

Introducción

LA SALUD MENTAL EN LA PANTALLA, O CÓMO ENSAYAR UNA NUEVA MIRADA

Clare Elizabeth Cannon y Pablo Alzola Cerero
Universidad Rey Juan Carlos

En su ensayo de 1891 *La decadencia de la mentira*, Oscar Wilde lanzaba una idea provocadora: las espesas y sinuosas nieblas de Londres no existieron de verdad hasta que el arte las inventó. «Los poetas y los pintores nos han enseñado la belleza de tales efectos», escribía Wilde. El arte no se limita a copiar el mundo, nos enseña a mirarlo. Hoy nos asomamos a un precipicio distinto: no nos rodea la niebla londinense, sino una nube digital; una era de inteligencia artificial capaz de producir guiones infinitos, *deepfakes* y demás «contenidos» con sólo pulsar un botón. Sin embargo, mientras los algoritmos producen narrativas basadas en el texto predictivo y el raspado de datos, hay un límite fundamental con el que se topan. Una IA puede replicar la estructura de una tragedia, pero no puede sentir el peso del duelo; puede reciclar el arquetipo del «genio torturado» después de rastrear la superficie de internet, pero no puede empatizar con el silencio de un compositor sordo ni comprender la vulnerabilidad de un padre que lucha por recordar el nombre de su hija.

En esta época de narraciones sintéticas, la mirada humana nunca ha sido más esencial. No necesitamos historias con los ingredientes exactos para no poder dejar de mirar la pantalla, sino aquellas que nos enseñen a mirar y ser mirados. Necesitamos películas y series que se nieguen a estigmatizar la salud mental o aplanar la experiencia humana convirtiéndola en mero contenido y que, por el contrario, utilicen la pantalla como un lienzo donde plasmar la realidad imperfecta, pero hermosa y resiliente, de nuestras vidas. El libro que el lector tiene en sus manos es una defensa de esta mirada humana. Es una colección de ensayos de psicólogos, estudiosos del cine y expertos en ética narrativa que aman el medio audiovisual no sólo como fenómeno cultural o herramienta didáctica, sino más bien como un arte capaz de explorar los territorios recóndi-

tos del alma. Desde la representación de la paternidad imperfecta pero valiosa en la animación contemporánea —que desafía el estereotipo del padre incompetente— hasta la fragmentación de la memoria en el ocaso de la vida, los siete capítulos del libro exploran cómo la ficción audiovisual sirve como una «superficie de reconocimiento», esto es, como un espejo en el que mirarnos. Nos recuerdan que, si bien la IA puede procesar datos, sólo el arte humano logra alumbrar un sentido.

En el primer capítulo, titulado «Cuando las historias acompañan. La representación de la vulnerabilidad en la ficción audiovisual», Clare Elizabeth Cannon nos presenta un marco desde el que asomarnos al cine y las series que llenan este libro, y nos invita a descubrir una ética dialógica de las historias. En tiempos de polarización, en los que las redes sociales fomentan la vulnerabilidad performativa y el conflicto dialéctico (nosotros contra ellos), Cannon defiende los relatos que buscan el encuentro. Este capítulo no se limita a analizar imágenes, sino que nos ofrece una metodología concreta: siete comportamientos basados en la ciencia del diálogo —desde el compromiso de vivir la propia experiencia de manera auténtica y detener el juicio hasta la búsqueda de perspectivas beneficiosas— que permiten a los creadores de historias construir personajes vulnerables que ostentan una hondura ética inusual. Al incorporar estas prácticas que favorecen el encuentro, la ficción deja de ser un retrato de las diferencias para convertirse en un espacio de reconocimiento mutuo. Encontrar verdaderamente al otro en la pantalla nos ayuda a dismantelar estereotipos y, en último término, a lograr una comprensión más profunda de nosotros mismos. Descubrimos entonces que la vulnerabilidad no es un problema ajeno, sino un terreno común donde poder crecer juntos.

Las ideas explicadas por Cannon resuenan en el siguiente capítulo, «Manual de (in)seguridad para navegar la adolescencia entre películas y series», donde Carlos Chiclana desafía los algoritmos catastróficos que a menudo definen la representación de los adolescentes. Si una IA fuera entrenada únicamente con series como *Euphoria* o *Élite*, probablemente concluiría que la adolescencia es una patología, un error del sistema que aboca a quienes lo padecen a la autodestrucción. Chiclana corrige este código: gracias al vibrante enfoque de *Inside Out 2* de Pixar y a la cruda honestidad de *Lady Bird*, dirigida por Greta Gerwig, entre otros títulos, nos replantea la adolescencia no como un colapso, sino como un proceso de maduración. La llegada de Ansiedad y Ennui a la mente de Riley es una «actualización» necesaria —no un error del sistema— para poder afrontar un mundo complejo. Este capítulo retrata la crisis como algo sano: un proceso caótico, creativo y necesario de diferenciación. En última instancia, es una llamada a que los creadores de historias superen los estereotipos del adoles-

cente rebelde y comprendan que, cuando los protagonistas de películas como *Los Croods* o *Elemental* cuestionan a sus familias, no las están traicionando, sino que buscan su propia voz. Chiclana nos recuerda que la búsqueda adolescente de la identidad comporta una historia que honrar, no tanto un problema que resolver.

Si bien hay simplificaciones que limitan la representación que hacemos de un adolescente, también las hay que empobrecen el retrato de un personaje histórico, acaso un genio. En el capítulo «La psicología del genio. Beethoven, un retrato incompleto», Abigail Jareño nos invita a desconfiar de los reduccionismos de algunas biografías. El cine lleva mucho tiempo encaprichado con el arquetipo del genio loco y, en películas como *Amor inmortal* o *Copying Beethoven*, ha reducido a Ludwig van Beethoven a una caricatura de rabia impulsiva y tendencia al aislamiento. Jareño recurre al método de la psicobiografía para dismantelar este cliché. Sostiene que la personalidad es «situada»: no somos un bloque de granito, sino un organismo vivo que se adapta, o se rompe, según el recipiente del contexto. Al acudir a las fuentes primarias —las cartas y diarios del músico alemán— Jareño no descubre a un misántropo, sino a un hombre que anhelaba desesperadamente la conexión con los otros y la intimidad con ellos, pero que se veía obligado a replegarse frente a la angustia por su sordera y por el clima social de una Viena convulsa. Este capítulo nos advierte que reducir a un personaje complejo a sus exabruptos o a un diagnóstico patológico no es más que desidia narrativa. Es más honesto, en cambio, contar la vida de un ser humano a partir de la tensión entre su deseo de amar y las barreras que la vida le impone.

A continuación, encontramos tres capítulos que abordan cuestiones tan fundamentales en el arte de contar historias como son la identidad y la memoria en relación con la pérdida y el duelo. Quizá la interrupción más dolorosa de una historia venga dada por la muerte de un hijo. María Ángeles Medina y Antonio Sánchez-Escalonilla nos guían por este valle de sombras en su capítulo, titulado «La pérdida del hijo en el relato cinematográfico. Reconstrucción de la identidad de personajes paternos y maternos tras el cierre del duelo». Los autores se valen de la psicología humanista de Abraham Maslow y de la teoría del apego de John Bowlby para analizar cómo el cine retrata el derrumbamiento de nuestras creencias nucleares —la asunción de que el mundo es bueno y tiene sentido, y de que nosotros somos dignos— tras la irrupción de la muerte. En *Tres anuncios en las afueras*, *Gente corriente* y *Mass* somos testigos del duelo como una reconstrucción dinámica del yo, no tanto como un proceso pasivo. En la primera película Mildred Hayes convierte su dolor en rabia, y hace de esta un arma con la que obligar al mundo a mirar su herida. En *Mass* asistimos

a una confrontación de duelos, entre los padres de una víctima y los padres del perpetrador: se trata de una historia desprovista de aderezos que nos revela el mecanismo de la culpa y la posibilidad del perdón. Este capítulo subraya cómo, si bien el duelo es un punto débil o *fatal flaw* en el arco de transformación del personaje, su resolución no consiste en olvidarlo ni en vencerlo sino, más bien, en integrar esa pérdida en nuestra identidad reconstruida.

La identidad personal y la pérdida son también el centro de gravedad de *Cerrar los ojos*, el último largometraje dirigido por Víctor Erice. En su capítulo «Cerrar los ojos, abrirse al mundo. Identidad y memoria en la última película de Víctor Erice», Jorge Latorre y Joseba Bonaut desarrollan una sugerente meditación sobre la obra maestra del cineasta español. En una era del «absolutismo de lo audiovisual», en la que somos arrollados por el flujo incesante de contenido digital, Erice nos invita a detenernos y mirar hacia dentro. La película plantea la identidad personal como un laberinto donde los nombres se desvanecen y los actores desaparecen; pero también donde, pese a todo ello, el milagro del cine sigue posibilitando el reconocimiento. Este capítulo explora cómo el cine actúa como un registro de la memoria, un lugar donde los asuntos pendientes del pasado aún pueden ser afrontados. Cuando Julio cierra los ojos frente a la pantalla de cine, el suyo no es un gesto de rechazo, sino de restauración; implica, de algún modo, afirmar que en un mundo de ruido la imagen más poderosa es la que conjuramos en el silencio de nuestra propia mente. Así, Latorre y Bonaut abordan la vulnerabilidad del envejecimiento desde el poder restaurador del arte, recordándonos que el cine nos ofrece el «consuelo de pertenecer al mundo».

La vulnerabilidad no es solamente un tema sobre el que contar historias, es también una forma de hacer cine. El capítulo de Javier Figuro, «La representación de los vínculos humanos y su fragilidad a través del montaje en *El padre* (Florian Zeller, 2020)», nos presenta un lenguaje de la empatía. ¿Cómo se representa la fragmentación de la memoria, propia de un anciano con demencia, sin convertir al personaje en mero espectáculo? Figuro demuestra cómo *El padre* emplea el montaje —la gramática misma del cine— para sumergir al público en el mundo en desintegración de Anthony. A través de cortes abruptos (*smash cuts*) y otras estrategias clásicas como el «efecto Kuleshov», la película no se limita a observar la confusión del protagonista: la inflige al espectador. Cuando Anthony pierde su reloj constantemente, por ejemplo, nos damos cuenta de que en realidad ha perdido la noción del tiempo. Este capítulo nos enseña que el lenguaje nunca es neutral: en manos de un buen montador, el corte no es sólo una transición, sino un acto de empatía. Figuro argumenta cómo, al compartir la desorientación del protagonista, redescubrimos su dignidad; porque, incluso

cuando la mente se deshilacha, los lazos humanos siguen siendo firmes amarras en medio de la tormenta.

El último capítulo, «Reconstruir la casa. La restauración de los vínculos familiares en el cine español reciente», sigue la estela de Figueró en la relación que plantea entre lazos humanos y salud mental. En sintonía con Josep Maria Esquirol, para quien la salud mental es un estado de equilibrio que permite la apertura a los otros, los títulos estudiados por Pablo Alzola en este capítulo nos plantean esta apertura como un habitar. Se trata de películas donde la recuperación de los vínculos familiares es mostrada como un proceso que discurre paralelo a la restauración de una vivienda. *La casa*, *Los pequeños amores* y *Los destellos* nos enseñan cómo la tarea de remozar una casa —mediante gestos sencillos, aparentemente intrascendentes— puede ser el camino para el reencuentro de los familiares y el inicio de una conversación que posibilite el perdón. En la línea del capítulo anterior, Alzola explora el lenguaje cinematográfico de estas películas y nos hace ver de qué manera invita al espectador a adentrarse en las imágenes como si las estuviera habitando, propiciando en él actitudes tan reparadoras como son la contemplación y el asombro.

Tal vez, antes de emprender la lectura de este libro, el lector se pregunte qué hay de importancia en todo esto, por qué necesitamos ensayar una nueva mirada sobre la salud mental. Creemos que hay en nosotros, los espectadores, un deseo profundo de relatos que dialoguen con la verdad de nuestra experiencia sin arrastrarnos a la desesperanza. Las audiencias no piden consuelos fáciles ni finales artificiales: buscan reconocimiento, historias donde la dificultad sea nombrada, pero no sea la última palabra. Sabemos que en nuestro tiempo la soledad está cada vez más extendida, y los vínculos humanos cada vez más tensionados. En este contexto, una IA podría generar un guion técnicamente eficiente; no obstante, al nutrirse de lo que ya existe en la red, estaría condenada a reciclar una y otra vez los mismos estereotipos que limitan nuestra comprensión: el genio torturado, la víctima pasiva, el enfermo peligroso. La máquina no es consciente de que sus datos son reduccionistas, no es consciente en ningún caso; es incapaz de reconocer que convertir el trauma en espectáculo es una forma más de ceguera, no de visión. Sólo una mirada humana, capacitada para ver más allá de los clichés, puede vislumbrar cómo a veces es más heroico permanecer en la propia habitación —escuchando al otro, dejando que la vulnerabilidad sea puente y no abismo— que salvar el mundo.

Este libro es una apuesta por el elemento humano que sustenta toda narración. Está dirigido a cineastas, académicos y psicólogos, así como a cualquier lector que crea que las historias no son mero contenido con el que alimentar las redes, sino la arquitectura misma de nuestra empatía. Sus páginas abogan por

un cambio de las «narrativas dialécticas» de conflicto a las «narrativas dialógicas» de encuentro, y sostienen que la representación de la vulnerabilidad, si se hace desde la empatía (ya sea la confusión de un padre con demencia o la rabia de una madre que ha perdido a su hija), no supone una explotación comercial del dolor, sino una afirmación radical de nuestra dignidad. Al leer estos capítulos, el lector encontrará el amplio espectro de la condición humana: verá cómo el montaje puede suscitar empatía, la música tender puentes en la historia, y cómo una conversación puede salvar una vida; verá que, mientras la IA puede replicar la niebla, volviendo a Oscar Wilde, sólo el artista es capaz de recobrar la claridad que se esconde tras ella.

No quisiéramos concluir esta introducción sin expresar nuestro agradecimiento a las personas que han hecho posible este libro. Estamos agradecidos, en primer lugar, a Araceli Rodríguez Mateos, coordinadora del Grupo de Investigación Alto Rendimiento en Artes Visuales y Estudios Culturales de la Universidad Rey Juan Carlos (GIAVEC), de cuya iniciativa y generoso apoyo nace esta publicación. Del seno de GIAVEC nacieron también las I Jornadas Artes Visuales y Salud Mental, celebradas los días 12 y 13 de noviembre de 2025 en el Campus de Madrid Quintana de la URJC, donde se presentaron algunas ponencias que fueron el germen de estos capítulos. Aquellas jornadas contaron con la presencia activa de los alumnos de Máster en Guion Cinematográfico y Series de Televisión de la URJC: sus valiosas preguntas y comentarios sirvieron para matizar o encauzar algunas ideas, y por ello les estamos muy agradecidos. También damos las gracias a los autores, Carlos Chiclana Actis, Abigail Jareño Gómez, María Ángeles Medina Carrasco, Antonio Sánchez-Escalonilla, Jorge Latorre Izquierdo, Joseba Bonaut Iriarte, Javier Figuro Espadas, Clare Elizabeth Cannon y Pablo Alzola Cerero, cuyo apasionado y minucioso trabajo ha dado como fruto estas páginas. Nuestro agradecimiento va también para Ana Gil de Pareja y Elena Camacho, de la editorial EUNSA, quienes desde que les propusimos este proyecto han confiado en nosotros, y nos han acompañado con paciencia y cariño a lo largo de su elaboración.

Madrid, 19 de marzo de 2026