muchas veces para propaganda política, en especial a finales de los años 30 con la llegada de la Segunda Guerra Mundial; dichos documentales durante la Guerra alcanzaron una gran calidad gracias al aporte de figuras como Leni Riefenstahl (Díaz, 2008).

Mientras que algunos vanguardistas utilizaron el cine para explorar las posibilidades de crear un lenguaje propio y autónomo, lo que daría como resultado el “cine experimental”, otros, sin renunciar a la experimentación y con la clara intención de profundizar en las posibilidades expresivas del nuevo medio cinematográfico, optaron por el “realismo” (entendido como plasmación

de la realidad cotidiana), dando origen a lo que el historiador Georges Sadoul denominó “la tercera vanguardia. (Díaz, 2008, p. 13)

A principios de los años 40 luego de la entrada de EE.UU a la Segunda Guerra Mundial, los estudios de Hollywood se concentran en la producción de propaganda bélica, poniendo a disposición desde sus actores hasta sus equipos y maquinaria. Así mismo algunos de los mejores directores como Frank Capra, John Ford y William Wyler, son reclutados por las fuerzas armadas para dirigir documentales como, por ejemplo, *Why we fight* (Díaz, 2008).

Las décadas de los 50 y 60 son muy importantes para la historia del género documental ya que en estas comenzó la utilización de cámaras y equipos de sonidos sincronizados y portátiles que sustituyeron a la cámara de 35 mm. y a los equipos de sonido estáticos. Estos avances impulsaron a la creación de los movimientos más influyentes en la historia del cine contemporáneo tales como el *Cinema Verité* francés, el *Free Cinema* británico, el *Candy Eye canadiense* y el *Direct Cinema norteamericano* (Ídem).

Por otra parte, la televisión también fue una invención esencial para la transmisión de documentales. De esta forma se consiguió abarcar temas específicos y transmitirlos a una audiencia masiva ayudando así a la concientización sobre problemáticas específicas o ayudando a desarrollar ciertos ámbitos de la sociedad.

Por ejemplo, el doctor José Caldera Serrano (2005) afirma que “no se entiende el desarrollo del deporte actual si no es por medio de las grandes retransmisiones televisivas, donde millones y millones de espectadores hacen posible alcanzar la aldea global sintiéndose todos de la misma tribu: la tribu deportiva” (p. 1).

La documentación de deportes, en especial de deportes extremos no sólo requiere de mucha creatividad y capacidad de improvisación, sino que



también amerita de equipos especiales como lentes de largo alcance o tele objetivos, *steadycams*, cámaras de video contra agua; entre otros accesorios que varían dependiendo de la naturaleza del deporte que se busca grabar (acuático, terrestre, aéreo).

Es por esto que la creación de nuevos equipos como la cámara *GoPro* , han sido un aporte muy valioso para el mundo de los documentales; especialmente de aquellos que usan la técnica de cámara subjetiva o que se graban en condiciones extremas y en ubicaciones casi imposibles, en las que una cámara de 35 mm. no soportaría, tal y como es el caso de los deportes extremos.

#### 2.2.1. Modalidades según Nichols

La realización de documentales es una práctica que no siempre se da bajo las mismas circunstancias. Siempre surgen situaciones frente a las cuales hay que formular estrategias para abordar y exponer los temas de la mejor manera posible.

Bill Nichols propone “cuatro modalidades de representación como patrones organizativos dominantes en torno a los que se estructuran la mayoría de los textos: expositiva, de observación, interactiva y reflexiva” (Nichols, 1997: p. 65). Éstas agrupan diferentes perspectivas o enfoques característicos de la representación de la realidad en el género documental.

#### 2.2.1.1. Documental Expositivo

El documental expositivo “se dirige al espectador directamente, con intertítulos o voces que exponen una argumentación acerca del mundo histórico” (Nichols, 1997; p. 68).

En dicha modalidad se puede recurrir a las entrevistas, pero, según Nichols (1997) éstas suelen quedar subordinadas a una argumentación ofrecida por la propia película, a menudo a través de una invisible «voz omnisciente» o de una voz de autoridad proveniente de la cámara que habla en nombre del texto (p. 70).

#### 2.2.1.2. Documental de Observación

El documental de observación cede “el control más que cualquier otra modalidad, a los sucesos que se desarrollan delante de la cámara... el comentario en *voice-over*, la música ajena a la escena observada, los intertítulos, las reconstrucciones e incluso las entrevistas quedan completamente descartados” (Nichols, 1997; p. 72).

Dicha modalidad se puede relacionar con el cine directo o el *cinema vérité* ya que *tardan de mostrar lo que está sucediendo lo más fielmente posible para poder dar la impresión de temporalidad auténtica.*

#### 2.2.1.3. Documental Reflexivo

En el documental reflexivo, en vez mostrar al realizador o a los entrevistados de manera interactiva hablando acerca del mundo histórico, se aborda el metacomentario; es decir, cómo se habla acerca del mundo histórico (Nichols, 1997).

#### 2.2.1.4. Documental Interactivo

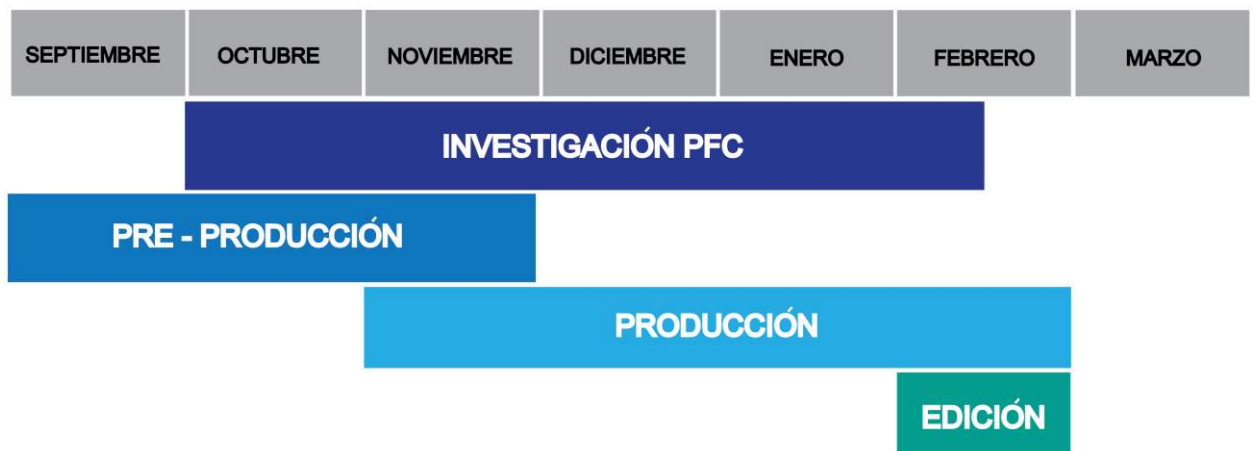
En el documental interactivo el realizador puede intervenir o interactuar en la pieza. Así mismo, se “hace hincapié en las imágenes de testimonio o intercambio verbal y en las imágenes de demostración... la autoridad textual se desplaza hacia los actores sociales reclutados: sus comentarios y respuestas ofrecen una parte esencial de la argumentación de la película” (Nichols, 1997; p. 79).

Según Nichols (1997), esta modalidad genera una sensación de parcialidad, de presencia *situada* y de conocimiento *local* que se deriva del encuentro real entre el realizador y otro (p.79)

## CAPÍTULO III : MANUAL DE PRODUCCIÓN

### 3.1. Pre Producción

#### 3.1.1. Cronograma de Producción



### 3.1.2. Sinopsis

Corto documental que explora el deporte de la escalada desde una perspectiva femenina. Un retrato de mujeres en busca de superación, física y mental. Escaladoras cuya competencia más importante son ellas mismas, un extraño rasgo individualista que termina vinculando a muchos en un viaje que parece ser de uno solo. “Cuesta arriba”. La típica frase que se usa para expresar dificultad en cualquier circunstancia, es también una posibilidad, es la promesa de llegar.

### 3.1.3. Justificación estética

Los deportes extremos siempre han estado ligados a una estética particular. El propio adjetivo que define su nombre no habla de otra que emoción, riesgo, aventura y sensación de libertad. En función de dicha premisa y de tener como referencias naturales contenidos asociados a estas prácticas (publicidad de ropa y equipamiento deportivo, bebidas energéticas, etc.) la decisión de cómo aproximarse al tema de la escalada en Cuesta Arriba se proyectó de forma femenina y ambientalista.

Esta propuesta de representación estuvo determinada básicamente por los dispositivos de registro. La particular logística que implica grabar ascensos hizo que cada una de las decisiones se tomaran no sólo desde un punto de vista estético sino sobre todo desde la funcionalidad y la seguridad de los camarógrafos y escaladores.

Se utilizaron dos cámaras DSLR, una Canon t3i y una Canon t4i, trabajando a 24fps (cuadros por segundo), gracias a que ofrecen un muy buen rango de registro, lentes intercambiables, grabación en alta definición y dimensiones discretas con un peso manejable en condiciones extremas. Una de

las técnicas recurrentes fue el uso de la “cámara en mano”; ya que muchas veces los camarógrafos estaban suspendidos del arnés de seguridad, a una altura que podía variar de los 2 hasta a los 80 metros, por lo que era pertinente subir con la menor cantidad de equipos posibles.

#### 3.1.3.1. Corriente estética

Se buscó dar un punto de vista subjetivo; en varias ocasiones se colocó la cámara en el casco del escalador para mostrar así la perspectiva del mismo y que el espectador se ponga “en los zapatos del escalador”. dinámico ya que los cortes de las tomas son bastante Asimismo, la “cámara en mano” da la sensación de que la imagen se muestra desde los ojos de un testigo, procurando involucrar al espectador y hacerlo partícipe de la experiencia. En el resto de las tomas se utilizaron soportes como trípodes y monópodes para ayudar a la estabilidad de la imagen para no distraer la vista de los movimientos del escalador.

. Así mismo, la cámara *GoPro* fue esencial para hacer tomas acuáticas; de esta forma se logró captar mejor la esencia del *psicobloc*, dando sensación de riesgo, aventura y diversión debido al dinamismo de las tomas. En cuanto a la iluminación, se trató en la medida de lo posible de utilizar luz natural ya que la mayoría de las pautas fueron al aire libre y se quería mantener la estética lo más fiel posible a la realidad. *En la edición del timelapse, se alteraron los tonos, subiendo la saturación y contraste al atardecer para causar mayor impacto y dramatismo*

### 3.1.3.2. Referencias audiovisuales

En el proceso de investigación previo a la producción de *Cuesta Arriba*, se vieron varias películas de ficción y documentales que inspiraron a las directoras para tomar decisiones tanto de forma como de fondo.

*127 Hours* de Danny Boyle es una película de ficción la cual inspiró en su forma de presentar la historia ya que es grabada en parte por su propio protagonista. Éste va documentando su propia aventura y en muchas ocasiones utiliza a la cámara como confidente para contarle los problemas que va teniendo en el camino. De igual forma se hizo en *Cuesta Arriba* ya que Verónica Contreras y Verónica Badell fueron grabando sus viajes de aventura y utilizaron el mismo recurso de cámara confidente.

Por otra parte, el documental estadounidense *Día de Mujeres*, que muestra al sexo femenino como el más fuerte en la escalada. Inspiró en gran parte el hecho de mostrar grandes grupos de mujeres escaladoras, la interacción entre ellas y sobre todo algunos planos de ellas entrenando; como por ejemplo, el plano general en cámara rápida de una escaladora haciendo travesía y el plano detalle de las manos de una escaladora echándose magnesio mientras se ven las partículas de éste flotando en el aire.

*Tocando el vacío* es un documental británico que muestra a dos inglesas tratando de escalar Siula el Grande, montaña de 6.344 metros sobre el nivel del mar. De éste inspiró la historia en general, aquella ambición de las mujeres por superar proyectos que parecen imposibles. También se tomaron en cuenta los planos en picada de las escaladoras.

### 3.1.3.3. Planteamiento narrativo

En el presente documental se utilizaron elementos correspondientes a la modalidad interactiva de Bill Nichols en la cual “Predominan varias formas de monólogo y diálogo (real o aparente). Esta modalidad introduce una sensación de parcialidad, de presencia *situada* y de conocimiento *local* que se deriva del encuentro real entre el realizador y otro.” (Nichols, 1997: p. 79).

Así mismo, es característica esencial el echo de que las directoras del documental se hayan involucrado en el rodaje del documental tanto detrás como delante de cámara. De esta forma, dentro de las historias contadas en Cuesta Arriba, se puede ver cómo este documental a la vez fue un viaje personal y de superación de las directoras del mismo, en el que tanto Verónica Contreras como Verónica Badell experimentan en carne propia aquello de lo que quisieron indagar sobre la escalada.

Salieron de su zona de confort, atreviéndose a luchar contra los propios prejuicios de los que se habla en la pieza audiovisual, por lo que no se conformaron con documentar testimonios sino que los corroboran mediante su propia experiencia frente a cámara.



#### 3.1.4. Descripción de personajes

Los entrevistados fueron escogidos bajo dos parámetros fundamentales, su género y su experiencia en la escalada como disciplina deportiva. Es importante tomar en cuenta el tiempo que llevan practicando dicho deporte porque, a partir de esto, se pueden aprovechar diferentes puntos de vista acerca de un mismo tema. Así mismo, se quiso abordar el tema desde el punto de vista tanto de hombres como de mujeres para abarcar el tema parcialmente.

Para la realización de este documental era esencial contar con testimonios de escaladores venezolanos que pudiesen sentirse identificados con el tema a tratar y pudieran dar su opinión personal al respecto; también era esencial que estos tuvieran disponibilidad de tiempo para ser grabados entrenando y en algunos casos para hacer viajes de escalada junto al equipo de producción.

#### Verónica Contreras

Nació en Caracas el 9 de julio de 1991. Estudia el último año de Comunicación Social en la Universidad Monteávila. Desde hace 4 años trabaja en producción audiovisual como camarógrafa y fotógrafa independiente. Escala desde hace 6 meses y es el primer deporte extremo que practica. “No tenía idea de que la escalada era un deporte extremo constituido... pensé que era más un hobby” expresó.

Se acercó a la disciplina le ofrecieron hacer un documental sobre un grupo de escaladores que subirían Acopán Tepuy. Ella aceptó ya que era todo un reto audiovisual, pero nunca se imaginó que iba a tener que aprender a escalar.

En los pocos meses que lleva escalando ha realizado varios viajes por Venezuela, conociendo diferentes muros y travesías naturales, haciendo que cada vez sienta más cariño hacia este deporte.

### Verónica Badell

Nació el 12 de marzo de 1992. Estudia el último año de Comunicación Social en la Universidad Monteávila. Desde pequeña ha estado involucrada en el mundo de los deportes extremos. Practicó *bodyboard* durante 6 años, atletismo durante 5, surf durante 2 y escalada desde hace 3 años.

Comenzó a escalar luego de hacer un viaje al Pico Bolívar, en el Estado Mérida, en el que vio a un grupo de escaladores que la inspiraron para intentarlo. “Empecé a averiguar... yo decía que en Venezuela seguro era demasiado difícil y nada, todo lo contrario” Dijo Verónica quién descubrió que a 5 minutos de su casa, en el Parque Nacional Cueva del Indio, se escalaba en roca y según ella al ir a escalar por primera vez “fue como un flechazo a primera vista”.

Actualmente se ha ido involucrando con el mundo de la producción audiovisual lo cual ha logrado ligar con el mundo de los deportes extremos. Sus planes de vida ahora se enfocan hacia la realización de documentales de deportes extremos con lo cual estaría uniendo sus dos pasiones.

### Fernanda Van Grieken

Nació en Porlamar el 29 de enero de 1988 junto a Manuela, su hermana gemela. Se graduó de Urbanismo en la Universidad Simón Bolívar, en donde

era miembro del grupo de montañismo de la misma. Actualmente vive en Curitiba, Brasil en donde está cursando un postgrado de Gestión Urbana.

En 2006 comenzó a hacer cursos de baja y media montaña. A los 20 años tuvo su primera experiencia en alta montaña ya que realizó un viaje al volcán Cotopaxi (5.950 mts.) y al Chimborazo (6.300 mts.) en Ecuador. Gracias a esa experiencia comenzó a involucrarse con la escalada.

En el 2012 se fue de intercambio estudiantil a Río de Janeiro que según ella es “ La meca de la escalada en Brasil”. Ahí comenzó a escalar diariamente ya que tenía al Pan de Azúcar a 15 minutos de su casa; logrando obtener un alto nivel en escalada.

### Vanessa Farina

Nació en Caracas el, 28 de abril de 1978. Tiene 17 años escalando de los cuales 16 ha sido parte de la selección de escalada del Distrito Capital. Con ella ha participado tanto en competencias nacionales como internacionales. Su pasión está en la escalada de roca ya que la hace sentir en total conexión con la naturaleza.

Actualmente tiene una hija de 4 años la cual tuvo con su esposo a quien conoció escalando. Durante el embarazo continuó escalando hasta el 5to mes, tomando las precauciones pertinentes tales como escalar en piñata, etc. Tanto ella como su esposo siguen escalando y se llevan a su hija a los entrenamientos desde que tenía 2 meses. “Espero que le guste para que nos acompañe a los viajes” dijo Vanesa, ya que para ellos la escalada ya es parte de su vida cotidiana.

Considera que ha aumentado su nivel de escalada a raíz del embarazo. Luego de tener a su hija comenzó a entrenar en el Sector A de La Guairita, una

vía larga muy fuerte y que requiere de mucha técnica. Después de más de un año entrenando logró hacer la ruta de nivel 5.13B. “Súper contenta de haberlo logrado porque pocos hombres contados con los dedos la han hecho y mujeres, según, soy la primera” expresó con gran satisfacción.

### Daniel Mora

Nació en Caracas el 26 de octubre de 1974. Su primer contacto con la roca fue a los 15 años de edad, pero ha estado escalando activamente desde hace 12 años. Más que todo le gusta la escalada de aventura, la clásica y en gran pared.

Se graduó de oceanógrafo y acuicultor en La Salle pero luego de trabajar en ese campo durante 2 años se dio cuenta de que no era una profesión que le podía dar la estabilidad financiera que buscaba. Es entonces cuando comienza a hacer trabajos verticales, montando paredes de escalada, tirolinas y benjis en eventos y centros comerciales, hasta que finalmente montó su propia empresa.

“Nunca me imaginé que iba a terminar trabajando con escalada, con trabajos verticales y todo lo que tuviese que ver con cuerdas... Es un caso atípico en donde además de tener la escalada como hobby y como deporte, también trascendió al aspecto profesional” expresó Daniel.

### Juaisca Rodríguez

“Soy nadadora, escaladora, montañista y todo lo que me haga feliz” así se define Juaisca, quien afirma que los deportes al aire libre son una manera de encontrarse a sí mismo y de adquirir aptitudes para superar situaciones de la vida cotidiana.

En 1996 padeció de meningitis, una infección frecuente en deportistas, la cual causó la amputación tanto de su pierna derecha como de su brazo derecho y la pérdida de los dedos de la mano izquierda.

Sin embargo, eso no fue un impedimento para que continuara siendo la deportista que había sido hasta entonces. Antes de las amputaciones, Juaisca pertenecía a la selección de waterpolo y escalada del estado Mérida así como para los equipos de la Universidad de Los Andes. Actualmente pertenece al equipo nacional de natación, representando a Venezuela internacionalmente. De igual forma ha seguido escalando ya que se mandó a hacer unas prótesis para escalada con la marca Petzl.

“La escalada es uno de los deportes que definitivamente te confrontan tanto con tus límites como con tus mayores posibilidades y potencialidades” afirma Juaisca, quien ve la escalada como un medio para irse descubriendo como persona, luchando contra las limitaciones mentales y físicas.

### Eva Carolina Godoy

Nació en Caracas el 16 de enero de 1984. Estudió Administración de Empresas de Diseño en la Universidad Nueva Esparta e hizo un postgrado en fotografía en Argentina. Su primera vez escalando fue en el Parque Nacional Cueva del Indio; luego se fue a Argentina en donde tuvo la oportunidad de desarrollarse como escaladora y enamorarse de la escalada.

Al volver a Venezuela se dedicó a hacer cursos de montañismo así como de cuerdas, pole dance y telas aéreas. Así mismo, los viajes de aventura forman parte esencial de su vida ya que en ellos siente que se conecta con la naturaleza encontrándose a sí misma y obteniendo un crecimiento personal que el estrés de la ciudad no permite desarrollar.

### Carmen Leal

Nació en Caracas el 5 de junio de 1982. Estudió Ingeniería de materiales en la Universidad Simón Bolívar y es amante de la naturaleza. Escala desde hace cuatro años y afirma que quedó enamorada de la escalada desde la primera vez que hizo travesía en la roca.

### Manuel Coronel

Nació en el estado Anzoátegui el 4 de octubre de 1974. Es uno de los pioneros del psicobloc en Venezuela, fundando esta modalidad de escalada en Barcelona, estado Anzoátegui. Él junto a 4 compañeros de escalada fueron los que comenzaron a escalar por primera vez las rocas del sector de la Isla La Borracha en Anzoátegui; luego de su hallazgo contactaron al presidente de la federación de escalada de ese momento, Néstor Carbajal, e invitaron a escaladores de equipos de varios estados del país para que probaran las nuevas rutas que habían descubierto.

Actualmente, Manuel es el único de aquel grupo de escaladores que sigue siendo guía de psicobloc, ayudando así al turismo del sector. En los últimos años a recibido a importantes personalidades de la escalada a nivel mundial que han quedado fascinados con la imponentia del lugar.

Para Manuel, Dios es parte fundamental de su vida cotidiana, que junto a su trabajo como guía de roca y su familia, le permiten tener el equilibrio perfecto.

### José Luis Aguirre

Mejor Conocido como Sombra, José Luis es instructor de la Escuela de Escalada Naciones Unidas, ubicada en El Paraíso, desde hace 20 años. Lleva aproximadamente 30 años escalando, por lo que la escalada dejó de ser un deporte para convertirse en parte esencial de su vida.

Sus inicios fueron en la Universidad Central de Venezuela donde comenzó haciendo cursos de escalada en la Asociación Distrital de Andinismo y en el Centro Excursionista Universitario; luego terminó siendo entrenador de escalada y montañismo en ambos.

Para él la escalada ocupa el primer lugar en su vida y la define como una mezcla de “tension, paz y riesgo”.

### Lieslie Romero

Nació en el estado Guárico el 18 de marzo de 1998 y comenzó a escalar cuando tenía 6 años. Actualmente, con tan solo 16 años de edad se titula como campeona mundial de escalada juvenil en la modalidad de velocidad. Forma parte de la selección nacional de Venezuela y de la selección estatal de Guárico.

Tiene un ritmo de entrenamiento diario en el cual se enfoca en superar las marcas mundiales de escalada de velocidad. Leslie es una de las pocas mujeres en Venezuela que practica la modalidad de velocidad ya que, según ella se debe a que requiere mucha más fuerza física que técnica.

Ha asistido a una gran cantidad de competencias tanto nacionales como internacionales. Entre las más destacadas se encuentra el Campeonato Mundial Juvenil (Singapur, 2012) en el cual obtuvo el primer lugar y quedando

así como campeona mundial; el Campeonato Juvenil Europeo (Francia, 2013) en el que también obtuvo el primer lugar y el Campeonato Panamericano Juvenil (México, 2014) donde de igual manera obtuvo medalla de oro.

Para Lieslie la escalada es su pasión y su vida gira en torno a esta ya que debe acoplar sus tareas del colegio y su vida personal en torno a su fuerte entrenamiento.

### 3.1.5. Escaleta

El documental Cuesta Arriba no partió desde un guión completamente constituido para comenzar el proceso de rodaje sino que se utilizó la escaleta como recurso formal determinante. Esto se debe a que la escaleta es un instrumento mucho más flexible, es decir, muestra las piezas esenciales para armar el documental dejando un margen a la improvisación que permita acoplarse a las circunstancias.

En este caso la escaleta propuesta se divide en cuatro diagramas. El primero es el diagrama de locaciones en las que se llevarán a cabo las entrevistas y se harán las tomas principales del documental. El segundo, es el diagrama de entrevistas, que jerarquiza de forma decreciente la participación o protagonismo de todos los entrevistados. El tercero, muestra la estructura temática del documental, exponiendo los temas esenciales que se buscan reflejar tanto en las entrevistas como en las tomas de apoyo. Finalmente, el cuarto es el diagrama de comodines, basado en las tomas de apoyo que se puedan necesitar en la post producción; estas tomas se pueden relacionar de manera directa o indirecta con los testimonios de los entrevistados.



A pesar de mostrar una estructura base en cuanto a locaciones, entrevistados, tomas de apoyo y temas a tratar, puede que el resultado final del documental haya agregado u omitido algunos aspectos ya que la escaleta es una guía tentativa. Esto se debe al carácter espontáneo de las entrevistas y en especial la pérdida de control sobre acontecimientos que puedan ocurrir durante los viajes pautados.

Diagrama  
de Locaciones  
Fig. 1



Diagrama  
de Entrevistas  
Fig. 2



Estructura  
Temática  
Fig. 3

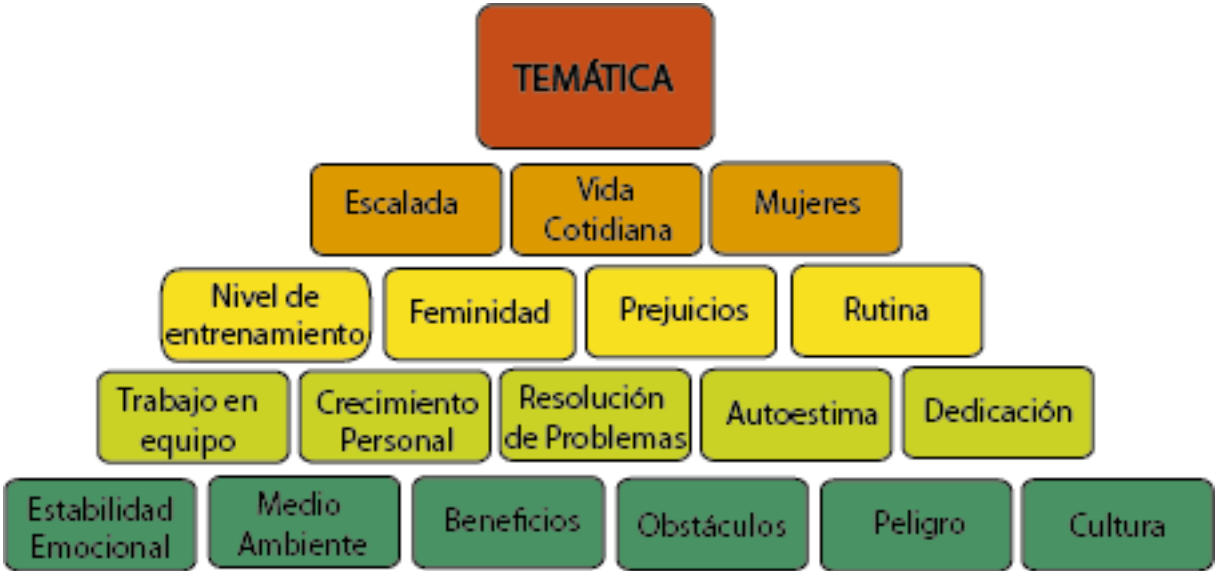


Diagrama de Comodines  
Fig. 4



A continuación se presenta la lista de preguntas utilizadas en las diferentes entrevistas:

- ¿Cuál es tu nombre completo?
- ¿Desde hace cuánto tiempo escalas?
- ¿Por qué empezaste a escalar?
- ¿Qué haces en tu vida diaria y cómo involucras la escalada?
- ¿Qué representa la escalada en tu vida?
- ¿Cómo afecta la escalada en tu vida personal?
- ¿En qué sentido te beneficia este deporte?
- ¿Por qué la escalada y no un gimnasio?
- ¿Crees que la escalada es para hombres o para mujeres?
- ¿En qué se diferencian los hombres y las mujeres al escalar?
- ¿Qué se necesita para ser un buen escalador?

### 3.1.6 Lista de Tomas

<b>Locación</b>	<b>Tomas Principales</b>	<b>Tomas secundarias o de apoyo</b>	<b>Tomas de relleno</b>
Centro Deportivo Municipal "La Morita"	Entrevista de Verónica Contreras  Plano detalle y general del entrevistado	Entrevistas a María Daniela Lovac y tomas de gente escalando	Tomas plano detalle del lugar
Polideportivo Naciones Unidas	Entrevista de Juaisca Rodríguez y José Luis Aguirre  Plano detalle y general del entrevistado	Tomas de Juaisca Rodríguez escalando  Tomas de Verónica Contreras aprendiendo a escalar  Tomas de José Luis Aguirre dando clases de escalada	Tomas de personas compartiendo en el muro y escalando
Parque Recreacional Cuevas del	Entrevista de Fernanda Van Grieken, Vanessa	Tomas de las 4 mujeres escalando	Animales

Indio	Farina, Carolina Godoy y Carmen Leal  Plano detalle y general del entrevistado	por individual	Vegetación  Vista panorámica desde algún punto alto  Cueva  Magnesio  Expresiones de las escaladoras
Ciudad Deportiva San Juan de los Morros	Entrevista de Lieslie Romero y su padre  Plano detalle y general del entrevistado	Tomas de Lieslie escalando en la modalidad de Velocidad  Padre asegurándola  Tomas del lugar en general y del camino yendo y regresando de allá  Tomas de medallas y copa mundial	Plano detalle de Lieslie  Plano detalle de copa mundial y medallas  Tomas de la casa de Lieslie  Tomas detalle de manos y magnesera
Mochima	Entrevista de Verónica Badell  Escalada de psicobloc  Plano detalle y general del entrevistado	Tomas de la playa  Tomas de camaradería entre compañeros de escalada  Tomas de peñeros  Toma en picada de escaladores	Tomas de la isla "La Borracha"  Plano detalle de vegetación fuera y dentro del agua  Plano detalle de la roca  Otros escaladores escalando
Puertas de Miraflores	Entrevista de Oriana Gonzalez	Tomas de vegetación  Tomas de las paredes	Tomas de viaje ida y regreso

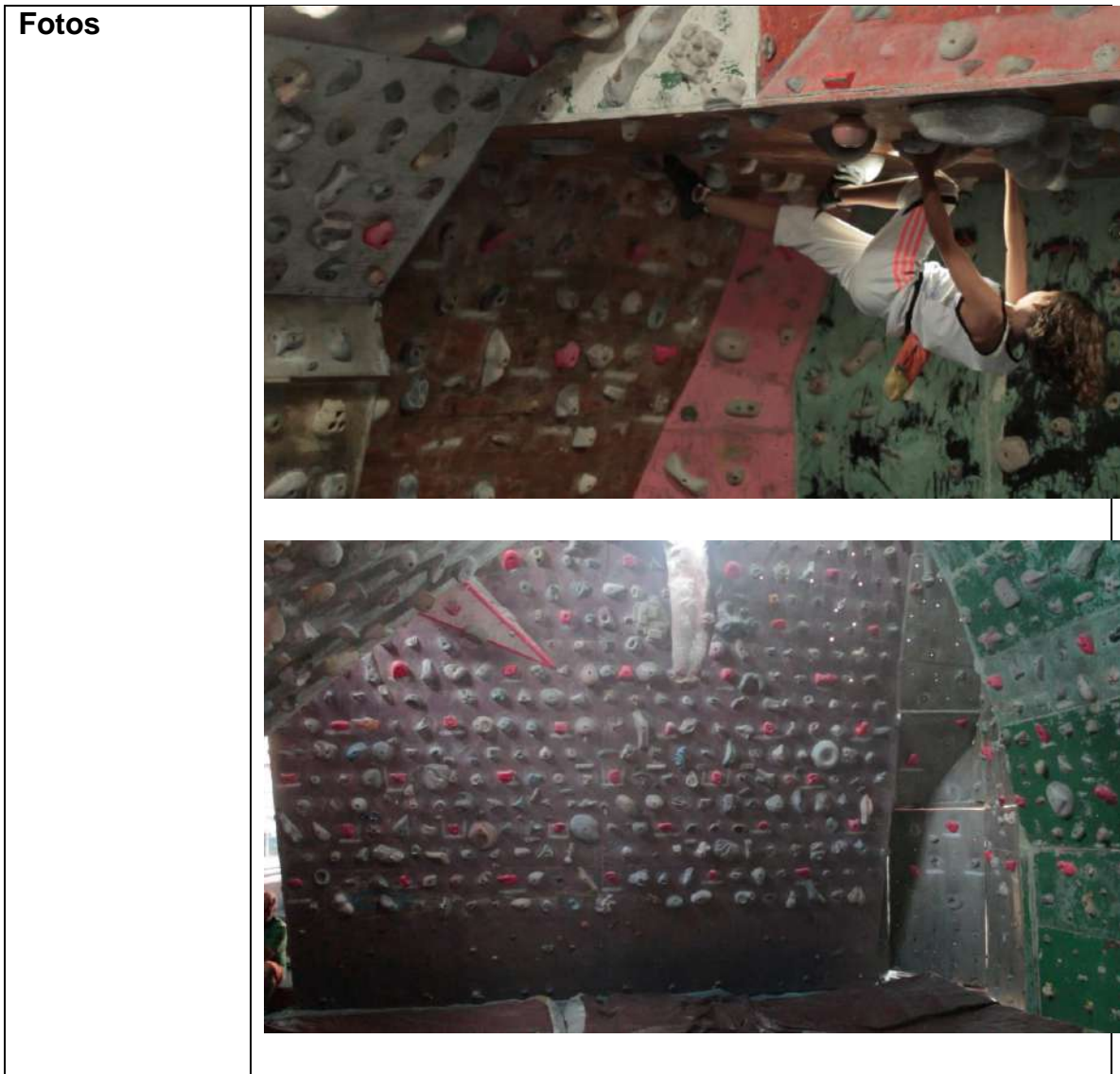
	Tomas de Fernanda Van Grieken, Vrónica Contreras, Verónica Badel y Daniel Mora escalando	de escalada Tomas de animales Tomas del campamento Tomas atravesando ríos	Plano detalle de los equipos Plano detalle de la ropa Tomas compartiendo entre amigos comiendo, cocinando y montando campamento
Mirador del Ávila	Timelapse del atardecer de la ciudad de Caracas con el Ávila de fondo	N/A	N/A
Cubo Negro	Entrevista de Daniel Mora	Tomas subiendo 50 metros afuera del edificio Cubo Negro Tomas de los equipos	Plano detalle de expresiones de Daniel Mora Tomas de la ciudad desde 50 mts de altura
Cuarto Stop Motion	Stop Motion de bolso de viaje llenándose	N/A	N/A
Casa del guía de Psicobloc	Entrevista a Manuel Coronel	N/A	N/A
Autopista Francisco Fajardo	Tráfico de Caracas	Niñas en moto atravesando el tráfico	N/A

## 3.2. Producción


### 3.2.1. Informe de locaciones

<b>Locación 1</b>	<b>Centro deportivo Municipal La Morita</b>
<b>Dirección</b>	Urbanización La Morita. En la cancha deportiva que está al lado del Colegio Mater Dei, San Antonio de los Altos, Estado Miranda, Venezuela.
<b>Persona contacto</b>	No.
<b>Horario</b>	Lunes, miércoles y viernes de 3:00 pm. a 7:00 pm.
<b>Tomas a realizar</b>	Entrevista a Verónica Contreras. Tomas generales del lugar y si es posible entrevistar a miembros de la selección.
<b>Energía eléctrica</b>	Sí
<b>Ruido</b>	Dentro del centro deportivo hay un kiosco que pone música alta.
<b>Observaciones</b>	En las tardes montan un mercadito en el centro deportivo por lo que puede que haya más ruido de lo normal.





<b>Locación 2</b>	<b>Sector de la Isla La Borracha</b>
<b>Dirección</b>	Saliendo de Barcelona, Estado Anzoátegui, Venezuela. A 20 minutos en Peñero.
<b>Persona contacto</b>	Manuel Coronel. Teléfono: 0414-8015213


<b>Horario</b>	Los peñeros salen a partir de las 7:00 am. y regresan a las 5:00 pm.
<b>Tomas a realizar</b>	Entrevista a Verónica Badell y al guía Manuel Coronel. Tomas generales de los escaladores haciendo psicobloc.
<b>Energía eléctrica</b>	No.
<b>Ruido</b>	Mar abierto.
<b>Observaciones</b>	Es necesario llevarse una planta eléctrica para poder hacer las entrevistas en la playa.
<b>Fotos</b>	







<b>Locación 3</b>	<b>Puertas de Miraflores</b>
<b>Dirección</b>	Sector Miraflores, Municipio Acosta, Estado Monagas, Venezuela.
<b>Persona contacto</b>	No hay señal de teléfono para comunicarse con los residentes del lugar. Sin embargo se puede llegar a casa del señor Chemo quien ofrece su casa gratuitamente para acampar.
<b>Horario</b>	No se debe regresar de noche ya que el nivel del río sube brúscamente y hay que atravesarlo a pié.
<b>Tomas a realizar</b>	Travesía y ascenso a la roca. Convivencia en el campamento.
<b>Energía</b>	No.

<b>eléctrica</b>	
<b>Ruido</b>	Hay un río bastante caudaloso que atraviesa todo el sector.
<b>Observaciones</b>	Es un lugar donde las lluvias son repentinas y bastante fuertes. Tomar previsiones con los equipos ya que hay que atravesar varios tramos del río a pie.
<b>Fotos</b>	









<b>Locación 4</b>	<b>Parque Recreacional Cuenvas del Indio</b>
<b>Dirección</b>	Avenida La Guairita, vía el Cementerio del Este, Caracas, Venezuela.
<b>Persona contacto</b>	No.
<b>Horario</b>	Martes a domingo de 8:00 am. A 5:00 pm.
<b>Tomas a realizar</b>	Entrevista a Fernanda Van Grieken, Carolina Godoy, Carmen Leal y Vanessa Farina con su esposo e hija. Planos detalle de escaladores haciendo travesía. Planos generales de escaladores compartiendo y subiendo la roca.
<b>Energía eléctrica</b>	No.





<b>Ruido</b>	Los fines de semana hay más ruido ya que el parque es más concurrido sábados y domingos que días de semana.
<b>Observaciones</b>	Llevar fuentes de luz porque hay rutas encuevadas muy oscuras.
<b>Fotos</b>	

<b>Locación 5</b>	<b>Polideportivo Naciones Unidas</b>
<b>Dirección</b>	Avenida Páez, El Paraíso, Municipio Libertador, Caracas,




	Venezuela.
<b>Persona contacto</b>	José Luis Aguirre: 0416-8374960
<b>Horario</b>	Martes, jueves y sábado de 3:00 pm. A 5:00 pm
<b>Tomas a realizar</b>	Entrevista a Juaisca Rodríguez y José Luis Aguirre "Sombra". Hacer planos generales de los escaladores que entrenan en ese muro.
<b>Energía eléctrica</b>	Sí.
<b>Ruido</b>	Gente entrenando, sobre todo a altas horas de la tarde.
<b>Observaciones</b>	Si se va a usar balita alámbrica hay que llevar una extensión ya que los enchufes están alejados del muro.
<b>Fotos</b>	

<b>Locación 6</b>	<b>Ciudad Deportiva</b>
<b>Dirección</b>	San Juan de Los Morros, Zona Los Cocos, Estado Guárico, Venezuela.
<b>Persona contacto</b>	Lieslie Romero: 0412-4945139
<b>Horario</b>	De lunes a Domingo a la hora que se acuerde con Lieslie ya que ella tiene las llaves para entrar a la pared de escalada.
<b>Tomas a realizar</b>	Entrevista a Lieslie Romero. Tomas de Lieslie subiendo la ruta de velocidad.
<b>Energía eléctrica</b>	Sí.
<b>Ruido</b>	No.
<b>Observaciones</b>	Si se termina temprano la pauta preguntarle a Lieslie la posibilidad de hacer tomas en su casa.
<b>Fotos</b>	

<b>Locación 7</b>	<b>Mirador del Ávila</b>
<b>Dirección</b>	Calle Lomas del Cóndor, Quinta El Timonel, Alto Prado, Caracas, Venezuela.
<b>Persona contacto</b>	Alberto Pomares: 0424-2594882
<b>Horario</b>	Lunes a Viernes de 5:00 pm. A 8:00 pm.
<b>Tomas a realizar</b>	Timelapse del atardecer.
<b>Energía eléctrica</b>	Sí
<b>Ruido</b>	No.
<b>Observaciones</b>	No.
<b>Fotos</b>	

<b>Locación 7</b>	<b>Cubo Negro</b>
<b>Dirección</b>	Caracas, Av. La Estancia, Edificio Torre Centro Banaven, Urbanización Chuao, Caracas, Venezuela.

<b>Persona contacto</b>	Daniel Mora: 0412-7356270
<b>Horario</b>	Lunes a Viernes de 8:00 am. A 5:00 pm.
<b>Tomas a realizar</b>	Entrevista a Daniel Mora
<b>Energía eléctrica</b>	No.
<b>Ruido</b>	Ruido de carros y viento.
<b>Observaciones</b>	Asegurarse de mantener los equipos de audiovisual amarrados o resguardados para evitar accidentes.
<b>Fotos</b>	









<b>Locación 6</b>	<b>Cuarto Stop Motion</b>
<b>Dirección</b>	Qta A6, Urbanización La Hatillana, El Solar del Hatillo, Caracas, Venezuela.
<b>Persona contacto</b>	Verónica Badell: 0212-9633933
<b>Horario</b>	De lunes a Domingo a la hora que se acuerde con Verónica ya que ella tiene las llaves para entrar a la casa.

<b>Tomas a realizar</b>	Stop Motion de bulto de viaje llenandose.
<b>Energía eléctrica</b>	Sí.
<b>Ruido</b>	No.
<b>Observaciones</b>	No.
<b>Fotos</b>	

<b>Locación 7</b>	<b>Autopista Francisco Fajardo</b>
<b>Dirección</b>	Autopista Francisco Fajardo desde las Mercedes hasta el Paraíso, Caracas, Venezuela.
<b>Persona contacto</b>	No.

<b>Horario</b>	Todos los días disponibles.
<b>Tomas a realizar</b>	Tráfico de la ciudad en moto
<b>Energía eléctrica</b>	No.
<b>Ruido</b>	Carros y viento
<b>Observaciones</b>	No.
<b>Fotos</b>	



<b>Locación 7</b>	<b>Casa del Guía de Psicobloc</b>
<b>Dirección</b>	Manzana 4, calle número 8 de la Fundación Mendoza, Barcelona, Anzoátegui, Venezuela.
<b>Persona contacto</b>	Manuel Francisco Coronel Llanes: 04148015213
<b>Horario</b>	Cuadrar el horario con el guía Manuel
<b>Tomas a realizar</b>	Entrevista a Manuel Coronel
<b>Energía eléctrica</b>	Si.
<b>Ruido</b>	No.
<b>Observaciones</b>	Si van a hacer las tomas de noche asegurarse de tener buena iluminación.
<b>Fotos</b>	

### 3.2.2. Presupuesto

#### 3.2.2.1. Presupuesto Estimado

<b>Cuenta</b>	<b>Descripción</b>	<b>Monto Bs.</b>
<b>A</b>	Personal	558.000
<b>B</b>	Alquiler de equipos técnicos	428.800
<b>C</b>	Viáticos	144.100
<b>D</b>	Postproducción	101.520
	<b>Subtotal</b>	1.238.020
	Imprevistos (20%)	247.604
	<b>Total</b>	<b>1.480.024</b>

#### A. Cuenta: Personal

<b>Cuenta</b>	<b>Ítem</b>	<b>Monto por unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Monto Bs.</b>
<b>A.1</b>	<b>Personal creativo</b>			
<b>A.1.1</b>	Director	7.000	23	161.000
<b>A.1.2</b>	Productor	5.000	23	115.000
<b>A.1.3</b>	Director de fotografía 1	6.000	23	138.000
<b>A.1.4</b>	Director de fotografía 2	6.000	18	108.000
<b>A.2</b>	<b>Personal técnico</b>			
<b>A.2.2</b>	Camarógrafo 1	2.500	2	5.000
<b>A.2.3</b>	Camarógrafo 2	2.500	1	2.500
<b>A.2.4</b>	Sonidista 1	3.500	1	3.500

<b>A.2.5</b>	Sonidista 2	3.500	2	7.000
<b>A.2.6</b>	Fotógrafo 1	2.000	4	8.000
<b>A.2.7</b>	Fotógrafo 2	2.000	5	10.000
<b>Subtotal</b>		<b>558.000</b>		

**B. Cuenta: Alquiler de equipos**

<b>Cuenta</b>	<b>Ítem</b>	<b>Monto por unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Monto Bs.</b>
<b>B.1</b>	Cámara digital Canon DSLR T4i (incluye batería y otros accesorios)	2.500	23	57.500
<b>B.2</b>	Cámara digital Canon DSLR T4i (incluye batería y otros accesorios)	2.500	18	45.000
<b>B.3</b>	Cámara digital Canon DSLR T5i (incluye batería y otros accesorios)	2.500	1	2.500
<b>B.4</b>	Cámara digital Canon DSLR T1i (incluye batería y otros accesorios)	2.500	4	10.000
<b>B.5</b>	Cámara digital Canon DSLR 60D (incluye batería y otros accesorios)	2.500	5	12.500
<b>B.6</b>	Cámara digital Panasonic Lumix dmc-fz1000	2.500	1	2.500
<b>B.7</b>	Cámara Gopro Hero+3 Black	2.000	13	26.000

	(con accesorios)			
<b>B.8</b>	Caja con lentes variados (óptica)	3.500	23	80.500
<b>B.9</b>	Monópode Manfrotto	1.000	1	1.000
<b>B.10</b>	Monópode Manfrotto Sigma	1.000	1	1.000
<b>B.11</b>	Trípode Manfrotto	1.000	1	1.000
<b>B.12</b>	Microfonía	4.300	16	68.800
<b>B.13</b>	Goal Zero 22004 Yeti 150 Generador Solar	5.000	12	60.000
<b>B.14</b>	Panel Solar Goal Solar Boulder 15mm	5.000	12	60.000
<b>Subtotal</b>		<b>428.800</b>		

C. Cuenta: Viáticos

<b>Cuenta</b>	<b>Ítem</b>	<b>Monto por unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Monto Bs.</b>
<b>C.1</b>	Comida Barcelona	14.000	4	56.000
<b>C.2</b>	Comida Monagas	10.000	4	40.000
<b>C.3</b>	Transporte Barcelona	5.000	8	40.000
<b>C.4</b>	Transporte Monagas	5.000	8	40.000

<b>C.5</b>	Transporte marítimo	3.000	2	6.000
<b>C.6</b>	Estadía	300	7	2.100
<b>Subtotal</b>		<b>149.700</b>		

D. Cuenta: Postproducción

<b>Cuenta</b>	<b>Ítem</b>	<b>Monto por unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Monto Bs.</b>
<b>D.1</b>	Mac mini 2.3 Quad-core Intel Core 3.3 GHz, 4GB RAM/ 1TB disco duro	16.500	1	16.500
<b>D.2</b>	iMac 27" procesador core i7 3.4 GHz, 24 GB RAM, , disco duro fusión drive de 1TB	20.000	1	20.000
<b>D.3</b>	Disco duro externo Seagate Expansion USB 3, 1TB.	2.500	1	2.500
<b>D.4</b>	Disco duro externo Western Digital USB 3, 3TB.	5.000	2	10.000
<b>D.5</b>	Impresión	740	3	2.220
<b>D.6</b>	Calcomanía adhesive para identificación de DVD	100	3	300

<b>D.7</b>	Editor	25.000	1	25.000
<b>D.8</b>	Postproductor	25.000	1	25.000
<b>Subtotal</b>		<b>101.520</b>		

### 3.2.2.2. Presupuesto Real

<b>Cuenta</b>	<b>Descripción</b>	<b>Monto Bs.</b>
<b>A</b>	Personal	0,00
<b>B</b>	Alquiler de equipos técnicos	0,00
<b>C</b>	Viáticos	16.100
<b>D</b>	Postproducción	0,00
	<b>Subtotal</b>	16.100
	Imprevistos (20%)	41.850
	<b>Total</b>	<b>57.950</b>

#### A. Cuenta: Personal

<b>Cuenta</b>	<b>Ítem</b>	<b>Monto por unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Monto Bs.</b>
<b>A.1</b>	<b>Personal creativo</b>			
<b>A.1.1</b>	Director	N/A	23	0,00
<b>A.1.2</b>	Productor	N/A	23	0,00
<b>A.1.3</b>	Director de fotografía 1	N/A	23	0,00
<b>A.1.4</b>	Director de fotografía 2	N/A	18	0,00

<b>A.2</b>	<b>Personal técnico</b>			
<b>A.2.2</b>	Camarógrafo 1	N/A	2	0,00
<b>A.2.3</b>	Camarógrafo 2	N/A	1	0,00
<b>A.2.4</b>	Sonidista 1	N/A	1	0,00
<b>A.2.5</b>	Sonidista 2	N/A	2	0,00
<b>A.2.6</b>	Fotógrafo 1	N/A	4	0,00
<b>A.2.7</b>	Fotógrafo 2	N/A	5	0,00
<b>Subtotal</b>				0,00

B. Cuenta: Alquiler de equipos

<b>Cuenta</b>	<b>Ítem</b>	<b>Monto por unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Monto Bs.</b>
<b>B.1</b>	Cámara digital Canon DSLR T4i (incluye batería y otros accesorios)	N/A	23	0,00
<b>B.2</b>	Cámara digital Canon DSLR T4i (incluye batería y otros accesorios)	N/A	18	0,00
<b>B.3</b>	Cámara digital Canon DSLR T5i (incluye batería y otros accesorios)	N/A	1	0,00
<b>B.4</b>	Cámara digital Canon DSLR T1i (incluye batería y otros accesorios)	N/A	4	0,00
<b>B.5</b>	Cámara digital Canon DSLR 60D (incluye batería y otros accesorios)	N/A	5	0,00

	accesorios)			
<b>B.6</b>	Cámara digital Panasonic Lumix dmc-fz1000	N/A	1	0,00
<b>B.7</b>	Cámara Gopro Hero+3 Black (con accesorios)	N/A	13	0,00
<b>B.8</b>	Caja con lentes variados (óptica)	N/A	23	0,00
<b>B.9</b>	Monópode Manfrotto	N/A	1	0,00
<b>B.10</b>	Monópode Manfrotto Sigma	N/A	1	0,00
<b>B.11</b>	Trípode Manfrotto	N/A	1	0,00
<b>B.12</b>	Microfonía	N/A	16	0,00
<b>B.13</b>	Goal Zero 22004 Yeti 150 Generador Solar	N/A	12	0,00
<b>B.14</b>	Panel Solar Goal Solar Boulder 15mm	N/A	12	0,00
<b>Subtotal</b>			0,00	



C. Cuenta: Viáticos

<b>Cuenta</b>	<b>Ítem</b>	<b>Monto por unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Monto Bs.</b>
<b>C.1</b>	Comida Barcelona	1.000	4	4.000
<b>C.2</b>	Comida Monagas	1.000	4	4.000
<b>C.3</b>	Transporte Barcelona	N/A	8	0,00
<b>C.4</b>	Transporte Monagas	N/A	8	0,00
<b>C.5</b>	Transporte marítimo	3.000	2	6.000
<b>C.7</b>	Estadía	300	7	2.100
<b>Subtotal</b>		<b>16.700</b>		

D. Cuenta: Postproducción

<b>Cuenta</b>	<b>Ítem</b>	<b>Monto por unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Monto Bs.</b>
<b>D.1</b>	Mac mini 2.3 Quad-core Intel Core 3.3 GHz, 4GB RAM/ 1TB disco duro	N/A	1	0,00
<b>D.2</b>	iMac 27" procesador core i7 3.4 GHz, 24 GB RAM, , disco duro fusión drive de 1TB	N/A	1	0,00
<b>D.3</b>	Disco duro externo Seagate	N/A	1	0,00

	Expansion USB 3, 1TB.			
<b>D.4</b>	Disco duro externo Western Digital USB 3, 3TB.	N/A	2	0,00
<b>D.5</b>	Impresión	N/A	3	0,00
<b>D.6</b>	Calcomanía adhesive para identificación de DVD	N/A	3	0,00
<b>D.7</b>	Editor	N/A	1	0,00
<b>D.8</b>	Postproductor	N/A	1	0,00
<b>Subtotal</b>		<b>0,00</b>		

La comparación entre ambos presupuestos arroja una importante diferencia, entre lo que habría costado producir un cortometraje acerca de la escalada, sin contar con la colaboración de los involucrados en el proyecto y la posibilidad de organizarse para obtener recursos sin ningún costo. Solamente el 4% del total de los costos estimados fue necesario para llevar a cabo toda la producción.

La producción de “Cuesta arriba” fue asumida casi en su totalidad por las realizadoras. Las tareas claves de dirección, producción, fotografía y sonido fueron compartidas entre ambas, descartando así la necesidad de buscar quien asumiera estos roles. Aunado a ello, las responsables del proyecto también cuentan con equipos esenciales como las cámaras Canon T4i, T3l, *GoPro*, monópodes y planta eléctrica, reduciendo significativamente los costos por estos particulares.

En una fase posterior, la edición también fue ejecutada por las realizadoras. Sin embargo, el proceso de post producción, mezcla de audio y corrección de color fue realizada por colaboradores que cedieron su tiempo y asesoría para la culminación del documental.

Esta reducción dramática en los costos no sólo permitió concretar los viajes pautados para las grabaciones sino además poder sumar otro recorrido no contemplado al comenzar el proyecto Los Morros, en el estado Guárico. Cubrir los imprevistos que se presentaron, como por ejemplo la compra de un nuevo transmisor; por haber destruido el dispositivo en una caída de unos 50 metros de altura apenas terminada una entrevista, también fue posible gracias al ahorro en otras áreas de la producción.

### 3.2.3. Plan de rodaje

Noviembre 2014

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13 Entrevista Badell La Guairita 2:00 pm	14	15 Entrenamiento Contreras Naciones Unidas 3:00 pm	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Diciembre 2014

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1	2	3	4	5	6	7
8	9 Entrevista Juaisca Naciones Unidas 2:30 pm	10	11 Monagas (Salida)	12 Monagas (Excursión)	13 Monagas (Ascenso)	14 Monagas (Regreso a Caracas)
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28 Travesía Ariana Scull La Guairita 10:00 am

Enero 2015

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13 Entrenamiento Juaisca Naciones Unidas 3:00 pm	14 Stopmotion El Hatillo 8:00 am ..... ..... Entrevista Fernanda y Vanessa La Guairita 2:00 pm	15 Entrevista Contreras San Antonio (La Morita) 1:00 pm	16	17	18
19	20 Tomas del tráfico Gopro 3:00 pm	21	22 Mochima (Salida)	23 Mochima (Día 1 psicobloc ) Entrevista Badell	24 Mochima (Día 2 psicobloc ) Entrevista Manuel	25 Mochima (Regreso a Caracas)
26	27 Entrevista Sombra Naciones Unidas 4:00 pm	28	29	30	31 Entrevista Carolina y Carmen La Guairita 10:00 am	

Febrero 2015

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						1
2	3	4	5	6	7	8
Entrevista Mora Cubo Negro 12:00 pm						Entrevista Lieslie Guárico (Ida por vuelta)
9	10	11	12	13	14	15
Timelapse Alto Prado 5:00 pm						

### 3.2.4. Desglose

Fecha	Locación	Escenario	Actividad	Personal y equipos técnicos	Hora
13-11-14	Parque Recreacional Cueva del Indio	Exterior	Verónica Badell haciendo travesía.	2 camarógrafos, 2 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes.	2:00 pm
15-11-14	Polideportivo Naciones Unidas	Exterior	Verónica Contreras entrenando.	2 camarógrafos, 2 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro.	3:00 pm
09-12-14	Polideportivo Naciones	Interior	Entrevista Juaisca	2 camarógrafos, 1 asistente de sonido, 3 cámaras	2:30 pm

	Unidas		Rodríguez	digitales Canon DSLR, óptica, 2 trípodes, 2 monópodes, 1 micrófono y 1 grabador de audio.	
11-12-14	Puertas de Miraflores	Exterior	Viaje en carretera a Monagas y convivencia en el campamento.	2 camarógrafos, 1 fotógrafo, 3 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1 micrófono RODE, 1 planta eléctrica, 1 panel solar.	4:00 pm
12-12-14	Puertas de Miraflores	Exterior	Convivencia en el campamento y excursión a la roca.	2 camarógrafos, 1 fotógrafo, 3 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1 micrófono RODE, 1 planta eléctrica, 1 panel solar.	TODO EL DÍA
13-12-14	Puertas de Miraflores	Exterior	Ascenso de la roca y	2 camarógrafos, 1 fotógrafo, 3 cámaras digitales	TODO EL DÍA

			convivencia en el campamento.	Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1 micrófono RODE, 1 planta eléctrica, 1 panel solar.	
14-12-14	Puertas de Miraflores	Exterior	Viaje en carretera a Caracas.	2 camarógrafos, 1 fotógrafo, 3 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1 micrófono RODE, 1 planta eléctrica, 1 panel solar.	TODO EL DÍA
28-12-14	Parque Recreacional Cueva del Indio	Exterior	Travesía Ariana Scull.	1 camarógrafo, 1 cámara GoPro.	10:00 am
13-01-15	Polideportivo Naciones Unidas	Exterior	Juaisca entrenando.	1 camarógrafo, 1 cámara digital Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 1 monópode.	3:00 pm
14-01-15	Parque Recreacional Cueva del	Exterior	Entrevista Fernanda y Vanessa	2 camarógrafos, 1 asistente de sonido, 2 cámaras	2:00 pm



	Indio		con su familia.	digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 micrófono.	
14-01-15	El Hatillo (Casa de Verónica Badell)	Interior	Stopmotion de equipaje.	1 camarógrafo, 1 asistente, 1 cámara digital Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 1 monópode.	8:00 am
15-01-15	Centro Deportivo Municipal La Morita	Interior	Entrevista Verónica Contreras y tomas a los escaladores del lugar.	2 camarógrafos, 1 asistente de sonido, 2 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 micrófono.	1:00 pm
20-01-15	Autopista	Exterior	Tomas en moto del tráfico.	1 camarógrafo, 1 asistente, 1 cámara Gopro.	3:00 pm
22-01-15	Mochima	Interior	Viaje en Carretera.	2 camarógrafos, 1 fotógrafo, 3 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1	TODO EL DÍA

				micrófono RODE, 1 planta eléctrica, 1 pánel solar.	
23-01-15	Mochima	Exterior	Entrevista a Verónica Badell, trayecto en peñero y escalador es hacienda psicobloc.	2 camarógrafos, 1 fotógrafo, 3 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1 micrófono RODE, 1 planta eléctrica, 1 pánel solar.	TODOS EL DÍA
24-01-15	Mochima	Exterior	Trayecto en peñero y escalador es hacienda psicobloc.	2 camarógrafos, 1 fotógrafo, 3 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1 micrófono RODE, 1 planta eléctrica, 1 pánel solar.	TODOS EL DÍA
24-01-15	Mochima (Casa de Manuel Coronel)	Interior	Entrevista a Manuel Coronel.	2 camarógrafos, 1 fotógrafo, 3 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1	TODOS EL DÍA

				micrófono RODE, 1 planta eléctrica, 1 pánel solar.	
25-01-15	Mochima (Casa de Manuel Coronel)	Interior	Convivencia en la casa y trayecto en carretera a Caracas.	2 camarógrafos, 1 fotógrafo, 3 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1 micrófono RODE, 1 planta eléctrica, 1 pánel solar.	11:00 pm
27-01-15	Polideportivo Naciones Unidas	Exterior	Entrevista a José Luis Aguirre.	2 camarógrafos, 2 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 micrófono.	4:00 pm
31-01-15	Parque Recreacional Cueva del Indio	Exterior	Entrevista a Carolina Godoy y Carmen Leal. Tomas de Vanessa Farina escalando .	2 camarógrafos, 2 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 2 micrófonos, 1 planta eléctrica.	10:00 am

04-02-15	Cubo Negro	Exterior	Entrevista a Daniel Mora.	2 camarógrafos, 2 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1 micrófono, 1 planta eléctrica.	12:00 pm
08-02-15	Ciudad Deportiva San Juan de los Morros	Interior	Entrevista a Lieslie Romero y tomas de ella entrenando.	2 camarógrafos, 2 cámaras digitales Canon DSLR, óptica, 1 trípode, 2 monópodes, 1 cámara GoPro, 1 micrófono, 1 cámara GoPro.	TODO EL DÍA
09-02-15	Alto Prado (Casa de Alberto Pomares)	Interior	Timelapse de atardecer con vista al Ávila.	1 camarógrafo, 2 asistentes, 1 cámara Panasonic Lumix dmc-fz1000, 1 trípode.	5:00 pm

### 3.3. Post Producción

#### 3.3.1. Informe de pietaje

Durante 2 días se revisó cada clip del material en bruto de las entrevistas. Se identificaron los temas que guiarían el discurso y las tomas que servirían para ilustrarlos. Dicho contenido fue vaciado y organizado en el formato que sigue:

#### VERÓNICA CONTRERAS

TOMA	USO	IN	OUT	TEMA
2343	NO	-	-	-
2344	NO	-	-	-
2345	SI	00:00:07	00:00:41	Inicios
2346	SI	00:00:03	00:01:47	Nivel de entrenamiento
2348	SI	00:00:46	00:01:54	Hermandad
2349	SI	00:00:08	00:00:42	Tráfico
2349	SI	00:00:58	00:01:36	Constancia
2350	SI	00:00:06	00:01:27	Prejuicios Feminidad
2350	SI	00:00:139	00:02:00	Prejuicios Limitaciones
2350	SI	00:02:09	00:03:11	Prejuicios Limitaciones
2351	SI	00:00:36	00:01:20	Estilo de vida
2351	SI	00:01:24	00:02:19	Viaje (Monagas)
2351	SI	00:02:37	00:02:47	Trayecto
2351	SI	00:03:25	00:03:36	Trayecto

2353	SI	00:00:08	00:01:21	Limitaciones Constancia
------	----	----------	----------	----------------------------

**VERÓNICA BADELL**

TOMA	USO	IN	OUT	TEMA
3178	NO	-	-	-
3182	NO	-	-	-
3183	NO	-	-	-
3184	SI	00:00:11	00:00:28	Inicios
3184	SI	00:00:30	00:01:00	Inicios
3184	SI	00:01:31	00:02:08	Inicios
3185	SI	00:00:11	00:01:34	inicios
3185	SI	00:02:33	00:03:03	Constancia
3185	SI	00:03:32	00:04:02	Vida cotidiana
3185	SI	00:04:30	00:04:58	Hermandad
3185	SI	00:05:14	00:05:36	Nivel de entrenamiento
3186	SI	00:00:38	00:01:30	Prejuicios Limitaciones
3186	SI	00:02:10	00:02:35	Feminidad
3187	SI	20	00:00:	Viajes Vida cotidiana
3187	SI	143	00:00:	Conclusión
3187	SI	203	00:00:	Viajes
3188	SI	05	00:00:	Tráfico

3188	SI	201	00:00:	Nivel de Entrenamiento Constancia
------	----	-----	--------	---

### FERNANDA VAN GRIEKEN

TOMA	USO	IN	OUT	TEMA
2997	NO	-	-	-
2998	NO	-	-	-
2999	SI	00:00:07	00:01:00	Inicios
	SI	00:01:51	00:02:34	Inicios
3000	SI	00:00:13	00:01:08	Prejuicios Contraste cultural
	SI	00:01:45	00:02:03	Prejuicios Contraste cultural
		00:02:51	00:03:36	Ventajas mujer
3001	NO	-	-	-
3002	SI	00:00:07	00:00:29	
3002	SI	00:00:29	00:01:11	Viajes
3003	SI	00:01:00	00:01:37	Nivel de Entrenamiento Crecimiento personal
3003	SI	00:01:43	00:02:14	Viajes

3004	SI	00:02:28	00:02:52	HISTORIA
3004	SI	00:02:54	00:03:22	Mujeres
3005	SI	00:00:15	00:00:33	Nivel de Entrenamiento
3005	SI	00:00:45	00:01:11	Hermandad
3005	SI	00:01:12	00:01:39	Nivel de Entrenamiento
3005	SI	00:01:44	00:02:08	Constancia

### JUAISSCA RODRIGUEZ

TOMA	USO	IN	OUT	TEMA
1188	SI	28-39	00:00:39	Inicios
1188	SI	113-142	00:01:42	Crecimiento personal
1188	SI	208-323	00:03:23	Crecimiento personal
1188	SI	335-429	00:04:29	Crecimiento Personal Estabilidad emocional
1188	SI	452-529	00:05:29	Prejuicios
1188	SI	529-540	00:05:40	Prejuicios
1188	SI	627-756	00:07:56	Constancia
1188	SI	817- 842	00:08:42	Obstáculos
1188	SI	847-931	00:09:31	Limitaciones



1188	SI	932-948	00:09:49	Limitaciones
1189	SI	44-112	00:01:12	Limitaciones
1189	SI	158- 227	00:02:27	Cultura Prejuicios
1190	NO	-	-	-
1991	NO	-	-	-
1992	NO	-	-	-

### LIESLI ROMERO

<b>TOMA</b>	<b>USO</b>	<b>IN</b>	<b>OUT</b>	<b>TEMA</b>
2833	SI	328-	00:04:00	Inicios
2833	SI	416-450	00:04:50	Inicios
2833	SI	513-545	00:05:45	Inicios
2833	SI	550-658	00:06:58	Mujeres
2833	SI	719- 817	00:08:17	Obstáculos
2834	SI	35- 54	00:00:54	Obstáculos
2834	SI	108- 203	00:02:03	Obstáculos
2834	SI	259	00:02:59	Obstáculos
2834	SI	342-426	00:04:26	Nivel de Entrenamiento
2834	SI	458-520	00:05:20	Cultura
2834	SI	543-61	00:00:61	Obstáculos
2835	SI	25-123	00:01:23	Obstáculos Constancia
2836	SI	11-48	00:00:48	Vida cotidiana

2836	SI	114-157	00:01:	Vida cotidiana
------	----	---------	--------	----------------

**ORIANA GONZALEZ Y AMIGA**

<b>TOMA</b>	<b>USO</b>	<b>IN</b>	<b>OUT</b>	<b>TEMA</b>
1848	NO	-	-	-
1849	NO	-	-	-
1850	SI	00:01:06	00:01:38	Inicios
1850	SI	00:03:37	00:04:05	Nivel de entrenamiento
1850	SI	00:04:06	00:04:57	Feminidad
1850	SI	00:06:02	00:06:12	Nivel de entrenamiento
1850	SI	00:07:59	00:08:42	Hermandad Medio Ambiente
1850	SI	00:08:59	00:09:26	Medio ambiente
1850	SI	00:10:03	00:10:35	Crecimiento personal
1851	SI	00:00:07	00:00:33	Viajes

**MARÍA DANIELA LOVAC**

<b>TOMA</b>	<b>USO</b>	<b>IN</b>	<b>OUT</b>	<b>TEMA</b>
2371	NO	-	-	-
2372	NO	-	-	-
2372	SI	00:00:50	00:01:16	Crecimiento personal
2372	SI	00:01:49	00:02:23	mujer
2372	SI	00:02:41	00:03:06	feminidad

**VANESA FARINA**

<b>TOMA</b>	<b>USO</b>	<b>IN</b>	<b>OUT</b>	<b>TEMA</b>
2991	SI	5-49	00:00:49	Inicios
2992	SI	8-56	00:00:56	Viajes Vida cotidiana
2992	SI	125- 300	00:03:00	Maternidad Vida cotidiana
2992	SI	322-413	00:04:13	Constancia
2993	SI	121-137	00:01:37	Maternidad
2993	SI	146-205	00:02:05	Maternidad
2993	SI	226-237	00:02:37	Maternidad
2993	SI	302-340	00:03:40	Maternidad
2993	SI	445-531	00:05:31	Mujer

2993	SI	543	00:05:43	Intro papá
2993	SI	606-612	00:06:12	Intro papá
2994	NO	-	-	-
2995	SI	4- 123	00:01:23	Vida Cotidiana
2996	SI	29-143	00:01:43	Conclusión
2996	SI	220-230	00:02:30	Conclusión

### CAROLINA GODOY Y CARMEN

TOMA	USO	IN	OUT	TEMA
2787	NO	-	-	-
2788	NO	-	-	-
2789	NO	-	-	-
2790	SI	00:01:03	00:01:25	Crecimiento Personal Resolución de problemas
2790	SI	00:01:28	00:01:37	Crecimiento personal
2790	SI	00:02:19	00:03:10	Nivel de entrenamiento
2790	SI	00:04:29	00:05:06	Hermandad
2790	SI	00:05:48	00:05:58	Medio Ambiente

2790	SI	00:06:06	00:06:29	Crecimiento Personal
2790	SI	00:07:05	00:07:44	Definición
2790	SI	00:08:49	00:09:28	Mujeres Feminidad
2790	SI	00:09:52-	00:11:24	Mujeres Feminidad
2790	SI	00:11:39	00:11:56	Vida Cotidiana
2791	SI	00:02:40	00:03:20	Prejuicios
2791	SI	00:03:47	00:04:22	Constancia
2791		00:04:41	00:05:19	Constancia
2791		00:0:42	00:08:24	Autoestima Crecimiento Personal
2791		00:09:51	00:10:04	Hermandad Trabajo en equipo

**DANIEL MORA**

<b>TOMA</b>	<b>USO</b>	<b>IN</b>	<b>OUT</b>	<b>TEMA</b>
3481	NO	00:01:06	00:01:30	Inicios
3481	NO	00:01:49	00:02:39	Vida cotidiana
3481	SI	00:02:55	00:03:04	Vida Cotidiana
3481	SI	00:03:05	00:03:54	Viajes
3481	SI	00:03:55	00:04:15	Vida cotidiana
3482	SI	00:00:05	00:00:29	Historia
3482	SI	00:00:49	00:01:09	Vida Cotidiana Inicios
3483	SI	00:00:10	00:00:58	Historia Mujeres
3484	SI	00:00:08	00:01:31	Mujeres
3485	SI	00:00:03	00:01:17	Conclusión
3485	SI	00:01:16	00:01:42	Conclusión

**SOMBRA (JOSÉ LUIS AGUIRRE)**

<b>TOMA</b>	<b>USO</b>	<b>IN</b>	<b>OUT</b>	<b>TEMA</b>
2722	SI	00:00:41	00:01:39	Historia de la escalada en Vzla.
2722	SI	00:02:30	00:03:01	Historia de la mujer.
2722	SI	00:03:24	00:03:31	Historia de la mujer.
2722	SI	00:04:20	00:04:47	Vida Cotidiana

**MANUEL CORONEL**

<b>TOMA</b>	<b>USO</b>	<b>IN</b>	<b>OUT</b>	<b>TEMA</b>
3318	SI	00:01:48	00:02:47	
3318	SI	00:03:45	00:04:35	Historia
3319	SI	00:00:03	00:00:35	Definición
3319	SI	00:01:52	00:02:22	Parte psicológica
3319	SI	00:03:14	00:04:14	Miedos
3319	SI	00:04:53	00:05:26	Miedos
3320	NO	-	-	-
3321	NO	-	-	-
3322	NO	-	-	-
3323	NO	-	-	-

### 3.3.2. Informe de post producción

Una vez culminado el plan de rodaje en el que se grabaron un total de 3.967 clips de video y 461,19 GB de material, se prosiguió al proceso de postproducción que comenzó con el pietaje de las entrevistas. Luego de 2 días clasificando el contenido de cada entrevista por tema, comentarios y segundos seleccionados, se procedió a hacer el montaje del discurso.

La edición y montaje de la pieza audiovisual se realizó en dos partes. En la primera, se editó durante 11 días, utilizando una Mac mini de 2.3 Quad-core, 3.3 GHz, 4GB y 1TB de disco duro. En ésta se logró armar el esqueleto del documental y se comenzó la selección de las tomas de apoyo.

En la segunda parte se realizó el montaje con una iMac de 27 pulgadas, core I7 3.4 GHz y 24GB RAM respaldada por dos disco duros externos Fusion Drive de 3TB cada uno. Esta etapa tuvo una duración de 10 días en los cuales se hizo la búsqueda y selección de la musicalización, así como la culminación del montaje. Posteriormente, durante dos días se llevó a cabo la edición de sonido, colorización y realización de los *motion graphics* (títulos e inserts).

Finalmente se dividió el material seleccionado en bloques. Se hizo un proceso creativo donde se escribió en diferentes hojas los temas a tratar en el documental Cuesta Arriba, con la intención de poderlas ordenar de manera distinta para conseguir la mejor forma de contar el relato. Las piezas u hojas se iban cambiando de lugar hasta hallar la mayor coherencia entre las mismas. Cada bloque trataba sobre un tema en específico y, entre cada uno de ellos, se tuvo la intención de hacer enlaces entre los mismos por medio de transiciones. A continuación se presenta una gráfica de cómo se llevó a cabo dicho esqueleto:





Toda la edición y montaje se hizo en los programas Adobe Premiere Pro CS6, Adobe Audition CS6 y Adobe After Effects CS6. Por otra parte, se obtuvo el acceso a la página web Audio Network de la cual se descargó música libre de derechos de autor.

La pieza final consta de una duración de 24 minutos y finalmente se grabó en formato DVD y Blue-Ray. Por último, se diseñó el cual fue utilizado para acompañar el título del documental, así como para identificar los afiches, carátulas de DVDs (anexo 1, página: ).

### 3.3.3. Créditos

- Dirección de Fotografía: Verónica Badell y Verónica Contreras
- Edición y montaje: Verónica Badell y Verónica Contreras
- Postproducción: Tuto Rodríguez
- Edición de sonido y mezcla: Tuto Rodríguez
- Sonidistas: Verónica Badell, Verónica Contreras, Tuto Rodríguez y Sergio Andrade.
- Entrevistados: Verónica Badell, Verónica Contreras, Fernanda Vangrieken, Vanessa Farina, Oriana Rodríguez, Zharina Romero, Juaisca Rodríguez, Lieslie Romero, Carolina Godoy, Carmen Leal, Daniel Mora, José Luis Aguirre y Manuel Coronel.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

“Cuesta arriba” es un proyecto que se emprendió desde la necesidad de explorar el mundo de la escalada desde los ojos de dos escaladoras que terminaron conociendo un poco más de sí mismas, no sólo por la convivencia deportiva sino casi tan importante como eso, desde la convivencia como realizadoras.

Éste corto alcanzó una duración de 30 minutos que, utilizando la técnica de la entrevista y el seguimiento en primera persona, ofrece una mirada de la escalada femenina a través de varios viajes y jornadas de entrenamiento. La intención fue combinar un ritmo dinámico para presentar un deporte extremo como este, pero también buscando momentos de calma y contemplación.

Una condición física mal entendida como débil, el miedo a caerse o sufrir una lesión severa, la frustración que puede causar el quedarse estancada y no progresar en el deporte, y un largo etcétera, que sólo funciona como excusa para quedarse en la zona de confort. Después de disciplinar la mirada gracias a la práctica documental, la escalada no termina siendo otra cosa que un símil muy preciso para el día a día de cualquier mujer, en fin, de cualquier persona.

Gracias al proceso de investigación y las largas sesiones de entrevistas, se suma también a las conclusiones que la escalada es una disciplina con infinitas posibilidades para la mujer y que el peor escenario es que los prejuicios y límites vengan de ellas mismas.

Muchas veces las personas se quejan por problemas de la vida cotidiana y sólo después de enfrentarse a situaciones extremas, como las que se viven en la escalada, se dan cuenta que les daban a éstos mucha más importancia de la que ameritaban.

El lograr superar un obstáculo en la ruta, pasar hambre, frío y cansancio extremo le permite a la persona ver los problemas diarios desde otro punto de vista. Escalar es un ejercicio donde se está en constante aprendizaje y es beneficioso tanto para el fortalecimiento físico como para el crecimiento personal.

Durante la producción del presente documental, se pudo constatar la falta de apoyo por parte de los entes gubernamentales para los deportes extremos en Venezuela. Sería interesante indagar más acerca de este problema y hacer piezas audiovisuales que expongan dicha problemática.

Es justamente la Campeona Mundial de Velocidad de Escalada 2012, Lieslie Romero, la primera que se ha visto limitada a representar a Venezuela en el extranjero por falta de apoyo. Mientras que Juaisca Rodríguez, escaladora y atleta, no ha visto en la falta de varias de sus extremidades, obstáculo suficiente para dejar a un lado su pasión por el deporte. Es ella quien termina siendo la voz más significativa de todo el relato, pero no desde la indulgencia sino desde la convicción.

La presentación de sus experiencias dentro del documental fue breve por el tiempo que debían abarcar dichas historias dentro de la pieza. Pero ambas son ejemplos a seguir en los deportes extremos y es por esto que se sugieren como historias de vida invaluable para cualquier proyecto documental.

Por otro lado, la gran dificultad a la hora de encontrar bibliografía venezolana acerca de la escalada y más aún que registre la figura femenina en la disciplina, se convirtió en un reto de investigación y de recopilación empírica de datos. Por lo que se sugiere este campo como un nicho interesante para indagar, registrar y publicar.

## LISTA DE REFERENCIAS

### LIBROS

Hague D., Hunter D. (2006) *The Self - Coach Climber: The guide to movement training performance*. China: Editorial Stackpole Books.

Caldera, J., *Gestión Documental de la información audiovisual deportiva en las televisiones generalistas* [sin año] Facultad de Biblioteconomía y Documentación. Extremadura: Universidad de Extremadura.

Clemente, J., (1960) *Cine documental español*. Madrid: Ediciones Rialp, S.A.

Deltell, L., *El documental de ficción: Entretenimiento y manifiesto*. (2006). *La ética y el derecho en la producción y el consumo del entretenimiento*. (p. 183-199) Madrid: Universidad Complutense de Madrid.

Díaz J., (2008) *El cine documental*. Departamento de historia contemporánea, facultad de filosofía y letras. (Tesis Universidad de Granada).

Hepp T., Güllich W., Heidorn G. (2001) *Colección Iniciación Deportiva: La Escalada Deportiva*. Un libro didactico de teoría y práctica. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.

Long J., Raleigh D. (1995) *Chapa y Sigue: Todo sobre la escalada deportiva*. España: Ediciones Desnivel.

Nichols B., (1997) La representación de la realidad. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica S.A.

Rander J. (1999) Claves para una escalada en roca segura. Técnica de escalada en Paredes. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.

Rinehart R., Sydnor S. (2003) To the Extreme: Alternative Sports, Inside and Out. Estados Unidos: Editorial State University of New York Press.

## **PÁGINAS WEB**

Davis, S (7 de junio de, 2010) highinfatuation.com. [Tips for women climbers]. Recuperado de <http://www.highinfatuation.com/blog/tips-for-women-climbers/>

Deportes Extremos (2007-2015) deportesextremos.net. Escalada deportiva: ¿Qué es el alpinismo? Recuperado de <http://www.deportesextremos.net/escalada-deportiva/>

FEDME (2014) Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada: Nuestros Deportes – Qué es la escalada. Recuperado de <http://www.fedme.es/index.php?mmod=staticContent&IDf=148>

FEDME (2014) Reglamento de Competiciones de Escalada FEDME. Recuperado en [http://www.fedme.es/salaprensa/upfiles/892\\_F\\_es.pdf](http://www.fedme.es/salaprensa/upfiles/892_F_es.pdf)

López F. (2011) Guioteca: *Que quieres saber?*. Deportes Extremos, qué son? <http://www.guioteca.com/deportes-extremos/deportes-extremos-que-son/>

GetStrong, M. (30 de mayo de, 2013) cruxcrush.com: Three Training Myths for Female Climbers. Recuperado de <http://cruxcrush.com/2013/05/30/three-training-myths-for-female-climbers/>

Petzl (1995 – 2015) Petzl, Acces the inaccessible: Sports, Mundo Vertical: Grigri. Recuperado de <http://www.petzl.com/es/Sport/Aseguradores--descensores/GRIGRI-2?I=INT#.VPNSyFbnIEQ>

Rockclimbingforlife.com (2010) Rock Climbing For Life: Rock Climbing Grading System. Recuperado de <http://www.rock-climbing-for-life.com/rock-climbing-grading-system/>

Salvador, A. (9 de junio de 2014) *Introducción a los Deportes de Montaña* [Deportes de Montaña]. Recuperado de <http://deportesdemontana.blogspot.com>

## FILMOGRAFÍA

Monsalve, S., Ferrer, M. & Urosa, M. (producción) y Monsalve, S. – Ferrer, M. (directores) (2011) Estado Crítico. Venezuela: ValeTV

## GLOSARIO

Arnés: equipo utilizado para sostener el cuerpo humano en el aire. Utencilio colocado a nivel de la cintura.

Asegurar: Es la acción de por medio de quipos mantener a salvo a la persona que esta escalando. Se puede asegurar con equipos como grigris, ochos y ATC.

ATC: Equipo utilizado para asegurar a un escalador. Consiste en un mecanisco manual de asguramiento.

Boulder: Estilo de escalada donde no se utilizan equipos ya que la persona sube paredes pequeñas pero con gran dificultad.

Chapa: anclaje de acero inoxidable utilizado para equipar rutas y poder progresar el escalador.

Chapea: Acción del escalador de asegurarse con un express y poder así progresar en la vía que esta haciendo.

Clean-Climbing: Es escalar en modalidad clásica. Consiste en ascender en lugares donde hay escazos y deficientes sistemas de seguridad, exigiéndole al escalador que coloque sus propios seguros. Esto trae como consecuencia un alto sentido de responsabilidad consigo mismo.

Crampon: Equipo que se utiliza para poder progresar en la nieve sin resvalarse. Se pone en las botas y tienen dientes que impiden resbalar en la nieve.

DSLR: “*Digital Single Lens Reflex Camera.*”

Encadenar: Es el hecho que el escalador suba una ruta o vía sin caer y chapeando cada aro o químico sin descansar.



Express: Elemento prescindible para poder asegurarse de las rutas. Consta de dos mosquetones a los lados y una cinta doble que los une.

Gri-gri: Equipo utilizado para asegurar a un escalador. Consiste en un mecanismo automático.

Hacer cumbre: Acción de llegar al lugar más alto de una montaña.

Largos: Tramo de distancia que varía entre 15 y 20 mts en una ruta de escalada.

Muro artificial: Pared de escalada construida por el hombre.

Ocho: Equipo utilizado para asegurar a un escalador. Consiste en un mecanismo manual de aseguramiento.

Piolet: Gancho utilizado en la escalada en hielo para adherirse al mismo.

Presas: Agarres o tomas hechas por el hombre utilizadas en muros de escalada para poder entrenar.

Químico: anclaje de acero inoxidable utilizado para equipar rutas y poder progresar el escalador.

Recódromo: Lugares cerrados compuestos por muros de escalada artificial que funcionan como gimnasios para los escaladores.

Reunión: Tope o final de una ruta de escalada.

Rot Punkt: Ascender sin caer con la ayuda del relieve natural de roca.

Ruta: vía destinada para escalar.

Seguros fijos: Anclajes que permanecen en las vías una vez puestas para que cualquier escalador la pueda intentar o practicar.

Top rope: Estilo de escalada en el que una cuerda, que se utiliza para la seguridad del escalador, se ejecuta desde un asegurador en el pie de una ruta a través de uno o más mosquetones conectados a un sistema de anclaje en la parte superior de la ruta y da vuelta a la escalador, por lo general adjuntando al escalador por medio de un arnés.

## ANEXOS

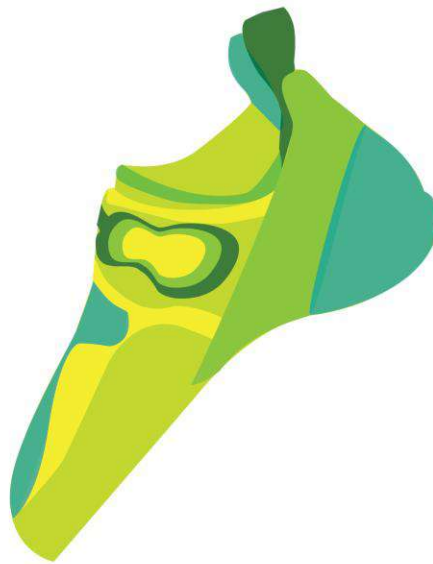
Anexo 1

Logo Independiente



Afiche

# CUESTA ARRIBA



Un documental de  
Verónica Badell & Verónica Contreras