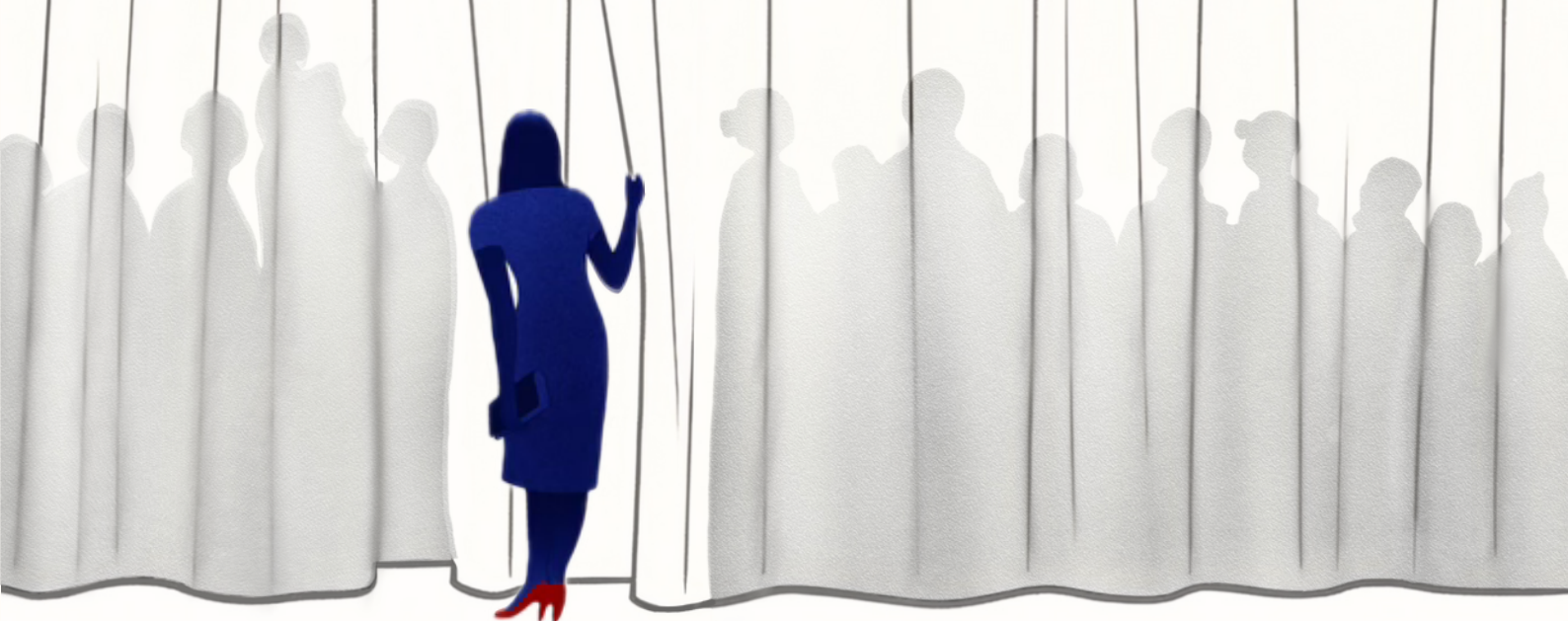


ENTRE BAMBOLINES

*La part més amagada
dels actors*



2n de batxillerat D

Treball de Recerca

Autora: Aina Diaz Termes

Tutora: Montse Catasús Martínez

*“Els actors som com un nen que vol ser estimat
i sempre esperen els aplaudiments i el reconeixement del públic,
dient jo vull que m'estimin”*

Àurea Márquez i Miquel Malirach



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

FITXA TÈCNICA

Títol: *Entre Bambolines: La part més amagada dels actors*

Autoria: Aina Diaz Termes

Any: 2025

Curs: 2n de batxillerat

Grup: 2n batxillerat D

Modalitat de batxillerat: Batxillerat social

Tutora del treball: Montse Catasús Martínez

Personatges (paraules clau): Actors i actrius, interpretació, popularitat, crítiques, salut mental, inestabilitat, precarietat, mecanismes, difusió.



AGRAÏMENTS

En aquest apartat m'agradaria poder agrair i dedicar tot l'esforç i interès, fruit del temps i dedicació, no només meu, sinó de tothom que ha participat d'alguna manera o altra en aquesta obra, per haver-me ajudat a descobrir què hi ha entre les bambolines.

En primer lloc, considero essencial donar el més infinit agraïment a la meva tutora Montse, va ser la primera persona que va creure en aquest treball abans que jo mateixa ho fes, acompanyant-me, escoltant-me i orientant-me des del nostre primer contacte fins a l'últim. Encara recordo les primeres reunions, en què em vas transmetre les ganes que tenies de tutoritzar el meu treball així com jo també volia que ho fessis tu, tenint ràpidament una bona sintonia i comunicació.

Sense tu aquesta recerca no hauria estat el mateix. Ha estat un plaer compartir amb tu cadascun dels progressos de la investigació.

Voldria agrair també a tot el professorat que hi ha col·laborat directament o indirectament, aportant el seu granet de sorra. En especial, al meu extutor Francesc del IE Jacint Verdaguer que, tot i no haver compartit hores lectives durant aquest curs, sempre t'has mostrat pendent del que el treball o jo necessitàvem animant-me a seguir endavant.

Als actors i actrius entrevistats, agrair-vos la vostra generositat i predisposició per haver-vos animat a compartir amb mi la vostra passió i experiència més sincera sobre la interpretació. Sense la qualitat de les vostres respostes la investigació no s'hauria fet realitat. Gràcies: Melani, Arnau, Marc, Clara, Ferran, Anna, Marta, Irene, Albert, Gemma, Francesc C, Bea, Roger, Dèlia, Natàlia, Francesc G, Miquel F, Ferran C, Maria Pau, Enric, Abril, Bernat. A tots moltes gràcies!

En especial, els qui heu procurat explicar-me tots els ets i uts de la professió i heu fet que el treball valgués la pena i cobres sentit, a l'Àurea, el Miquel, la Cristina, el Jordi i en Sergi. Aquest estudi és per vosaltres.

Ja per acabar, vull donar les gràcies pel suport i ànims que he rebut per part a la meva família i amics sent-hi en cada moment de més tensió i nerviosisme que m'ha portat la confecció d'aquest projecte. Gràcies pares per totes les hores que m'heu animat i sostingut, igual que us heu interessat a parts iguals.



RESUMEN

Los actores, aparte de dar vida a los personajes que interpretan, viven su propia obra de teatro. Este trabajo, *Entre Bambolines, la part més amagada dels actors*, nace con el objetivo de dar visibilidad y mostrar lo que queda escondido detrás de los focos y la burbuja de glamour que envuelve la profesión de actor.

A través de entrevistas a diversos intérpretes, se ha explorado el papel que tiene la popularidad en su vida personal, como esta les afecta o no en su bienestar emocional, y también el papel que tiene la precariedad e inestabilidad del oficio, que es una de sus máximas preocupaciones y por la cual pueden sufrir incertidumbre y desmotivación. Además, después de obtener esta información, se ha hecho difusión de lo que sienten basado en sus vivencias, a través de diferentes medios de comunicación para exponer esta realidad del mundo de la interpretación.

En conclusión, este estudio intenta difundir una mirada más humana de esta realidad en ocasiones invisible.

ABSTRACT

Actors give life to their characters, but they also perform their own theater play. This research paper, *Entre Bambolines, la part més amagada dels actors*, was born with the purpose to show what is hidden behind the lights and the bubble of glamour that may involve the acting profession.

Through some interviews with different actors, it has been possible to explore the role that fame plays in their personal life. If it affects their emotional well-being, the role of precarious employment and the instability in this sector. This is one of their main concerns which may lead to uncertainty and demotivation.

Another objective in this paper was sharing all the information gathered to present the actors' feelings based on their personal experience, which has been achieved by using different media to give a voice to this reality in the world of interpretation.

To sum up, this project has intended to defund a more human perspective on a, sometimes, hidden reality.



ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ	6
2. MARC HISTÒRIC	11
2.1 Història del teatre català	11
2.1.1 Què és la interpretació?	14
2.1.2 Què és un intèrpret?	15
2.1.3 Evolució de l'actor i paper social	18
2.1.4 Professió en l'actualitat dels actors	18
3. COM FUNCIONA LA INDÚSTRIA DE LES ARTS ESCÈNIQUES	19
3.1 Passos per arribar a entrar en aquest sector de les arts escèniques	19
3.2 Paper de les xarxes socials en l'actualitat	21
3.3 Acceptació i afectació dels nos en un càsting	23
3.4 Rols dins del sector	23
PRIMER ACTE: LA POPULARITAT DARRERE EL TELÓ	25
4. PAPER DE LA POPULARITAT EN LA VIDA D'UN ACTOR	26
4.1 Definició i característiques de la fama actoral	26
4.2 Graus de popularitat	27
4.3 Impacte emocional i psicològic de la fama a Catalunya	28
4.4 Les crítiques, i els seus tipus	30
4.4.1 Els elogis són tan bons com sembla?	35
4.4.2 Balanç i gestió de les crítiques	36
SEGON ACTE: L'altra cara de la màscara inestable	37
5. SALUT MENTAL I PRECARIETAT LABORAL EN UN ACTOR	38
5.1 Escenari del sector interpretatiu a Catalunya	38
5.2 Inestabilitat del sector, causes i conseqüències	42
5.3 Equilibri entre la vida personal i professional	43
5.4 Afectació de la salut mental dels actors i actrius davant la precarietat laboral a Catalunya	44
6. SEPARAR VIDA PERSONAL I PROFESSIONAL	46
6.1 Gestió i mecanismes que desenvolupen els actors per separar la seva vida privada de la pública. Se n'aprèn mai?	46
6.2 Conseqüències que té ser una figura reconeguda	48
TERCER ACTE: FER ARRIBAR LA VEU A LA PLATEA	49
7. TÈCNIQUES DE DIFUSIÓ I OBTENCIÓ DELS RESULTATS	50
7.1 Blog	50
7.2 Instagram	53
7.3 Ràdio	55
7.4 Dades de la difusió	56
8. CONCLUSIONS	63
9. EPÍLEG	67
10. WEBGRAFIA	69



11. BIBLIOGRAFIA.....	71
12. ANNEXOS.....	72
Annex 1 Material de les entrevistes.....	72
Annex 2 Difusió.....	75



1. INTRODUCCIÓ

“Què hi ha al darrere de ser actor”, aquesta va ser la primera frase que vaig dir-li a la meva tutora de Treball de Recerca quan vaig començar a pensar sobre quin tema volia investigar. Des del primer moment, tenia clar que volia centrar-me en les arts escèniques. Sempre m’ha agradat i despertat molta curiositat tot allò relacionat amb la interpretació. Hi tinc una gran implicació personal i, de fet, m’agradaria dedicar-m’hi professionalment.

No només m’interessa tot allò que passa a l’escenari, sinó també tot allò que no es veu d’un intèrpret i, que sovint queda amagat darrere d’una bombolla de glamur i admiració. Per aquesta raó no podia escollir cap altre tema que m’identifiqués i em captivés tant com aquest.

Suposo que tots tenim una inquietud que ens mou, motiva i empeny a voler saber-ne més. Aquesta és exactament la sensació que tinc amb aquest treball: una necessitat constant de pensar-hi i d’aprendre. Me’l plantejo també com un repte personal, una manera de demostrar-me fins on soc capaç d’arribar. Anhelo que l’Aina que avui escriu aquestes línies, quan arribi el moment d’entregar-lo, es senti orgullosa de si mateixa i haver après i gaudit a parts iguals.

Volia que aquest treball no fos només una obligació de la meva etapa de batxillerat. Sabia que implicaria moltes hores de dedicació, compromís i esforç, però també ho vaig veure com l’oportunitat perfecta per endinsar-me i aprendre tot el que fos possible sobre què significa realment ser actor.

Recordo el moment en què em vaig adonar que el teatre ja no era només un passatemps per a mi. Va ser el 17 de desembre de 2022, quan, amb la meva mare, vam anar a veure *M’hauríeu de pagar*, un text punyent on l’escenari gairebé tocava el públic. Aquella proximitat em va fer sentir dins de l’escena. Amb el temps vaig comprendre que, aquella obra que tant m’havia agradat era exactament el que volia fer. Allò que em va atrapar era: la màgia del teatre.

T-E-A-T-R-E: Un art efímer, que és molt més que enfil·lar-se a un escenari i representar un text. És emocionar-te, empatitzar, una creació i un sentiment. Fa anys que faig classes de teatre i aquesta activitat m’ha permès veure la realitat de la professió des d’una perspectiva més propera i m’ha fet adonar que no tot és el que sembla. La societat tendeix a idealitzar el món de les arts escèniques, veient-lo com un camí idíl·lic de triomf i perfecció, sovint fruit de la desinformació i prejudicis.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Aquesta reflexió em va començar a interessar en especial després de llegir *The 7 Husbands of Evelyn Hugo*, una novel·la inspirada en diverses actrius icòniques de Hollywood, com Elizabeth Taylor, Marilyn Monroe o Rita Hayworth, em va fer veure com darrere la fama, hi ha sacrifici, i una pèrdua de llibertat personal. A través de la seva protagonista l'Evelyn Hugo, se'ns mostra la cara més fosca de ser una dona actriu als anys cinquanta: la resiliència, el control i la pressió mediàtica.

Aquesta lectura em va fer plantejar preguntes com ara:

- Fins a quin punt la fama afecta la salut mental i la vida personal dels actors?
- Deixen de fer coses per ser tan famosos?
- La fama els transforma?

Aquestes preguntes van ser el punt de partida del meu Treball de Recerca: voler mostrar què implica realment ser actor.

Perquè, qui no ha vist una pel·lícula? O qui no s'ha trobat un famós pel carrer i s'ha quedat sorprès? Vull centrar-me en investigar i mostrar una visió diferent de la realitat, del que hi ha darrere d'aquell protagonista que surt cada tarda a la sèrie diària i que s'ha tornat gairebé família per a mi. Com va dir Marilyn Monroe "*I never wanted to be Marilyn it just happened. Marilyn is like a veil I wear over Norma Jeane*", traduït al català vindria a ser "Mai vaig voler ser la Marilyn, només va passar. Marilyn és com un vel que porto sobre la Norma Jeane". Aquesta cita reflecteix com la Marilyn Monroe, va provar de separar la seva carrera professional de la vida personal i el personatge que va haver de crear.

Inevitablement, ens imaginem que els famosos tenen una vida idíl·lica, però probablement tenim més coses en comú amb ells del que ens pensem. Per això, m'agradaria fer pública la meua investigació i fer arribar el resultat de la meua recerca a tots aquells que tinguin curiositat per descobrir què s'amaga darrere d'un actor.

Primer de tot per endinsar-me amb el tema, vaig fer una petita recerca i pluja d'idees, per comprovar que la temàtica fos viable. A poc a poc, vaig anar concretant, fins a arribar al punt de tenir un tema sòlid. Tenia clar el què volia fer, però així com ho vaig definir amb bastanta facilitat, em va costar acotar què investigar en profunditat i delimitar els objectius amb les seves hipòtesis. Segurament, l'arrel de totes aquestes dificultats venia, precisament de la gran amplitud del tema i, del fet que jo mateixa no tenia les idees prou definides.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

No va ser fins passats uns mesos quan vaig anar enfocant millor la recerca, tot i topar-me amb obstacles com haver de redefinir els objectius diverses vegades. Malgrat els entrebancs i els moments de dubte, ara estic convençuda que aquest és el millor tema que podria haver escollit. Cada vegada que obro aquest document, gaudeixo del temps que hi dedico, i estic segura que tot l'esforç i hores que hi invertiré acabaran valent la pena. El meu interès no ha deixat de créixer, i en part això, també ha estat gràcies a la meua tutora, que m'ha ajudat a aclarir les idees i enfocar el camí.

A *Entre bambolines*, tinc la intenció de fer una mirada honesta i sincera a tot allò que queda amagat darrere d'un actor quan s'apaguen les càmeres, es tanca el focus o s'abaixa el teló. També faré un breu recorregut des dels inicis del teatre fins a l'actualitat, passant pel teatre isabelí fins arribar a les plataformes digitals. A més, vull donar gran rellevància al teatre català per entendre com ha evolucionat i quines diferències hi havia abans respecte ara.

Considero que és un tema que està a l'abast de les meves possibilitats, ja que m'interessa, m'apassiona i tinc una gran motivació per entendre i mostrar que la vida d'un actor no tot són flors i violes, com sovint pensem.

Pretenc fer caure el mite de l'actor, de la fama i dels somriures que fan semblar que tot va bé, per mostrar el que realment s'amaga darrere de la màscara fictícia. M'agradaria evidenciar que no tot és tan glamurós i fàcil com sembla a l'espectador i com això condiciona la seva vida, com el fet de ser famós influeix en les decisions que pren un actor i de quina manera gestionen la seva vida personal respecte a la professional. També vull analitzar com això els afecta emocionalment, ja que no deixen de ser persones humanes amb una vida, família, amistats i sentiments.

Tota recerca ha de tenir una base i una finalitat que justifiquin el perquè es fa. Aquest propòsit, concretament, són els objectius, i des que vaig començar aquest treball, m'hi he esforçat molt a trobar-los i definir-los amb claredat. Tal com he comentat anteriorment, escollir-los ha estat, sense dubte, una de les parts més llargues i difícils de tot el procés fins ara.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Tot i això, considero que no hi ha millor motor per investigar que la curiositat que neix de la incertesa. Ara mateix, estic il·lusionada i expectant per veure com evoluciona el treball, i amb moltes ganes d'endinsar-me de ple en la investigació, per veure quina magnitud agafarà tot plegat. Gràcies a l'ajuda i consells del meu entorn més proper que em sosté, guia i acompanya, he aconseguit definir els que considero els tres objectius principals d'aquest treball.

El primer objectiu és demostrar que la popularitat o el fet de ser un actor conegut condiciona la manera de ser d'una persona i, valorar si aquesta exposició pública els compensa la pèrdua de privacitat. També vull trobar els mecanismes que tenen els actors per separar la vida personal de la seva vida artística.

En segon lloc, m'agradaria demostrar perquè sovint s'associa al sector de la interpretació com un sector molt inestable i precari, tant econòmicament com mentalment. Vull analitzar les causes d'aquesta inestabilitat i veure com afecta al caràcter i la salut mental dels actors.

Un cop resoltes aquestes qüestions, en el tercer objectiu em proposo trobar mitjans de comunicació adequats per fer difusió de la meva recerca i donar a conèixer la realitat d'aquesta professió. M'agradaria obtenir una resposta del públic a través d'opinions personals, debats, interacció a les xarxes, preguntes o nombre de visualitzacions.

Per assolir aquests objectius i veure la seva viabilitat, primer cal veure si realment tenen resposta, i per aconseguir-ho és necessari formular unes hipòtesis que hauré de validar o refutar al final del treball. Per tant, a partir d'aquests objectius, puc formular les meves hipòtesis “crec que ser actor amb una certa popularitat condiciona la manera de ser d'una persona”. “Confio a trobar els mecanismes que tenen els actors per separar la vida personal de la laboral i la manera com actuen davant situacions complexes”. “Penso que podré demostrar per què sempre s'associa el sector amb la inestabilitat i la precarietat, així com les conseqüències que això té sobre la salut psicològica dels actors”. I, finalment, “crec que seré capaç de trobar mitjans per fer difusió i recollir l'opinió del públic”.

La metodologia a seguir, es dividirà en 2 fases que es complementen mútuament:

En una primera etapa, em centraré en la recerca d'informació ja publicada. Aquesta fase inclourà la lectura de llibres i articles que tractin d'experiències reals, entrevistes, assajos i la visualització de documentals que abordin la vida personal i emocional dels actors.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

L'objectiu és aconseguir una base sòlida que em permeti identificar quins aspectes caldrà aprofundir a la segona fase, i què serà necessari conèixer de primera mà. Encara que aquesta part pot semblar la més feixuga i laboriosa, espero que també sigui enriquidora i gratificant.

La segona etapa consistirà en obtenir informació directa a través de converses amb actors i actrius catalans, ja que considero que són una font molt valuosa i fiable per completar aquells aspectes que la recerca bibliogràfica no em pugui aportar. Aquesta fase inclourà la preparació dels guions per les entrevistes, la selecció de testimonis i el contacte amb ells. Mitjançant aquestes converses, podré recollir vivències i reflexions personals que complementin i enriqueixin la informació obtinguda en la primera fase. Acabaré aquest apartat, fent un buidatge d'aquestes converses per poder-les utilitzar com una font més d'informació.

Aquest treball, doncs neix de la meva gran passió pel món de les arts escèniques i, la necessitat de descobrir què amaga el teló. Busco, allà on no hi ha guions establerts ni aplaudiments, l'espai més íntim i genuí dels actors per entendre què significa i comporta realment l'ofici de la interpretació.



2. MARC HISTÒRIC

Per tal de poder comprendre amb facilitat tots els conceptes que són necessaris al llarg del projecte i entendre el motiu pel qual s'ha dut a terme. Cal situar-nos en el context històric amb un breu resum de l'escenari en què el teatre s'ha anat desenvolupant al llarg del temps. D'aquesta manera es podrà entendre com ha evolucionat el teatre i els seus intèrprets, quin paper social té l'actor o actriu, i la situació actual de la professió.

2.1 Història del teatre català

El teatre, tal com l'entenem avui, és la representació d'un art mil·lenari, que es dramatitza en el moment de ser representat, per part d'un actor dalt d'un escenari. Amb la finalitat de transmetre una experiència commovedora i emocional al mateix temps de fer gaudir l'espectador. En cada país té un nom diferent, però sempre conservant la capacitat única i original (en anglès diem "play", "spiel" en alemany, "jue" en francès). Tot i això, a tot arreu té en comú la voluntat de commoure i captar l'atenció amb cada paraula i gest, transformant-se al mateix ritme que la societat i reflectint tota mena de canvis.

No va tenir uns inicis fàcils i aquests orígens teatrals es remunten als referents preromans, concretament a Grècia al segle VI amb manifestacions teatrals religioses i adoctrinadores. No destriaven la ficció com fem nosaltres, era més aviat un teatre breu, que es feia en ocasions festives per a un gran públic, amb autors com Esquil, Sòfocles i Eurípides que van posar la base del teatre. Amb l'ús de la màscara permeten als actors mostrar ràpidament diversos personatges i gèneres, representant arquetips en comptes de personatges psicològics, o l'ús de la catarsi referint-se a l'alliberament d'haver viscut les desgràcies dels personatges.

Amb l'arribada de l'Edat Mitjana, les representacions eren una combinació d'actes religioses i festius. Segons els primers arxius històrics d'Antoni Comas, va ser en aquest moment, al segle XV, que es van realitzar les primeres representacions a Catalunya. Inicialment, aquestes representacions tractaven drames litúrgics i misteris, i fins més endavant no es va destinar un lloc exclusiu per a aquestes representacions i es va a parlar pròpiament d'actors i actrius amateurs.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Amb el Renaixement Italià (XIV), el teatre va recuperar el llegat clàssic de figures imprescindibles arribant al punt més àlgid, es va organitzar en gremis, sorgint així grans tradicions arreu del món, com la commedia dell'arte, el teatre isabelí, amb autors com William Shakespeare, o el francès Molière amb la seva sàtira; va ser un vehicle d'expressió de temes socials i polítics.

Després d'aquest moment, al segle XVIII, durant el Neoclassicisme, es van reivindicar les unitats de temps, lloc i acció que havien establert Sòfocles i Aristòtil. A Barcelona, el gènere predominant eren els sainets, conjuntament amb el teatre Marià, que abastava tota classe de drames, des de religiosos a socials. Malgrat que s'hi conserven poques obres, per la restricció del català i va ser substituït per l'entremès després de la derrota de 1714. No va ser fins a la segona part del segle XIX, amb el moviment de la Renaixença, que el teatre va créixer amb força, comptant amb autors com Frederic Soler i Àngel Guimerà. Cal destacar els putxinel·lis, que van ser molt populars. I va ser en aquest moment que va néixer el teatre Romea, el 1863, inicialment era un teatre privat i orientat a la burgesia, tanmateix, l'any 1981 va passar a ser el Centre Dramàtic de la Generalitat, anys després (1997) reemplaçat pel Teatre Nacional de Catalunya.

Entrant al segle XIX, va haver-hi un desig de modernitat, tot plegat tenint un ressò a Barcelona amb l'eclosió d'un moviment anomenat Modernisme, que es va estendre per tots els camins d'Europa amb la finalitat de renovar i influir en les arts i en els seus creadors. Coincidint amb l'etapa de descomposició a finals de segle, Adrià Gual, va voler fer un retorn a l'origen del teatre de la natura que es representava a la intempèrie amb peces destinades als espais naturals més valorats i reconeguts del país. Es van recuperar el 1898 als jardins del Laberint d'Horta amb l'estrena d'*Ifigènia a Tàurida*, aportant elements bàsics i originals de les avantguardes, el Naturalisme i Realisme. D'altra banda, el 1913 va fundar la primera escola per a l'actor a Catalunya, l'Escola Catalana d'Art Dramàtic Adrià Gual. Anys després, l'any 1923, va prendre el nom Institut del teatre i va ser de la Generalitat, donant cabuda a les estrenes dels autors catalans més importants. El projecte va conviure amb el Noucentisme, un moviment més propi de la burgesia, reclamant la tradicionalitat, juntament amb l'inici de les avantguardes, expressionisme i la renovació de l'escena.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Amb l'arribada de la Guerra Civil i del règim franquista, es van radicalitzar els corrents teatrals. Molts intel·lectuals es van exiliar cap a altres indrets, d'altres van morir i a una gran quantitat se'ls va imposar el silenci. Va ser en aquest període que van sorgir dos camins teatrals, d'una banda, el teatre d'evasió, que ignorava la gravetat dels esdeveniments i de l'altra trobem un teatre compromès i conscient del que passava. No va ser fins al 1946 que es va permetre representar la primera obra en català, al teatre Romea amb *El ferrer de tall* de Serafí Pitarra.

En aquest mateix segle, es va incorporar el teatre de l'absurd, que reflectia les preocupacions comunes de l'Europa de la postguerra, tot mostrant la vida humana com a manca de sentit lògic. Paral·lelament a França es va implantar la tècnica de la màscara neutra (exemplificada a la imatge 1), que consisteix a fer sentir que l'actor és una pàgina en blanc, aconseguint crear un estat corporal, neutre i preparat per desenvolupar qualsevol personatge o estat emocional sense cap mena de prejudicis. A través de la pedagogia teatral de Jacques Lecoq, actors com Sergi López, entre altres, es van formar i s'han nodrit d'aquest recurs de la màscara, aportant influències a la nostra escena. Seguidament, a Catalunya es van crear companyies de teatres independents, com la de Ricard Salvat i Maria Aurèlia Campany, vinculada a l'escola d'Adrià Gual, fet que va portar a representar el nostre teatre en els principals festivals Espanya i l'estranger. D'aquí es van desencadenar altres companyies com Els Joglars (1962), Els Comediants (1971), La fura dels baus (1979) i La Cubana (1980).



Imatge 1. Primeres màscares neutres
Font: El cuerpo poético



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Amb la transició democràtica i represa del català, es va aconseguir una gran fita remarcable, va ser l'any 1997 quan s'estrenava oficialment el TNC¹ amb l'obra *L'auca del senyor Esteve* de Santiago Rusiñol. Un any després el Teatre Lliure va passar a ser de la Generalitat, recuperant així la normalitat sense censura.

En el període contemporani, destaquen dramaturgs com Josep Maria Benet i Jornet (1940-2020), amb obres com *Revolta de bruixes*. Paral·lelament, va engegar una carrera com a guionista i productor televisiu a TV3, sent responsable de sèries melodramàtiques més populars de Catalunya com *Poblenou* o *Nissaga de poder*, entre d'altres. També ressalten noves autories com Sergi Belbel, Lluïsa Cunillé o Jordi Casanovas per haver escrit obres impactants com *Jauria* o *Conspiranoia*.

Tots aquests moviments han propiciat la creació d'una gran quantitat de sales teatrals i festivals realitzats a Catalunya, com per exemple el festival Grec a Barcelona, Temporada Alta a Girona i Salt o sales com la Villaroel, la sala Beckett i l'Espai Brossa, entre moltes altres que es troben dins i fora la capital catalana. Aquesta efervescència cultural també ha afavorit el sorgiment de l'Associació d'Actors i Directors Professionals de Catalunya, sent una de les principals xarxes d'unió d'actors a Catalunya, oferint tota mena d'assessorament laboral i dinamitzant el sector interpretatiu. Tot aquest recorregut ha permès que la història teatral catalana i de les seves tècniques evolucionin, convertint-se així en una disciplina més complexa i cada cop més professionalitzada.

2.1.1 Què és la interpretació?

La paraula interpretació pot utilitzar-se en diversos contextos, ja que existeixen múltiples formes d'interpretar. En la majoria dels casos, la finalitat és atribuir un significat a paraules o gestos per tal de fer-los més comprensibles.

En aquest cas em centraré en l'art de la interpretació teatral, que adquireix un significat propi. Consisteix en el procés de representació d'un personatge, mitjançant el qual els actors i les actrius desenvolupen, de manera individual, recursos actors diversos. No es tracta només de donar veu a unes paraules, sinó de posar en joc un conjunt de mecanismes corporals, creatius, vocals, emocionals i de concentració que permeten construir un personatge versemblant, capaç de generar empatia i emoció. Aquesta tasca es desenvolupa dins el marc d'un projecte actoral, com pot ser una obra de teatre o una producció audiovisual.

¹ Teatre Nacional de Catalunya



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Més enllà d'aquesta definició formal, interpretar és connectar amb allò que l'actor o l'actriu vol transmetre. Per a molts artistes, l'expressió teatral és sinònim de joc i experimentació, un espai que combina la serietat amb l'evasió, i que esdevé una via per comunicar i fer arribar un missatge de qualsevol mena al públic.

Tot i que no en som conscients, tots interpretem en el nostre dia a dia. Sempre que ens comuniquem, adoptem una manera d'expressar-nos, més o menys elaborada que ens permet transmetre el que volem dir. En aquest sentit, la capacitat d'actuar és universal, independentment de si es manifesta en un escenari o en la vida quotidiana.

2.1.2 Què és un intèrpret?

Un intèrpret és, per definició, la persona - professional o no - que duu a terme l'acció d'interpretar. Es podria considerar sinònim dels termes actor o actriu, tot i que aquests distingeixen segons el sexe. L'intèrpret és qui encarna el personatge i li dona vida, sentit i emoció mitjançant la formació i l'experimentació, utilitzant tècniques desenvolupades al llarg de la seva trajectòria actoral per aconseguir una representació fidel a la psicologia dels personatges.

La concepció de l'intèrpret no sempre ha estat la mateixa, ja que ha anat evolucionant i adaptant-se als diferents corrents estètics i culturals que han aparegut al llarg del temps. Durant molts anys, la figura més comuna de l'artista ha estat la de qui apareix en un espectacle, especialment en improvisacions o obres de text, exercint un paper fonamental en la transmissió d'emocions i en la comunicació de l'experiència artística al públic.

Actualment, tenim una visió força consolidada de què és un intèrpret i del seu caràcter professionalitzat. L'intèrpret contemporani està format per actuar en tota mena de contextos i registres, ja sigui en locucions, pel·lícules, obres teatrals o fins i tot com a cantant o ballarí. Tanmateix, aquesta figura ha anat transformant-se amb el pas de les dècades, i en cada etapa hi trobem visions diferents del que havia de ser un actor i de com havia d'actuar.

Per tal d'observar aquests contrastos històrics, he escollit dues figures molt influents i representatives de diferents èpoques. No han estat escollides a l'atzar: cadascuna d'elles va marcar un abans i un després en la manera d'entendre la interpretació i la percepció de l'intèrpret. Inevitablement, concebien de formes diverses quines qualitats havia de tenir un actor i com havia de desenvolupar el seu treball en el context del seu temps.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

En primer lloc, he escollit aprofundir en la figura de William Shakespeare (1564-1616), que no només va ser un referent dramàtic, sinó també un intèrpret destacat. És una de les personalitats que més empremta ha deixat en el món del teatre i de la literatura anglesa. La seva visió de la interpretació correspon a una concepció més clàssica, pròpia de l'època en què va desenvolupar la seva obra, quan l'actor tenia un paper més recitatiu i orador.

Shakespeare va ser també propietari del Globe Theatre, un teatre de Londres on ell mateix va actuar i on es van representar moltes de les seves obres. Tot i que no va deixar gaire informació explícita sobre les qualitats que, al seu entendre, havia de tenir un actor, podem deduir-ne la seva concepció a partir de textos com *Hamlet* (1601) o *Somni d'una nit d'estiu*.

Cal tenir present que, en aquella època, la professió d'actor no gaudia d'un gran reconeixement social, tret dels casos en què els intèrprets eren protegits per algun membre de la noblesa o la monarquia i, per tant, tenien més prestigi. Molts actors provenien d'oficis vinculats a l'entreteniment popular, com joglars, pallassos o malabaristes.

Pel que fa a la seva manera d'actuar, Shakespeare se centrava especialment en com s'entonava i com es deia el text, així com en la manera que s'afrontaven les escenes més delicades o emotives. Posava èmfasi en com el personatge rebia les emocions i de quina manera aquestes impactaven en l'obra. Es preocupava per detalls com l'expressió facial, el to de veu i la naturalitat dels gestos, procurant que les accions fossin coherents amb el personatge i no exagerades. Buscava així, una interpretació fluida, senzilla i versemblant, allunyada de la sobreactuació i orientada a la credibilitat escènica.

En segon lloc, he escollit centrar-me en Konstantín Stanislavski (1863-1938), un reconegut actor i director rus que ofereix una visió de l'intèrpret molt diferent de la de Shakespeare, amb una teoria més innovadora i menys conservadora.

Les seves idees han tingut una influència decisiva en la manera de treballar dels actors arreu d'Europa, tant en la seva època com en l'actualitat. El seu mètode d'ensenyament continua sent una base fonamental en la formació actoral i és present en nombroses escoles teatrals de gran prestigi.

Stanislavski és el creador del concepte "*si màgic*", una eina que ajuda a desenvolupar la psicologia de l'actor i la construcció del personatge. La seva teoria té com a objectiu principal fer treballar l'inconscient per generar una connexió emocional autèntica.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

D'aquesta manera, l'actor relaciona les seves pròpies experiències vitals amb les circumstàncies que viu el personatge, aconseguint recrear-les de la manera més realista i versemblant possible. Això permet que compregui la psicologia del personatge, l'interioritzi i l'interpreti amb veritat escènica des del primer contacte amb el text. Tot i que aquest procés també pot comportar un risc important amb el qual l'actor estableixi un vincle massa intens amb el personatge i se l'endugui a casa de manera permanent, tenint més dificultats per desconnectar de la feina una vegada abandonat l'escenari.

El "*si màgic*" també ajuda l'actor a mantenir un objectiu i una motivació coherents en escena, especialment durant les improvisacions, ja que implica acceptar i adaptar-se a totes les circumstàncies escèniques. Stanislavski defensava que les paraules no havien de quedar-se en simples paraules, sinó que havien de "prendre vida" i transmetre un significat profund mitjançant el subtext i les emocions que travessen el personatge.

Així, cada acció, per petita que sigui, ha de semblar versemblant i orgànica, contribuint a construir una interpretació viva, sincera i plena de veritat emocional.

Tot i que cadascun pertany a èpoques diferents - Shakespeare al segle XVI i Stanislavski al segle XX-, i que entre tots dos hi ha quatre segles de distància, les seves propostes interpretatives comparteixen més punts en comú del que pot semblar a primera vista.

És cert que els separen contextos i metodologies molt diferents: el primer treballava amb mètodes clàssics, centrats en la dicció, la presència escènica i la forma visual del moviment, mentre que el segon va contribuir a professionalitzar l'ofici mitjançant una anàlisi emocional i psicològica profunda del personatge.

Tanmateix, ambdós coincideixen en un aspecte fonamental: la recerca de la versemblança i la naturalitat en la interpretació. Tant Shakespeare com Stanislavski consideraven essencial que el personatge resultés creïble i que l'espectador pogués connectar emocionalment amb allò que veia a escena. Aquest és, sens dubte, l'element més significatiu que permet comparar i contrastar les seves dues maneres d'entendre l'art de la interpretació.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

2.1.3 Evolució de l'actor i paper social

Com hem vist, al llarg dels anys la professió actoral, ha evolucionat i ha experimentat una gran evolució social. Inicialment, era una carrera menyspreada i considerada poc moral; la figura de l'actor era exercida per amateurs itinerants, sense reconeixement ni protecció. Amb el temps, però, es van anar consolidant fins a convertir-se en referents socials i culturals de cada època, prenent la professió amb més serietat i veient-la com una carrera amb possibilitats reals de professionalitzar-se gràcies a la creació d'escoles.

Paral·lelament, les tècniques interpretatives s'han anat adaptant als nous registres. Davant la càmera, per exemple, els actors han incorporat de manera gairebé inconscient modificacions subtils, utilitzant més les expressions facials que no pas el llenguatge corporal, com passa al teatre. L'actor ja no només actua damunt d'un escenari, sinó que progressivament la professió s'ha anat estenent cap als mitjans audiovisuals i altres vies de comunicació.

Avui dia, l'interpret, a banda de distreure i explicar una història que connecti amb l'espectador, té també un paper i un repte reivindicatiu. El teatre és terapèutic: cura, alimenta les ànimes, amplia la ment i fa reflexionar. Diàriament situa al centre del debat temes d'actualitat i problemàtiques socials, contribuint a modificar comportaments, assumir realitats i conèixer vides inimaginables. Alhora, posa en relleu conflictes que sovint són tabú o no reben prou visibilitat. D'aquesta manera, exerceix un paper molt important en la societat, ajudant en el desenvolupament col·lectiu i també en el creixement personal.

Els actors s'identifiquen com a persones amb una vida quotidiana que expliquen històries petites, autèntiques i íntimes; la interpretació és una manera de descobrir la vida a través d'uns altres ulls. Per a ells, actuar no és només "fer veure", sinó també entendre un personatge i crear-li una realitat paral·lela de qui són en la vida real.

2.1.4 Professió en l'actualitat dels actors

Com hem vist abans, la professió de l'actor ha anat evolucionant i professionalitzant-se al llarg dels anys, però sempre ha mantingut l'essència de connectar amb el públic.

L'últim canvi més rellevant de l'ofici ha estat, sense dubte, l'aparició de les noves plataformes digitals, on diàriament es creen nous espectacles i projectes de cinema experimental. Això ha comportat un augment de les produccions i ha ampliat les vies professionals més enllà dels escenaris tradicionals, com ara el doblatge o la publicitat, ja



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

que és molt difícil viure només del teatre. Aquest creixement també ha incrementat la competitivitat dins del sector. L'audiovisual exigeix molta constància i immediatesa, fet que obliga els actors a adaptar-se a ritmes de treball molt intensos i segons com, estressants.

Tot i la professionalització assolida i la gran diversitat de vies interpretatives, els actors es troben sovint en un estancament laboral i econòmic. Molts viuen en situació d'inestabilitat, amb contractes temporals i salaris baixos, a causa de la manca de subvencions i del fet que els sous continuen sent els mateixos que fa cinc anys, sense correspondre al cost de la vida actual. Les condicions laborals, en canvi, han millorat una mica i es té més en compte la conciliació familiar, amb horaris més flexibles. Malgrat això, molts actors no poden viure exclusivament de la professió i es veuen fossats a combinar altres feines amb la d'actuar.

El sector cultural català reflecteix una realitat complexa i diversa, marcada per la dedicació, la disciplina, la capacitat de reinventar-se i la precarietat. Avui dia, els actors han d'estar pendents de moltes més qüestions a banda d'interpretar, que indiscutiblement és el que realment defineix la seva feina, ja que es tracta d'un ofici impulsat per la passió i la dedicació. Tal com diu Francesc Garrido, “cada vegada que t'entregues a una càmera o a un escenari entregues una part de tu, del teu cos que s'expressa; és bonic i desgasta”. Una frase que fa referència a la multitud d'hores dedicades a actuar, al pas del temps i al llegat que deixen.

3. COM FUNCIONA LA INDÚSTRIA DE LES ARTS ESCÈNIQUES

Després de veure com està configurada la professió de la interpretació, tant des del punt de vista interpretatiu com conceptual, el darrer pas, abans d'endinsar-nos en la matèria central del treball, és entendre alguns aspectes que, al llarg de la carrera artística dels actors i actrius, han deixat una empremta profunda en la seva salut mental.

3.1 Passos per arribar a entrar en aquest sector de les arts escèniques

Com en qualsevol vessant de les arts, la incorporació al món professional no depèn de cap nota, però sí dels càstings continuats on l'actor ha de demostrar la seva vàlua i la tècnica actoral, en primera instància i, amb els seus treballs interpretatius. Per tant, no es pot garantir una inserció laboral directa. La carrera professional de l'actor, és un camí sense normes preestablertes que s'adapta a cadascú, combinant diversos factors per aconseguir un paper.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Un dels factors més importants i, que és totalment necessari per dedicar-se a la interpretació, és la formació, que com s'ha explicat anteriorment en el context històric ha estat un aspecte que ha canviat molt. Avui en dia, és fonamental una bona formació per a algú que es vulgui dedicar a l'ofici, ja que s'ha professionalitzat i dona serietat, cosa que en el passat no era tan rellevant.

La formació continuada permet fer una evolució i validació constant. No obstant això, l'oferta educativa professional pública a Catalunya sovint és força limitada. L'institut del Teatre, d'ara endavant IT², és l'únic centre artístic adreçat a la formació d'una carrera professional a Catalunya. Aquest està associat a la Universitat de Barcelona i subvencionat per la Generalitat de Catalunya, la qual cosa li atorga un gran grau d'excel·lència i prestigi.

Precisament, en ser l'IT l'única opció pública a tot Catalunya, l'accés a aquest ensenyament és força competitiu. Les places són reduïdes i el seu accés requereix l'avaluació d'un tribunal, implicant unes proves molt rigoroses o la demostració del coneixement de tècniques concretes, exigint als actors patir una gran pressió i tensió des d'un inici.

A banda de l'educació pública oferida per l'IT, també podem trobar altres opcions privades, que han aparegut en els darrers 50 anys i funcionen majoritàriament com a estudis d'ensenyament superior. També s'ha de tenir en compte, que en ser institucions concertades, no tothom es pot permetre aquesta escolarització, degut al seu cost, econòmic sovint força elevat. Alguns exemples d'aquests centres són: l'escola Nancy Tuñon i Jordi Oliver, la Bobina o Eòlia, entre d'altres.

Les xarxes socials, que més endavant mencionaré detalladament, poden ser determinants dins l'ofici per aconseguir una feina. Un bon domini del màrqueting de l'actor, com saber presentar-se davant de la indústria i conèixer certes tècniques i estratègies, els permet millorar i augmentar les seves oportunitats laborals. Alguns exemples d'això podrien ser: la creació d'una marca única i individual que li permeti diferenciar-se de la resta i mostrar qui són; fent visible el seu material actoral com el currículum, els últims treballs, informació recent, un videobook³ i demostrar les seves habilitats, versatilitat i talent que té com a actor. Si s'aconsegueix aquesta presència de manera professional, és fàcil que pugui tenir més oportunitats d'aconseguir un paper.

² Institut del Teatre.

³ Conjunt d'escenes que l'interpret ha representat i estan agrupades en un vídeo



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

La via principal, per accedir a oportunitats laborals després o mentre es cursen els estudis, és recorre a representants i agències, que són els encarregats de rebre els processos de càsting i convocatòries. Aquests, posteriorment, s'encarreguen de difondre-les contactant amb els diversos perfils dels intèrprets que representen.

Per poder donar-se a conèixer, de mica en mica, a la professió, i mentre no sorgeixen càstings o no són admesos en projectes, molts opten per la creació de companyies que desenvolupen espectacles de creació pròpia, o bé per participar en projectes amateurs. Això els permet endinsar-se en aquest món, cosa que permet a l'actor demostrar les seves capacitats a la vegada que adquireix pràctica i experiència.

El que nosaltres percebem, com a públic, no és la mateixa visió que tenen ells. Sovint es veu com un sinònim d'èxit el resultat de l'aparició dels actors i actrius en projectes interpretatius, però no es diu ni es té en compte el que realment els ha costat assolir aquella posició comportant un gran esforç i dedicació per aconseguir el paper. No hi ha un camí únic ni garanties que indiquin que si en segueixen un podran viure d'aquesta feina.

3.2 Paper de les xarxes socials en l'actualitat

A causa de l'era digital i de les noves tecnologies que, com a societat, estem experimentant, l'àmbit actoral no n'és una excepció i, també ha adquirit una gran rellevància dins les plataformes en línia com a eina de comunicació i promoció. La gran majoria d'actors disposen d'un perfil públic a les xarxes, i s'ha convertit, sobretot, en una eina imprescindible per als actors més joves.

D'una banda, a nivell professional, la presència digital permet als actors donar-se a conèixer interpretativament, destacar els seus treballs o promocionar-los. D'altra banda, és una via per conèixer l'intèrpret més enllà dels personatges, humanitzant-lo i mostrant-ne una faceta més pròxima.

Aquestes dues possibilitats d'exposar-se públicament han generat un gran debat sobre fins a quin punt haurien de compartir la seva vida privada amb el públic, ja que amb facilitat allò públic i allò privat es poden barrejar. Molts actors consideren que, si exposen massa la seva intimitat, perden credibilitat com a intèrprets. Quan el públic coneix massa bé la persona que hi ha darrere del personatge, costa d'imaginar-la interpretant altres rols i, per tant, es pot perdre part de la màgia. A més, el fet de tenir una gran exposició, pot donar una visió equívoca de la professió: es pot idealitzar i el públic pot no percebre'n la realitat.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

La presència digital pot condicionar el tipus de trajectòria professional, i depenent del nivell d'exposició pública que triï cada actor, podrà tenir un recorregut o un altre. A vegades, les xarxes serveixen per fer difusió i tenir un altaveu. No obstant això, simultàniament, també comporten una responsabilitat sobre el contingut que es vol mostrar, ja que poden transmetre un missatge determinat, però els actors no són influenciadors.

Per aquesta raó, molts decideixen separar la seva vida privada de la professional mitjançant la creació de dos perfils: un de públic i professional, on mostren totes les característiques de la seva carrera - com si fos un currículum, amb informació de contacte i enllaços a material audiovisual - i un altre de privat, al qual només pot accedir-hi la gent a qui ells concedeixen permís.

Per aquests motius, cal no confondre la indústria i l'ofici de ser actor amb les xarxes socials: l'ofici és l'art de representar, i és molt més que tenir un nombre elevat de seguidors. Al cap i a la fi, als mitjans digitals no mostren qui són realment, sinó només la part que decideixen compartir.



3.3 Acceptació i afectació dels nos en un càsting

La participació en un càsting és el procés de selecció de talent per tal d'obtenir un paper dins l'ofici, i s'ha convertit en un pas gairebé obligatori per accedir al sector. Normalment, és un moment de gran incertesa i tensió, perquè comporta l'acceptació o el rebuig. Aquest concepte del rebuig, està molt relacionat amb la salut mental i amb la precarietat, aspectes que més endavant veurem detalladament. El desig de rebre un "sí" en una convocatòria no només respon a les ganes de treballar, sinó també a altres qüestions: per a qui s'està introduint a la professió, sembla que aquesta audició és l'única manera d'entrar al sector; per altres, és sinònim d'arribar a final de mes, fet que afegeix una gran pressió. En alguns casos, ser exclòs del procés de selecció s'associa a una baixa o alta autoestima, ja que sovint es vincula el rebuig al talent personal i a la validació externa.

Sovint, quan ja s'han habituat a fer proves, els actors no hi posen tanta càrrega emocional, un aspecte que també està relacionat amb la maduresa. Amb el temps comprenen que no sempre encaixaran en el perfil, i metafòricament la seva "pell" es fa més forta acostument-se a aquest tipus de situacions.

És per aquesta raó que molts actors i actrius pateixen ansietat i angoixa mentre esperen la resposta d'un càsting. Aquestes situacions, inevitablement, deixen una empremta psicològica en els intèrprets, condicionant-los emocionalment. Malgrat aquesta dualitat de l'ofici, alguns opinen que rebre un "no" és necessari per fer introspecció, no jutjar-se amb duresa i aprendre dels errors, prenent-ho positivament i pensant que un "no" pot ser, en realitat, un "sí" per un futur projecte.

3.4 Rols dins del sector

En aquesta indústria, els actors i actrius són la punta de l'iceberg que fa visible un gran projecte col·lectiu, i sense aquest conjunt de persones implicades no es podrien dur a terme les produccions. Per aquesta raó, també és important reconèixer les figures més properes al cercle dels actors, com poden ser els seus representants, els directors - que sovint són qui finalment els donen un paper -, els tècnics de so i d'il·luminació, els regidors, els dissenyadors o els dramaturgs. Tots ells són figures fonamentals a l'hora de desenvolupar qualsevol projecte artístic.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

La presència d'aquests rols no vol dir que un actor només es limiti a actuar enmig del focus mediàtic o a les grans sales teatrals. Hi ha altres maneres de ser actor, ja que poden adoptar altres vessants dins el sector. Poden veure's obligats a donar un gir a la seva carrera artística, potser per la vulnerabilitat i la precarietat del sector a causa de la irregularitat de les feines, o bé per un seguit de qüestions d'interès personal que els porten a explorar altres vies creatives i recursos propis. Per exemple, alguns actors decideixen convertir-se en els seus propis agents i gestionar ells mateixos la seva trajectòria professional; altres opten per camins més creatius com la dramatúrgia, la direcció, el “coaching” actoral, la docència, ser ajudants de direcció, entre moltes altres vessants vinculades al món de l'actuació.

Un exemple il·lustratiu d'actors que han explorat altres camins són Francesc Cuéllar, Jordi Planas o Gemma Brió, ells han creat la seva pròpia productora audiovisual o companyia teatral.



ACTE I: LA POPULARITAT DARRERE EL TELÓ



4. PAPER DE LA POPULARITAT EN LA VIDA D'UN ACTOR

Els actors i actrius són persones amb els seus defectes i virtuts, com qualsevol altra, que viuen amb normalitat i que sovint poden passar desapercebuts. Tanmateix, aquesta senzillesa es pot veure alterada per la popularitat que poden assolir en certs moments. Però, davant d'aquestes situacions, ens hem parat mai a pensar realment què és la fama o com la viuen els actors des de dins? Per això, en aquest apartat ens endinsarem en la seva definició, en la magnitud que pren, en la vivència interna i en el pes emocional que implica, no només a través de les crítiques, sinó també dels elogis. Per trobar aquest contingut, el mètode de les entrevistes ha estat bàsic perquè és l'única manera per la qual es podia accedir a aquesta informació que ve a continuació (preguntes realitzades als entrevistats disponibles a l'annex 1.1).

4.1 Definició i característiques de la fama actoral

La fama, tal com la coneixem en l'actualitat, fa milers d'anys era un concepte totalment diferent. En essència, la fama és una construcció idíl·lica que s'ha creat col·lectivament: el concepte no existiria sense l'espectador. Els actors no busquen la fama; es dediquen a l'actuació per vocació, i la fama és un component amb què es troben, un peatge que han de pagar per ser actors.

En la mitologia grega, els famosos eren personatges que posseïen qualitats sobrehumanes i exercien una funció moralment exemplar. Aquesta petjada ha influït, inevitablement, en el món de les arts escèniques.

Fins a ben entrat al segle XX, la imatge que es tenia dels actors provenia sobretot dels escenaris. Els intèrprets es donaven a conèixer a través del boca-orella, eren jutjats pel talent i concedien entrevistes a revistes o diaris destacats. A la primera meitat del segle XX, amb l'arribada del cinema i la televisió, la gran pantalla es va convertir en el principal escenari d'exhibició de les persones famoses, fet que va fer augmentar exponencialment la magnitud de la fama. Per exemple, Marilyn Monroe i James Dean van viure immersos en el luxe i van influir en la societat amb les seves opinions, convertint-se en algunes de les estrelles més aclaparadores i cotitzades de Hollywood.

Actualment, Hollywood manté una dinàmica força similar: els actors poden ser tan ràpidament coneguts com oblidats. A Catalunya, però, la situació és força diferent. La popularitat és més relaxada i fluctuant. Es pot passar de l'anonimat al reconeixement amb



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

certa naturalitat, dins d'un entorn menys massiu on la fama no sol ser aclaparadora, sinó que es viu amb més llibertat i tranquil·litat.

El reconeixement pot ser positiu - en forma d'admiració i prestigi - o bé negatiu, comportant pressió, pèrdua d'intimitat o dificultats per gestionar-lo adequadament. Per aquesta raó, en els punts següents ens endinsarem en com viuen mentalment aquesta experiència els actors.

4.2 Graus de popularitat

La popularitat és un fenomen inevitable dins l'ofici, i s'esdevé arran d'un reconeixement ampli que pot dependre del talent, la imatge, la trajectòria professional, la zona geogràfica, la visibilitat mediàtica o fins i tot de la manera com l'actor es mostra als mitjans digitals. És possible que, durant la carrera professional de cada intèrpret, es visquin etapes amb més o menys reconeixement, experimentant així diversos graus de popularitat.

Si parlem de popularitat segons la zona on es consumeix la producció, observem molt ràpidament que un actor americà de Hollywood, és molt més reconegut que un actor català. Això es deu al simple fet d'abastar més o menys públic. Si acotem la comparació a zones properes com Madrid, veiem que aquesta comunitat té més influència pel fet de ser més gran i generar molta producció tant cinematogràfica com teatral. Per tant, arriba a un públic més ampli, a banda de l'idioma - el castellà - que està més estès que el català. A Catalunya també hi ha una gran varietat i amplitud de públic, tot i que la popularitat és més local: el mercat és més petit i no hi ha tanta indústria en comparació amb altres territoris, fet que genera una relació amb els actors més propera. Ser actor a Madrid no és sinònim de ser famós, sinó que, simplement, et veurà més gent perquè les produccions tenen un abast més ampli i, en conseqüència, la popularitat s'accentua.

Un altre factor que augmenta o disminueix el grau de fama d'un actor depèn del tipus de projecte: una obra de teatre, una sèrie o una pel·lícula. Generalment, una sèrie proporciona més prestigi i reconeixement que una pel·lícula, perquè dura més hores i el públic la recorda amb més facilitat. El teatre, en canvi, és molt més efímer i, en determinades ocasions, aquesta proximitat no és tan valorada pel públic en comparació amb una projecció audiovisual.

És cert que aquest reconeixement ha augmentat exponencialment des que la televisió s'ha convertit en el principal escenari i, alhora, en el lloc de creació de famosos. Un



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

professional pot esdevenir una figura molt visible simplement per aparèixer a la televisió, un mitjà que mostra personatges que l'audiència percep com a rellevants i dignes d'atenció. Aquí és on cal diferenciar entre popularitat puntual - com és aparèixer en una sèrie o en una pel·lícula - i la fama sostinguda, que arriba quan ja es té un llarg recorregut o llegat.

En general, el rang de popularitat depèn de molts factors i de característiques que sovint s'interrelacionen.

4.3 Impacte emocional i psicològic de la fama a Catalunya

La popularitat, per un actor, és un mirall ambigu. D'una banda pot oferir un gran reconeixement i encoratjament, però de l'altra pot generar molta pressió i afectar profundament l'estat emocional. Aquest impacte pot fer minvar l'autoestima i desencadenar processos depressius, ansietat o fins i tot agorafòbia. Cada actor afronta aquesta realitat de manera diferent, segons la seva personalitat, el seu entorn, el moment vital o el seu grau d'exposició, entre altres factors.

En general, la imatge pública d'un actor s'associa a l'èxit i al benestar. Tot això, darrere dels escenaris sovint hi pot haver problemes personals. L'aparença exitosa d'aquesta vida glamurosa pot fer creure al públic que la persona que hi ha darrere no pot estar patint per qüestions íntimes. Aquesta cara de la fama és enlluernadora, però per a l'actor pot suposar molta pressió i fer-lo sentir en fals. Moltes vegades el públic només percep la part positiva i no sap que l'intèrpret pot estar travessant situacions difícils mentre intenta gestionar l'èxit.

Quan els actors arriben a alts nivells d'exposició pública, inevitablement perden seva vida anònima i passen a ser una cara familiar. Aquesta situació pot comportar la normalització d'un reconeixement constant, de guanyar diners amb rapidesa i d'obtenir regals o favors. L'impacte de la popularitat pot aparèixer en qualsevol moment vital, però és especialment evident durant la joventut, que és l'etapa més fràgil i vulnerable per a un actor. El fet d'estar davant d'un focus mediàtic - com pot ser sortir en una sèrie de televisió amb renom - pot fer que alguns actors creguin viure una realitat que no és, perdent la seva naturalitat. Altres necessiten fer un gran esforç per reconnectar amb si mateixos i recuperar la vida que tenien abans de ser coneguts.

Cadascú gestiona aquest impacte segons la seguretat que tingui en si mateix i la manera com entén la professió.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Aquesta visibilitat pot canviar la manera com viuen els actors: poden tornar-se més reservats emocionalment perquè l'exposició pública els trenca la naturalitat. En determinats casos, això comporta haver de modificar activitats i actituds, alterant aspectes de la seva personalitat, com deixar enrere la rutina habitual, voler ser més introvertits o desenvolupar una cuirassa emocional. En segons quines situacions, s'han trobat que no poden gaudir plenament del moment, ja que se senten observats i es mantenen en alerta o vigilància; també poden controlar més les seves accions o moviments per evitar malentesos. En molts casos, els actors senten que han de ser modèlics o mantenir una estètica determinada per si en algun moment són reconeguts o fotografiats.

Tot això pot derivar en casos d'agorafòbia, processos depressius o la necessitat de tractament psicològic, motivats pel fet de no voler ser el centre d'atenció. En situacions extremes, alguns poden caure en addiccions - a substàncies, alcohol o medicació - com a via ràpida per afrontar sensacions de pèrdua o buit emocional. Quan es detecten aquests casos, és necessari fer un treball per establir límits i orientar-se, però regular-ho depèn en gran mesura de la mateixa persona, i la línia que separa el control de la desorientació és fonamental. Tot això, no és una realitat generalitzada, ja que a Catalunya la influència de la fama és força més relaxada.

La popularitat és molt fluctuant i efímera, amb molts alts i baixos. Els intèrprets han d'aprendre que l'autoestima no pot dependre del grau de reconeixement que reben, perquè es tracta d'un reconeixement buit: si l'autoestima és baixa, continuarà sent baixa encara que la fama augmenti. La fama ha de tenir la importància justa i no ha de ser el factor que determini l'autoestima ni que interfereixi en l'estabilitat emocional. La popularitat no garanteix cap equilibri intern i, en qualsevol cas, la seva estabilitat no hauria de dependre d'això.

No hi ha una manera d'afrontar aquesta realitat, però els actors han d'establir unes regles que ningú els ha ensenyat i treballar personalment per evitar que aquests factors els condicionin. Sovint, és l'experiència i el pas del temps el que els permet descobrir com gestionar-ho.

Tots aquests factors deixen una empremta en la persona que interpreta i poden portar-los a fer o deixar de fer determinades accions, afectant-los mentalment amb problemàtiques com el *burnout* (esgotament professional) o l'estrès. Per tant, la manera com l'actor es relacioni amb la seva popularitat dependrà del tarannà i de la fortalesa emocional de cada



artista. Si aquest reconeixement els sobrepassa i la persona percep que no pot gestionar-ho sola, els psicòlegs i terapeutes recomanen buscar ajuda de l'entorn proper, per tal de tenir algú amb qui confiar i poder observar la situació amb més claredat, recordar qui són i evitar inflar l'ego o tenir una percepció distorsionada del propi valor.

Per sort, per a un gran nombre d'actors catalans que treballen a Catalunya, l'exposició pública no suposa cap problema; es percep com un reconeixement que la seva feina arriba al públic, encara que, en certa manera, també hi pugui haver experiències desagradables.

4.4 Les crítiques, i els seus tipus

Segons la primera definició que ofereix el Diccionari de l'Institut d'Estudis Catalans a, el terme *crítica* es defineix com “Art de jutjar el valor, les qualitats i els defectes d’una obra literària, artística, etc”.

En el context de les arts escèniques, el concepte adquireix un significat molt més ampli i constructiu: fa referència a una valoració amb rigor intel·lectual d’una actuació, ja sigui d’una peça teatral, una escenografia, un projecte audiovisual o un intèrpret. La crítica té com a finalitat orientar l’espectador i ajudar-lo a decidir què veure dins la cartellera cultural. Alhora, pot suggerir aspectes de millora per als artistes o, en alguns casos, enfonsar completament un espectacle, així com generar debat cultural entre el públic. Aquestes valoracions són inevitables, ja que els actors i actrius exposen contínuament la seva feina davant un públic molt ampli.

Des d’un punt de vista històric, la crítica teatral apareixia principalment en publicacions periodístiques o es difonia a través dels mitjans de comunicació orals. Va sorgir amb el naixement dels primers diaris al segle XVII a Catalunya, moment en què es van començar a publicar revistes i articles literaris que analitzaven valors morals i estètics de les obres. Inicialment, la crítica no se centrava tant en aspectes com l’escenografia, la música o la interpretació, sinó en el contingut literari o ètic de les peces.

Així i tot, hi va haver excepcions destacables, com la del periodista Josep Yxart, que en les seves publicacions incloïa anàlisis de la capacitat interpretativa dels actors, fruit de la seva gran passió pel teatre i per l’art de la interpretació.

Amb el pas del temps, la crítica teatral es va anar consolidant mitjançant publicacions diàries en premsa de prestigi, com ara el *Diario de Barcelona*. Tanmateix, no sempre estaven redactades per crítics amb un coneixement profund teatral, i sovint hi havia una



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

gran irregularitat en la qualitat de les ressenyes. Els crítics solien ser designats a dit, i l'elecció queia, de vegades, en persones que no havien mostrat mai cap interès per les arts o no tenien la mateixa preparació per escriure sobre teatre que per redactar horòscops o cròniques esportives.

A més, les crítiques dels segles XVIII i XIX no estaven exemptes de censura, tot i que progressivament van guanyar llibertat d'expressió. En el seu punt més àlgid, durant el segle XVIII, pràcticament tots els diaris publicaven ressenyes d'espectacles que analitzaven, de manera breu, les obres de la cartellera. El to del judici crític podia tenir conseqüències decisives: una mala crítica podia enfonsar un espectacle, mentre que una valoració positiva podia convertir-lo en un èxit de públic, influenciant directament l'assistència al teatre.

Malgrat aquest moment d'esplendor, les crítiques patien certes limitacions que n'empobrien la seva qualitat i impacte. D'una banda, la manca d'espai als diaris impedia desenvolupar plenament els arguments i exposar amb detall els criteris de valoració. D'altra banda, molts crítics no rebien una remuneració justa per la seva feina, la qual cosa comportava una falta de motivació i els textos eren escrits sense la profunditat i el vigor necessaris.

Durant la primera meitat del segle XX, aquestes seccions van continuar sent fonamentals dins la premsa, tot i que el règim franquista en va restringir la llibertat expressiva. Amb la revifalla cultural posterior, la societat va començar a reclamar opinions més sinceres, i les crítiques teatrals van tornar a esdevenir una peça de referència cultural. Amb el temps, però, la crítica va ampliar el seu abast per incloure altres disciplines artístiques més enllà del teatre.

Amb els anys, aquestes opinions han anat perdent pes i influència als mitjans tradicionals. Des de finals del segle XX, la crítica d'espectacles ha viscut canvis constants, condicionada per les noves tecnologies de la informació i comunicació. Avui dia, les xarxes socials, els blogs i les revistes teatrals digitals, com ara la Revista del teatre de Barcelona, han substituït en gran mesura la crítica impresa tradicional.

Aquests nous formats ofereixen una major diversitat d'opinions i integren notícies, reportatges i anàlisis, tot i que, paral·lelament, moltes publicacions de premsa escrita han desaparegut per manca d'espai o d'interès públic.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Actualment, la figura del crític teatral pràcticament ha desaparegut. Ja no té la consideració ni el reconeixement d'altres temps, i les crítiques que es publiquen són menys rigoroses i menys precises. A més, n'hi ha moltes menys que abans. Aquesta figura s'ha vist progressivament substituïda per les opinions del públic a través de les plataformes digitals, sovint són més punyents, poc acurades i anònimes. També hi ha aparegut la figura dels anomenats opinòlegs, persones que es consideren legitimades per parlar sobre qualsevol aspecte, sigui físic, interpretatiu o personal, dels actors i actrius.

Per a molts intèrprets, les crítiques, tant les professionals com les amateurs, són una arma de doble tall. Tenen un impacte directe en la seva reputació, que pot ser positiu o negatiu, i poden condicionar la percepció pública que es té d'ells. En conseqüència, si aquest reconeixement els sobrepassa i aquesta persona veu que no pot gestionar-ho sol, és recomanable per part de psicòlegs i terapeutes que busqui ajuda de l'entorn proper, per tal de tenir algú amb qui confiar i poder veure amb claredat la situació, per saber clarament qui són i no inflar l'ego o perdre la vanitat. La trajectòria artística d'un actor o actriu pot veure's alterada de manera significativa, sovint de forma desfavorable.

Més enllà de les conseqüències públiques que poden tenir, cal analitzar també la manera com s'enfoquen aquestes crítiques. Normalment, el seu to i motiu determinen l'efecte que provoquen. Tot i que sovint s'associa la crítica a un judici destructiu, en realitat pot adoptar diferents formes i objectius: des de crítiques constructives i elogioses fins a valoracions negatives que busquen millorar o qüestionar un treball des d'una perspectiva professional.

En primer lloc, hi ha les crítiques constructives, que tenen com a objectiu aportar idees de millora o suggeriments útils, sempre basats en arguments sòlids i amb una finalitat positiva.

En segon lloc, trobem les crítiques desconstructives, que busquen desacreditar o assenyalar aspectes negatius de manera directa envers la persona a qui van dirigides, ja sigui un actor, una actriu o un director. Aquest tipus de crítica sol centrar-se en el defecte més que no pas en la proposta de millora. Un exemple d'aquesta crítica el podem veure a la imatge 2.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors



Josep OS

No em va agradar res, el text em va semblar fluïdíssim, la posada en escena de teatre en un centre parroquial, i les interpretacions el pitjor de tot, el millor sens dubte Albert Prat, Soribah Ceesay fa el que pot que no és massa, Mia Sala-Patau sobreactuada de principi a fi amb uns crits que no permetien entendre el que deia, i Pol López no fa la cantarella dels seus principis però acaba les paraules xiuxiuejant pel que fa molt difícil entendre el que diu.



Imatge 2. Crítica negativa centrada en la interpretació dels actors
Font: Teatre Barcelona

Finalment, la crítica negativa, es limita a subratllar els errors o mancances que l'autor de la ressenya considera rellevants. Tot i que no sempre parteix d'una mala intenció, aquest tipus de crítica no ofereix cap alternativa ni suggeriment per millorar la interpretació o l'escena analitzada.

Un altre punt és la manera com els actors reben i processen les valoracions no depèn únicament del tipus de crítica, tot i que aquest n'és un factor important. També hi influeixen altres elements, com el contingut de la crítica - si fa referència al projecte artístic o al físic de l'interpret -, així com la preparació emocional, el caràcter i la importància personal que l'actor o actriu doni a aquella opinió.

Les crítiques que afecten aspectes físics o personals poden tenir conseqüències directes en l'autoestima i solen ser particularment destructives i despietades. Això és degut a que l'obra i la persona sovint no es perceben com a entitats separades i, per tant, aquestes opinions ataquen directament l'interpret, fent que molts s'ho prenguin de manera molt personal.

En canvi, quan es dirigeixen al projecte artístic i no a la persona, solen basar-se en criteris escènics. Tot i això, poden generar controvèrsia, ja que, per definició, les arts són un camp profundament subjectiu i no existeix una única manera d'interpretar una obra o una actuació.

D'altra banda, cal tenir en compte altres factors que també condicionen la manera com els intèrprets reben les crítiques, però que no depenen de la seva construcció emocional, sinó del moment vital en què es troben. L'edat és un element determinant: els actors més joves solen donar més importància a les opinions externes, mentre que amb el pas dels anys adquireixen una major capacitat d'acceptació i aprenen a relativitzar les valoracions rebudes, guanyant confiança en ells mateixos i en el seu procés artístic.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Diversos actors i actrius afirmen que, per poder desenvolupar-se plenament, cal blindar-se emocionalment i mentalment, de manera que els comentaris els afectin el mínim possible i no interfereixin en la seva evolució professional ni personal.

Alguns actors i actrius han desenvolupat diverses tècniques per fer front a les opinions externes. Una d'elles consisteix a deixar de llegir les crítiques durant un temps, especialment si observen que els afecten emocionalment. D'altres, prefereixen no llegir-les fins que han acabat les funcions, ja que, de manera inconscient, podrien modificar aspectes de l'escena en resposta al que han llegit.

Hi ha qui opta per llegir les valoracions amb una actitud selectiva, donant importància només a aquelles que parteixen d'un punt de vista constructiu. Aquestes poden resultar molt útils, ja que permeten detectar aspectes que potser no havien percebut i poden servir per millorar professionalment. Tot i que en un primer moment puguin resultar doloroses, molts intèrprets les consideren una mena de medicina necessària, un estímul per créixer. En aquests casos, els actors fan una tria conscient: es queden amb allò que els pot enriquir i descarten el que no els aporta res, convertint la crítica en un repte positiu aplicable al seu treball artístic.

Un altre recurs molt habitual és buscar suport emocional extern, ja sigui d'un psicòleg, terapeuta o del propi entorn familiar. Aquest suport corresponent, els ajuda a conèixer-se millor, a entendre com els afecten les opinions i a afrontar-les amb més serenor. Quan algú percep que no pot gestionar-ho sol, és essencial focalitzar-se en la feina, extreure la part positiva dels inputs i aprendre a no deixar-se afectar més del necessari.

En una professió tan exposada a les opinions públiques com la interpretació, mantenir un bon equilibri emocional és fonamental. Cada persona té una manera diferent de percebre i expressar el que veu, i per això és important que els intèrprets sàpiguin gestionar aquestes valoracions, confiïn en la seva vocació i segueixin els seu propi objectiu sense deixar-se influir completament per les objeccions externes.

Habitualment, reben amb més freqüència crítiques negatives que elogis, fet que reflecteix una tendència social molt arrelada: la d'expressar amb més facilitat el que no agrada o s'ha fet malament que no pas reconèixer i valorar allò que està ben fet. Aquesta dinàmica provoca que les opinions positives sovint passin inadvertides, mentre que les negatives tinguin un impacte emocional més gran.



Paral·lelament, una de les formes de valoració que més afecta els intèrprets és l'autocrítica, és a dir, el judici sever que ells mateixos es fan. Sovint, aquesta autocrítica sorgeix de manera inconscient, fruit de l'alta exigència personal i de la inseguretat pròpia de la professió, marcada per la precarietat laboral i la competència constant. Com que les oportunitats professionals són escasses, molts actors se senten obligats a donar el millor de si mateixos en cada projecte, cosa que pot generar una gran pressió interna. Si aquesta exigència no es gestiona adequadament, pot arribar a afectar més profundament que qualsevol crítica externa o suggeriment de tercers.

4.4.1 Els elogis són tan bons com sembla?

Pel que fa als elogis, són un format d'agraïment o premi adreçat a l'actor o actriu per valorar el seu treball, ja sigui en forma de crítica favorable escrita o oral, o bé mitjançant una distinció especial, com pot ser l'obtenció d'un premi. Tanmateix, no solen tenir el mateix impacte emocional que les crítiques negatives, ni tampoc es reben amb la mateixa serietat.

Ara bé, quan un professional de l'escena rep reconeixements constants, pot convertir-se fàcilment en el centre d'atenció, fet que pot generar pressió i ansietat o bé distorsionar la seva percepció de la realitat, fent-lo perdre la naturalitat i l'equilibri personal.

En les primeres etapes de la vida, un excés d'elogis pot resultar perjudicial, especialment quan l'actor o actriu encara es troba en procés de maduració personal i professional. Si aquests reconeixements no es gestionen adequadament, poden provocar que l'autoestima depengui exclusivament de l'opinió externa, en lloc de basar-se en la pròpia confiança, cosa que pot arribar a ser més nociva que una crítica negativa.

D'altra banda, els mitjans audiovisuals, i especialment les xarxes socials, han ampliat considerablement la visibilitat d'aquests reconeixements. Actualment, és molt més fàcil assabentar-se de qui ha rebut un premi o de quina crítica positiva circula per internet que no pas anys enrere, la qual cosa ha augmentat la presència i la influència d'aquests elogis. Aquesta exposició ha modificat la percepció social dels actors i actrius, ja que ha incrementat el seu grau de notorietat i, en alguns casos, ha contribuït a alimentar l'ego i a condicionar la construcció de la seva identitat pública.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Cal destacar, però, que no tots els intèrprets viuen els elogis de la mateixa manera. Igual que les crítiques, no s'han de prendre massa seriosament: ni són sempre tan bones, ni representen l'opinió de tothom. Molts expliquen que han après a rebre'ls amb naturalitat i senzillesa, mantenint l'equilibri emocional i relativitzant-ne el seu valor. Aquest procés requereix un treball psicològic i de maduresa, aprenent a posar distància i entenent que els elogis són efímers i passatgers.

És fonamental disposar d'un entorn de suport i confiança que permeti créixer personalment i professionalment, entenent que la quantitat d'elogis no determina la vàlua d'un artista. Per això, és essencial tenir clar el propi valor i estar preparat per assumir amb serenitat el contrast entre el reconeixement extern i la satisfacció interna.

Segons la manera com estigui gestionat l'ego, aquest equilibri pot ser saludable o, al contrari, addictiu. Els elogis ben fets han d'existir, sempre que siguin sincers i mesurats, perquè arribin de veritat, però no "pugin al cap". Com diuen alguns professionals del sector, l'elogi ideal és "Saludable, curt, breu i de veritat".

4.4.2 Balanç i gestió de les crítiques

En darrer terme, després de contrastar ambdós punts anteriors, cal comprendre que les crítiques i els elogis, formen una part molt important en els actors. Hi ha qui hi dona més o menys importància, malgrat això són una constant de l'ofici i sempre es trobaran sotmesos a les mirades dels espectadors i dels crítics. Pels actors, el que realment costa és posar un filtre i entendre que aquestes opinions no són tan radicalment dolentes ni increïblement bones. Totes dues s'han de saber gestionar igual de bé i no han de crear una dependència emocional, però sense renunciar al pensament crític i no oblidar que són humans tot i que, en determinades ocasions es poden utilitzar per posar en alerta a l'actor, des de l'aprenentatge i actuant com una medicina o reconfortant.



ACTE II: L'ALTRA CARA DE LA MÀSCARA INESTABLE



5. SALUT MENTAL I PRECARIETAT LABORAL EN UN ACTOR

Què passa quan la fama no és la part més fràgil dels actors? La salut mental i la precarietat estructural del sector actoral són dos factors que, des de les butaques, passen molt desapercebuts i que sovint prenen una rellevància i una presència molt fortes en la vida de qualsevol intèrpret. És un tema molt personal i delicat sobre el qual és difícil trobar material escrit i, per tant, novament el recurs utilitzat han estat les entrevistes, que m'han permès obtenir informació de primera mà a partir d'aquestes converses. Es pot trobar informació detallada sobre els entrevistats a l'annex 1.2.

Els intèrprets catalans reconeixen que la irregularitat laboral, és un dels eixos centrals que més els fa trontollar l'equilibri emocional. De fet, molts confirmen que és l'aspecte que menys els agrada de la professió i que no han trobat cap manera realment efectiva de gestionar-lo.

En aquest capítol, a partir de les vivències i aportacions dels actors entrevistats - que han compartit la seva experiència de manera anònima - analitzarem com viuen l'ofici, quines són les xifres més rellevants de la precarietat catalana i detectarem les seves causes i conseqüències emocionals. Cada actor ho experimenta de maneres diferents, i això permetrà obtenir una visió més completa i realista de la situació.

5.1 Escenari del sector interpretatiu a Catalunya

En aquest apartat aportaré algunes informacions sobre l'estat actual de l'àmbit interpretatiu que és amb diferència, un dels més inestables econòmicament respecte a altres oficis allunyats de les arts. Aquesta afirmació no és un mite, sinó una realitat constatada per les dades recollides l'any 2024 per l'Associació d'actors i directors professionals de Catalunya (AADPC⁴), en col·laboració amb Consell Nacional de la Cultura i de les Arts (CONCA⁵), i la Fundació AISGE⁶.

⁴ Associació d'actors i directors professionals de Catalunya.

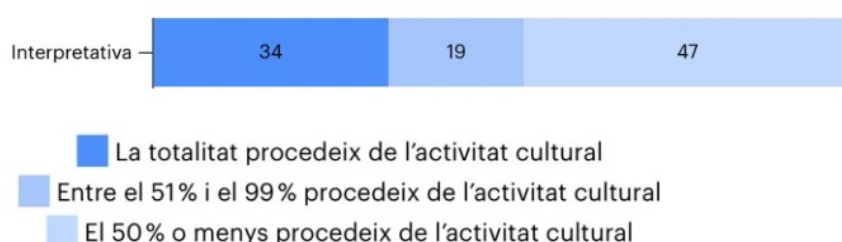
⁵ Consell Nacional de la Cultura i les Arts.

⁶ Artistas Intérpretes, Entidad de Gestión de Derechos de Propiedad Intelectual.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

L'estudi CONCA, que s'elabora anualment des del 2010, té com a objectiu mostrar la realitat del sector cultural a Catalunya. A través d'una anàlisi detallada, posa de manifest la intermitència i la manca de variabilitat i continuïtat dels ingressos dins les arts escèniques. L'informe ofereix una radiografia precisa dels principals factors que condicionen la indústria cultural, com ara la discontinuïtat en l'ocupació, els nivells salarials, la conciliació o la formació contínua, amb la finalitat d'identificar els elements que perpetuen la vulnerabilitat del sector i millorar les condicions laborals i de vida de les persones que hi treballen. N'és un bon exemple la imatge 3.



Imatge 3. Procedència dels ingressos dels intèrprets

Font: Consell Nacional de la Cultura i les arts, Enquesta sobre les condicions de treball d'artistes.

Aquest informe ha fet públic que el 47% dels actors i actrius catalans no van poder viure durant el 2024 només d'aquest ofici i, en conseqüència, van haver de recórrer a un treball complementari aliè a l'activitat cultural. Un 19% pot viure exclusivament d'aquest ofici compaginant-ho amb moltes feines relacionades amb l'activitat cultural, dels quals un 38% malviuen de l'ofici trobant-se amb moltes dificultats per arribar a final de mes i un 10% viuen mitjanament bé de l'ofici, amb una renda mitjana-alta, per sobre del salari mínim, i un 2-1,8% que s'hi guanyen bé la vida. Vist en perspectiva, que només un 34% pugui viure de l'ofici no sembla una dada exagerada, però d'aquest solament un 7% supera els 30.000 euros d'ingressos anuals l'any.

D'ençà del 2018, s'ha registrat una disminució del 4,66% el nombre de persones que es dediquen a les arts escèniques i musicals, és a dir, aquelles que es guanyaven la vida pujant als escenaris o col·locant-se davant una càmera.

En comparació amb els darrers cinc anys, la situació ha evolucionat de manera lleugerament favorable. Aquesta millora, però, no s'ha produït gràcies a un augment significatiu del finançament públic, ja que, tot i que estava previst destinar un 2% del pressupost públic de la Generalitat Catalana a la cultura durant l'últim exercici, finalment només s'hi ha dedicat un 1,5%, és a dir, uns 477.000 euros, una quantitat equivalent a la dels anys anteriors.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

La millora observada s'explica, més aviat, pel lleuger increment del nombre de productores catalanes, fet que ha generat més oportunitats laborals dins del sector audiovisual i de les arts escèniques, malgrat la manca d'un augment real de la inversió pública.

D'altra banda, la precarietat en el sector depèn del tipus de projecte i de les condicions laborals associades. En general, el teatre és més precari que l'àmbit audiovisual, fet que es reflecteix en unes condicions que s'han mantingut igual de fràgils que durant l'última dècada, amb un estancament salarial notable.

El sou d'un actor o actriu varia segons el projecte i, sobretot, segons la categoria del teatre on es representa l'obra. Trobem el cas dels teatres de classe A - els públics, finançats exclusivament per la Generalitat -, dels quals només n'hi ha dos a Catalunya, ambdós ubicats a la ciutat de Barcelona. Aquesta concentració incrementa la inestabilitat, ja que no hi ha prou espais per donar cobertura a tots els professionals. En aquests teatres, la remuneració pels assajos és per executar una obra és de 1.794,18 euros.

En canvi, als teatres de classe B - de titularitat privada -, no sempre es cobra per aquesta activitat o bé s'abona una quantitat molt inferior. Per una temporada teatral, que habitualment té una durada mínima de 28 dies de representacions en un mateix teatre, la retribució varia en funció dels dies naturals en què l'espectacle es troba en cartell. Un actor protagonista en un teatre de classe A percep aproximadament 3.836,89 euros, per cada obra realitzada mentre un de secundari rep uns 1.000 euros menys. En canvi, a la classe B els protagonistes, secundaris i breus intervencions cobren el mateix 1.381,33 euros per obra.

En el cas d'una gira teatral o de representacions itinerants en diferents punts del país, després d'una temporada o amb una estrena en format de bolos, l'empresa garanteix que, si la gira no arriba a 21 funcions en un període màxim de quatre mesos, es pagarà a preu de gira i no de temporada. Aquest import és de 225,05 euros per les obres de classe A i de 157,55 euros per les funcions de classe B. Les hores extraordinàries al teatre es paguen a 11,86 euros l'hora.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Pel que fa a la millora recent de la situació, com ja he esmentat, no s'ha produït per un augment del finançament públic, sinó pel lleuger creixement de les productores catalanes i, en conseqüència, per una major creació d'espectacles. En aquest sentit, els premis i reconeixements també han tingut un paper rellevant en la millora, ja que han impulsat la producció teatral i cinematogràfica, donant més visibilitat mediàtica al sector. Aquesta és, de fet, una de les poques vies perquè els mitjans de comunicació incloguin continguts relacionats amb les arts escèniques, una reivindicació que el sector manté des de fa anys.

Malgrat aquests avenços, el CONCA destaca que només un 11% de la societat va al teatre i, en part per la manca de referents i de difusió cultural. Aquesta situació posa de manifest la necessitat d'impulsar polítiques que millorin les condicions de vida i de treball dels artistes, especialment d'aquells que encara es troben en una situació econòmica precària. Amb l'objectiu de treure del llindar de la pobresa el 77% dels artistes que en formen part.

El balanç global d'aquestes dades revela que menys de la meitat de les persones que es dediquen professionalment a la interpretació poden viure realment de la seva vocació, un 31% els ha disminuït els ingressos (visible a la imatge 4), i molt menys es pot assegurar una estabilitat econòmica.



Imatge 4. Variació dels ingressos del 2024 respecte l'any anterior en l'àmbit interpretatiu
Font: Consell Nacional de la Cultura i les Arts, Enquesta sobre les condicions de treball dels artistes.

A més, la bretxa de gènere continua sent evident: les dones actrius treballen menys dies que els homes i perceben un nivell d'ingressos inferior, amb un 7% de diferència. També hi ha menys oportunitats laborals per a les dones, i a mesura que augmenta l'edat, els papers disponibles disminueixen. Paradoxalment, les dones de més de 50 anys són el col·lectiu que més assisteix al teatre, motiu pel qual haurien de poder veure's millor representades sobre l'escenari.



5.2 Inestabilitat del sector, causes i conseqüències.

Després d'aquesta descripció general de l'entorn professional dels treballadors culturals, es constata que la precarietat econòmica del sector és una de les principals causes de debilitat i vulnerabilitat mental que pateixen els actors del sistema cultural català. Ja que recau i influeix en el seu benestar emocional. Aquesta inseguretat econòmica amb el pas del temps, no ha anat apareixent, sempre hi ha estat, però en un temps cap aquí aquesta s'ha intensificat per diverses raons que seguidament veurem.

Entre les causes principals, la primera, és la fragilitat de la trajectòria interpretativa. Per definició, i índole, és un recorregut artístic inestable i precari, concepte que no s'ha de confondre amb el sector actoral degut al fet que el sector i indústria sempre estan presents i contínuament es necessiten actors. La problemàtica arriba quan s'incrementa el nombre d'actors, però no equitativament amb el nombre de produccions, ja siguin cinematogràfiques, digitals, teatrals... Creant així una desigualtat notòria amb un excés d'oferta per part dels intèrprets, però amb pocs projectes. Encara, hi ha poca indústria i molta gent que vol fer aquesta feina, per tant els actors recorren a classes de teatre i participen en molts projectes a la vegada per poder subsistir.

D'aquesta problemàtica, en deriva una altra, força relacionada amb l'anterior. La falta de projectes, determinada per la insuficiència d'oportunitats laborals i subvencions per a la creació de noves produccions. Des del govern, no es destinen prou recursos i no se li dona prou importància, fruit d'un cert desinterès cultural que es tradueix en una situació de desprotecció social per als i les artistes. L'art s'associa a l'entreteniment i a un gremi "outsider", es menysprea com a carrera professional, a diferència d'altres carreres més acceptades socialment i més ben qualificades. Per aquesta raó no es potencia anar al teatre, falta més desplegament i iniciatives en l'àmbit de les arts, no es creu en la cultura com educació en valors o cohesió social en l'aprenentatge transversal de matèries curriculars, a diferència de països veïns, que han establert un sistema de protecció i de subvencions per als artistes. És un problema estructural i requereix resposta sistemàtica, ja que afecta una part significativa dels seus professionals.

Una altra causa és la temporalitat dels projectes, el constant canvi dels equips de treball, i la impossibilitat de poder adquirir certs hàbits o rutines. Els contractes no solen ser fixes i normalment són de curta durada, de menys d'un any o com s'anomenen dins del gremi "contractes per obra i servei". Els intèrprets únicament fan la funció o gravació durant uns dies establerts i el contracte acaba l'últim dia d'aquesta activitat. Aquests treballs de llarga



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

duració són una excepció i la gran majoria d'actors i actrius no tenen la possibilitat de mantenir-se en actiu durant molt temps, només si enllacen un projecte darrere un altre. Ningú els pot garantir una continuïtat laboral i no saben què guanyaran a final de mes, ni on treballaran, ja que potser fan bolos o la gravació es farà en una altra localitat, a diferència d'altres feines que impliquen una nòmina fixa. Pels actors, quan acaben un projecte es presenta una nova incògnita. Aquesta intermitència és especialment molt forta a l'inici de la seva carrera i es veuen obligats a tenir un pla b.

En els últims anys, un causal afegit, ha estat l'intrusisme laboral de persones alienes al sector, sense tenir la formació adequada. Malgrat haver-hi un gran nombre d'actors formats sense feina, escullen determinats perfils per la bellesa o el ressò mediàtic per tal d'aportar més visualitzacions a la pel·lícula o sèrie. Especialment, en l'audiovisual l'estètica es té molt en compte i s'escullen persones per amiguismes o contactes i no pel talent, desvaloritzant així l'ofici.

Per tot aquest seguit de causes esmentades, un gran nombre d'artistes consegüentment, deixen la feina, han hagut de buscar-ne una altra. Molts viuen amb por de no aconseguir el següent paper i de no tenir ingressos suficients. És llavors quan s'imposen l'autocensura a l'hora d'escollir ofertes o crear-ne per tenir un sou. A més, el constant canvi de registre i el fet d'haver de combinar diferents feines dins l'ofici, no els permet centrar-se en un determinat registre professional i els fa sentir insegurs. Per aquesta raó tot i que les gales semblen molt glamuroses, al darrere hi trobem una precarietat estructural molt gran.

5.3 Equilibri entre la vida personal i professional

L'estil o manera en què l'actor o actriu es relaciona amb la professió depèn del grau d'implicació personal i la prioritat que tingui respecte l'ofici. Generalment, s'involucren molt, i consegüentment, hi posen una gran dedicació, sacrificant aspectes de la seva vida privada per la feina: no tenen un horari fix, els contractes no especifiquin les condicions de nocturnitat, veient-se obligats a estar inevitablement disponibles i pendents de qualsevol canvi, dificultant la desconexió de l'ofici.

Molts intèrprets relaten que és un sector força endogàmic i és complex trobar un equilibri entre vida personal i professional. Sovint la gran majoria d'amics o fins i tot la parella, estan molt relacionats en el mateix entorn, fent que sigui molt fàcil que ambdues persones es dediquin a la professió actoral.



Tot i això, encara que cada actor gestioni la seva vida professional de manera diferent, és important separar l'ofici de la vida personal. Molts expliquen que ho fan de manera natural, canviant de tema quan no volen parlar de l'actuació o centrant-se en altres interessos. Aquest gest és clau per preservar la seva pròpia identitat, en una professió on sovint es tendeix a confondre el que es fa amb qui s'és. Cal aprendre a diferenciar la feina de la persona i evitar emportar-se a casa les emocions del personatge. Si no se separa i s'equilibren les dues vessants, poden aparèixer pensaments intrusius amb facilitat, sobre projectes pendents, ja que la ment continua processant el material artístic a nivell inconscient i interfereix en la seva vida personal, en alguns casos duent a un estat de saturació mental.

És per aquest fet, que hi ha força actors que tenen vincles totalment aïllats del món interpretatiu. Majoritàriament, creuen que és necessari i saludable tenir un àmbit que no estigui relacionat directament amb l'àmbit escènic, ho veuen importantíssim per poder parlar de la vida en general, interessant-se per altres feines i rebre perspectives diferents. Tal com diu Enric Cambray a l'entrevista que va concedir "Hem de relativitzar el que fem, no salvem vides, només fem teatre".

5.4 Afectació de la salut mental dels actors i actrius davant la precarietat laboral a Catalunya

Per concloure aquest apartat, cal destacar que totes aquestes causes, esmentades en els punts anteriors, no queden solament en conceptes de l'ofici sinó que tenen una importància clau en la vida personal dels actors, afectant la seva salut mental. Per a molts, la inestabilitat és coneguda com el gran monstre, sinònim de por o incertesa. Una malaltia que, reconeixen que tot i l'esforç, perseverança i treball personal, mai es deixa de patir encara que tothom visqui aquesta realitat. És per aquest motiu, que una gran quantitat de persones ha anat deixat la professió.

La precarietat es manifesta de diverses maneres, però comparteix un mateix rerefons: en funció de la trajectòria professional i de la situació econòmica de cada intèrpret, hi ha actors que poden sostenir-se exclusivament de la seva feina artística, mentre que d'altres es veuen obligats a compaginar-la amb altres ocupacions. Aquest fet condiciona directament el grau de vulnerabilitat i fragilitat econòmica dins del sector.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Amb el pas del temps la trajectòria s'amplia i, la vulnerabilitat econòmica va disminuint, donat que es guanya experiència en participar en diverses feines i entenen que aquesta inestabilitat és una constant. No hi ha una edat establerta en què la pobresa influeixi més o menys, ja que és un escenari constant i els artistes en formació ho viuen amb especial incertesa. Troben que, a les escoles de teatre parlen de llenguatges tècnics, però no de com gestionar mentalment aquesta inseguretat. Els joves senten que és una gran novetat no tenir feina i estar esperant que els truquin. En canvi, els adults tenen l'experiència i per de tenir més despeses, s'obliguen a ser més previsors amb les seves finances per possibles imprevistos, de mica en mica, donen menys importància i es posen menys pressió.

D'altra banda, aquesta inestabilitat econòmica, impedeix qualsevol planificació a llarg termini. La superposició de dues feines o la pèrdua d'oportunitats per incompatibilitat en els horaris d'aquestes els obliga a rebutjar-les. Estan així en constant tensió i alerta intentant lidiar amb la incertesa.

No disposar de feina, o haver de rebutjar-ne, genera sovint dubtes constants i sentiments de frustració. Quan l'autoestima no està ben consolidada, aquests períodes poden esdevenir una autèntica "caiguda al pou", afectant profundament la percepció de validesa personal. L'ofici es caracteritza per una alternança marcada: quan es treballa, l'activitat és intensa, però quan no hi ha projectes, l'activitat professional s'atura completament, ja que no existeix un contracte estable. Aquesta irregularitat fa que sigui difícil de gestionar i provoca sovint un fort sentiment d'inseguretat, que pot derivar en problemes de salut mental, com insomni, tensió continuada o una gran vulnerabilitat emocional.

En alguns casos, els actors poden experimentar la síndrome de l'impostor: tot i viure de la professió, senten que no són prou bons o que no mereixen el lloc que ocupen, per por de decebre. En altres situacions, aquesta incertesa els empeny a treballar intensament, vivint cada projecte com un repte constant. Així i tot, aquesta pressió pot conduir al burnout: un estat d'esgotament emocional que apareix quan l'actor se sent al límit, sotmès a un estrès permanent i a la sensació de no poder respondre a les expectatives. Es tracta, de fet, d'una de les causes principals de depressió dins del món artístic.

Quan aquestes inseguretats emergeixen o quan s'arriba a aquest límit emocional, és fonamental comptar amb el suport de professionals, com ara psicòlegs, terapeutes o coaches; per tal de preservar l'equilibri i el benestar personal.



D'altres actors, per tal de conviure amb la incertesa pròpia de la professió, es veuen obligats a desenvolupar estratègies paral·leles. Tot i el glamur i l'admiració que pot generar la notorietat, la intermitència del sector fa que molts hagin de plantejar-se un pla b per garantir-se ingressos futurs. Per afrontar aquesta inestabilitat, o bé per evadir la preocupació constant, sovint aprofiten el temps lliure per generar nous projectes. Així, tot i tenir clar que la seva vocació principal és l'actoral (malgrat la por i el vertigen que aquesta tria comporta), procuren assegurar-se altres fonts d'ingressos que els aportin tranquil·litat. Aquestes alternatives poden incloure la creació de projectes propis o bé la dedicació a disciplines vinculades a la interpretació, però diferents de l'actuació, com ara l'escriptura o la direcció. Tot i que el seu desig principal continua sent exercir com a actors, aquests rols complementaris poden esdevenir una via de creixement personal i professional, sigui per interès propi o per mantenir-se actius i consolidats dins l'àmbit artístic.

Amb el pas dels anys, en general, han après a portar totes aquestes circumstàncies i petits entrebancs que es van trobant a la professió, intentant que els impactin el mínim possible mentalment i demanant ajuda o prenent mesures en els moments que els afecti, ja que alguns descriuen aquesta incertesa com horrorosa, frustrant o, fins i tot com un sentiment de culpa.

6. SEPARAR VIDA PERSONAL I PROFESSIONAL

Ens podem preguntar en quin moment els actors i actrius van necessitar separar la seva vida personal dels personatges, tot i apagar els focus i continuar exposats a una mirada social. Tenien o tenen certs mecanismes per separar aquesta vida privada de la pública? La qüestió s'intensifica quan ens adonem que sempre hi ha la possibilitat de ser reconeguts al carrer i es troben amb persones que els admiren profundament, aquestes trobades els recorden contínuament la seva professió, però el fet de ser coneguts els ha pogut portar conseqüències?

6.1 Gestió i mecanismes que desenvolupen els actors per separar la seva vida privada de la pública. Se n'aprèn mai?

Aquest article explora l'arribada sobtada de la popularitat, que en diverses ocasions pot suposar un repte complex per trobar mecanismes i maneres de gestionar-lo. Malgrat que no hi hagi un model predeterminat de com fer aquesta gestió, aquest fenomen d'exposició pública depèn del grau de popularitat.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Al llarg dels anys, hi ha actors que han desenvolupat petites tècniques quan s'han trobat en situacions de gran reconeixement. Alguns han optat per intentar passar desapercebuts en espais quotidians per mantenir la seva normalitat i no alterar-la, relativitzant l'escalf del públic, aconseguint-ho a través de l'experiència, o bé acompanyat d'assessorament professional i de psicòlegs, ja que saben que no deixa de ser un retorn que els arriba del treball fet. Contràriament, altres perfils no han aconseguit relativitzar aquesta popularitat i han arribat a prendre fàrmacs i substàncies per tal d'evadir-se. Així i tot, el fet de saber separar aquesta dualitat vital, no només és un fenomen exclusiu dels actors, sinó que també cal que el públic sàpiga separar la persona del personatge. Sobretot, quan es tracta d'una línia molt fina on l'obra no està separada de la persona, i és fàcil confondre-ho, però és indispensable entendre que és una feina i la vida privada no s'ha de poder vincular de la tasca professional. De fet, alguns actors han hagut de posar distància amb el món públic, ja que han arribat a extrems força desagradables, com per exemple ser perseguits, comportant un canvi en la manera en què es relacionen amb el seu entorn. Altres maneres de gestionar la popularitat d'arribar a separar la vida privada de la pública poden ser parlar-ne i exposar que aquell moment no és l'adequat i posen límits.

Arran d'aquestes situacions, els actors han entès que la gent pensa que pel fet de sortir a un mitjà públic digital són més especials o idíl·lics i han après a posar distància entre personatge i actor, fent teràpia i guanyant seguretat en ells mateixos. Sempre tenint en compte que aquesta elecció de separació entre vida i ofici és molt personal i cadascú escull, fins on vol mantenir la seva intimitat privada.

Cal destacar, novament, que la popularitat en aquest context català és més moderada. Per això, més que centrar-nos a aprendre a gestionar la fama, és més adequat referir-nos a la manera com els actors l'afronten. Són conscients que el prestigi no és constant i que la seva trajectòria implica una adaptació contínua a nous reptes. El que realment varia és el grau de reconeixement i la forma en què decideixen conviure. La teràpia és una eina fonamental per als actors i ajuda a fer front a aquesta acceptació social a través de l'autoconeixement, aprenent a posar els seus propis límits.



6.2 Conseqüències que té ser una figura reconeguda

Per a molts intèrprets, tenir una acceptació social o ser una figura reconeguda, no sempre és fàcil. El fet de tenir una vida pública, provoca consegüentment que la gent en parli d'ells, especuli i en faci comentaris. En ocasions poden ser destructius, així mateix com comentaris d'odi i maliciosos. Arran d'aquesta pèrdua d'intimitat, alguns actors es priven de sortir de casa o d'anar a llocs públics per no viure un avassallament. Tal com relata en Marc Martínez durant l'entrevista realitzada, "si aquestes situacions no estan ben gestionades, els actors poden arribar a patir problemes de benestar emocional i/o iniciar-se en el consum de substàncies".

Però com tot, no només existeixen les conseqüències negatives, sinó que també, té una part positiva, com pot ser el fet de ser molt admirats o rebre comentaris constructius que poden beneficiar la seva carrera. Els actors que senten l'admiració del públic tenen una posició que els permet donar veu a tota mena de temàtiques, com per exemple causes socials. Aquesta capacitat de mobilització es pot concretar en accions tangibles com aconseguir que la gent es mobilitzi, captar fons per aconseguir finançament per a organitzacions, participar en campanyes socials o denunciar injustícies. Aquest seria l'efecte més humà i social del reconeixement que reben els actors.

En definitiva, el reconeixement públic és dual per a cada intèrpret. Si bé en determinades ocasions pot ser una font de vulnerabilitat també pot obrir portes a influències positives com una eina social. No es tracta només d'un privilegi, sinó també d'una amenaça que requereix tenir consciència i saber preservar el seu benestar personal.



ACTE III: FER ARRIBAR LA VEU A LA PLATEA



7. TÈCNIQUES DE DIFUSIÓ I OBTENCIÓ DELS RESULTATS

En aquest darrer acte del treball, presento els canals escollits per donar a conèixer la recerca, investigant i valorant els mètodes més adients perquè el públic interessat en l'àmbit se'n faci ressò. Cada via de comunicació té definits els continguts que es mostraran.

La difusió no només s'ha fet a través de transmetre continguts, sinó que també va ser possible la interacció i recollida de dades amb l'audiència, factor que va ser essencial per veure què pensava la gent i què sap respecte a la professió. Finalment, s'ha fet un recull de dades per valorar el coneixement per part dels seguidors.

7.1 Blog

El primer mètode de difusió emprat, i que ha estat cabdal per fer arribar la investigació a l'espectador, ha estat la creació d'un espai on poder penjar els continguts més específics i extensos amb un caràcter dinàmic i personal. Tot i valorar altres opcions com per exemple la creació d'un pòdcast o un diari personal en format llibre, la metodologia més idònia per aquest primer element comunicatiu és el disseny d'un blog digital.

Abans de determinar de manera concreta quin seria l'element inicial, em vaig nodrir de coneixement i d'aprenentatge, per poder fer una reflexió sobre les principals dificultats que em podria trobar amb la creació del blog, quin ús se li sol donar i quin és el seu funcionament.

Un cop vaig decidir-me a engegar aquesta proposta, em vaig plantejar diverses preguntes per saber exactament quin seria el propòsit i la temàtica que voldria tractar en el blog. Per ser coherent, volia seguir un objectiu força similar al plantejat en el treball i, escriure sobre les vivències dels actors. Aquestes vivències anirien orientades cap a l'àmbit de la precarietat i la salut mental combinat amb un espai de divulgació i introspecció per captar atenció del lector.

Seguidament, vaig realitzar un estudi de mercat a internet per veure si hi havia cap contingut similar al que jo volia oferir o, si més no, que exposés teories força similars a aquelles que jo volia tractar. Com que no vaig trobar gaire contingut sobre aquests temes, vaig seguir amb la pluja d'idees per concretar el blog. Tenia molts interrogants oberts amb preguntes de tota classe sobre el tipus de blog que volia crear o a qui dirigir-lo. Preguntes detallades a l'annex 2.1. Un cop establertes les respostes a aquestes preguntes, vaig decidir dirigir-lo a tots els públics de Catalunya interessats en les arts a partir dels 20



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

anys. A partir d'aquí, vaig conduir de manera clara el blog. El següent pas a seguir va ser crear un dibuix d'imatge de perfil per utilitzar en totes les altres xarxes socials a banda del blog, imatge visible a l'annex 2.7.

El procés de creació va començar amb l'elecció i valoració de diverses webs que m'oferissin aquesta eina, tasca una mica difícil perquè no totes aquestes pàgines oferien el que buscava concretament i no acabava de saber exactament com fer-ho. Després de valorar-ne diverses, vaig escollir treballar amb "Wix", ja que s'ajustava a les meves necessitats i em vaig familiaritzar ràpidament amb el programa.

Amb aquesta decisió presa, vaig iniciar el llarg procés de llançament del blog, que implicava la creació del nom, l'escollit va ser *Entre Bambolines*, per tal de lligar directament la investigació amb la difusió, a banda del fet que considero que és un nom força potent i atrau el lector.

Respecte a l'estructura de la pàgina del blog i el seu contingut, vaig anar creant diverses propostes i esborranys buscant un estil propi i diferenciador de la resta, fins que vaig trobar el que buscava concretament i podia transmetre la meua idea. Tot seguit, el vaig omplir amb la informació que creia més adequada i tenia planificada, amb la creació de 3 apartats. El primer, la pàgina inicial, incloent-hi una breu explicació del perquè del blog; en el segon apartat les entrevistes i fragments més rellevants dels actors; i, finalment, en el darrer les conclusions de l'estudi redactades a tall de reflexió.

Amb aquest model ja definit i les il·lustracions creades, va arribar el moment de fer el llançament del blog al mateix temps que de l'Instagram, xarxa que tractarem en el següent apartat. Així doncs, el blog constava d'una pàgina introductòria i informativa, juntament amb un primer article, en aquest cas era una entrevista a la Clara de Ramon.

A continuació, vaig elaborar un calendari organitzatiu d'una durada de tres mesos que era el temps que preveia que estaria actiu, publicant-hi entrevistes aproximadament cada 2 o 3 dies (organització disponible a l'annex 2.2).

A la imatge 5, podem veure la pàgina introductòria al bloc i tot seguit a la imatge 6 l'aspecte d'una entrevista amb en Sergi López, totes les entrevistes segueixen la mateixa plantilla.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors



Imatge 5 Pàgina inicial del blog.
Font: pròpia



Imatge 6. Exemplificació d'entrevista amb Sergi López
Font: pròpia

Quan el blog ja portava cert rotatge i havia aconseguit un petit nombre de seguidors, cada dues setmanes es van enviar, un seguit de correus electrònics a tots els subscrits per informar de les entrevistes que s'anaven publicant, exemplificacions visibles a l'annex 2.3.

Tot i que aquest mitjà de difusió va tenir un nombre de seguidors força elevat, era lleugerament inferior a l'esperat en aquell moment, per tant, vaig pensar possibles maneres d'obtenir més subscriptors a banda d'augmentar la campanya promocional d'Instagram. En experiències recents, havia observat que alguns usuaris no sabien ben bé com subscriure's. Inicialment, el sistema estava configurat perquè la proposta de subscripció aparegués en finalitzar la lectura de l'entrevista, però moltes persones no se n'adonaven. Davant d'aquesta situació, vaig modificar el blog perquè, en accedir a la pàgina principal, després de cinc segons de navegació aparegués de manera visible l'opció de subscriure's.

A més, vaig observar a través de les estadístiques que les entrevistes més llegides pel públic eren les que tractaven la precarietat i experiències personals. Això em va portar a publicar més converses enfocades en aquesta temàtica, responant així a l'interès del lector i augmentant l'abast de persones a les quals podia arribar.

Una vegada van estar totes les declaracions penjades, i havia aconseguit tenir un flux bastant alt de seguidors, tal com estava plantejat en un inici, per concloure tot el bagatge del blog, durant les dues últimes setmanes vaig anar fent breus publicacions de la informació més rellevant del treball per difondre-la.



Durant una època, el blog ha estat en plena activitat mentre publicava les entrevistes, ja que tenia molt material per fer públic. Ara, tot i haver acabat la fase de difusió intensiva, el blog es continua trobant visible per a tothom. No descarto la possibilitat de reactivar-lo en un futur, si trobo articles rellevants o decideixo fer més entrevistes per publicar i continuar oferint contingut.

Sempre es podrà visualitzar per a qui li pugui interessar i no desapareixerà, perquè pugui continuar sent un mitjà de difusió vàlid. Podeu trobar l'enllaç del blog a l'annex 2.4.

7.2 Instagram

La creació d'un compte a Instagram, ha estat el segon mètode de difusió del treball. Aquesta plataforma m'ha permès fer arribar al públic la presència del blog, fent així un seguiment diari de l'evolució dels continguts publicats, i coneixent de prop les tendències i contingut que agradaven als seguidors.

Tenint clara que la finalitat de l'Instagram havia de servir per reforçar els articles prèviament publicats al blog, vaig iniciar l'elaboració del compte. Aquest anava dirigit al mateix públic que el del blog, concretament a gent que demostrés un interès i tingués una relació amb el món interpretatiu.

El pas previ abans de crear contingut, va ser també buscar comptes similars, i veure de quina manera podia enfocar el meu compte per despertar curiositat i causar impacte al seguidor. Una vegada sabia que volia oferir, vaig crear una planificació de continguts que volia penjar, disponible a l'annex 2.2. A més, vaig dissenyar una imatge pel perfil específica pel compte, amb la finalitat d'identificar ràpidament el blog amb l'Instagram i com a senyal de marca pròpia. Aquesta imatge es troba visible a l'annex 2.7, i a la capçalera de totes les pàgines del treball.

No es tractava de crear contingut exclusiu que només estigués aquesta xarxa, sinó utilitzar-la com un altaveu per explicar tot el que s'anava publicant al Blog, creant una marca personal amb identitat.

Arran d'aquest treball de camp, vaig trobar que un compte d'Instagram professional requereix una metodologia totalment diferent de la del blog, ja que la gent a l'Instagram busca un contingut molt accessible, interactiu i ràpid de visualitzar, que requereix publicació i planificació molt més continuada i activa.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

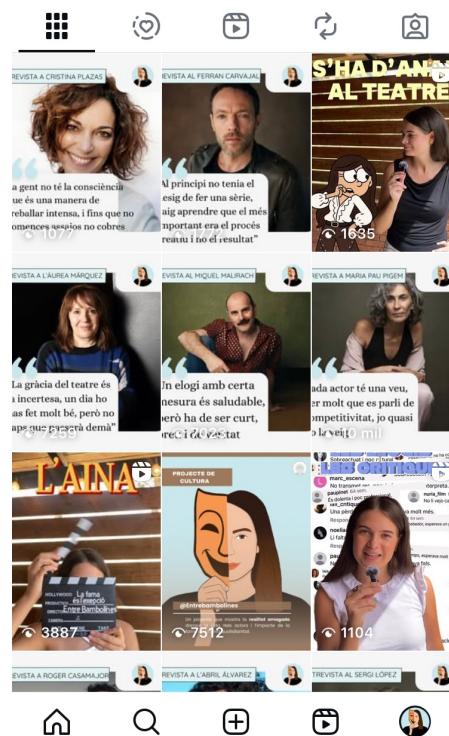
Aquesta planificació havia de ser frenètica i consistia en tres parts a l'hora de penjar els vídeos que s'anaven intercalant entre ells. Per un costat, vaig fer publicacions permanents cada dos dies, amb posts resumits amb un títol que captés l'atenció i un breu resum de l'article perquè la gent entrés a l'enllaç i llegís l'article. N'és un bon exemple d'aquestes publicacions la imatge 7.

D'altra banda, aquests posts els reforçava penjant històries, contingut amb una curta durada, de 24 hores, on simplement posava el titular de l'entrevista o article i l'enllaç directament al fragment. Com podem trobar exemplificat a la imatge 8, sent un accés més directe i ràpid.

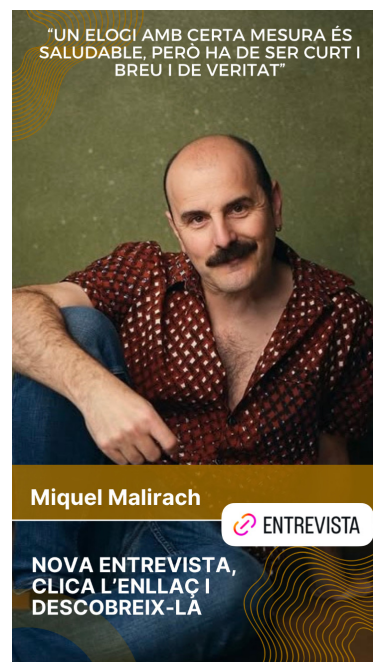
Finalment, vaig publicar aproximadament 10 vídeos explicant en cadascun, d'ells una característica del treball que també podien trobar en format article al blog incitant-los també a obrir-lo. Aquest procés de creació dels vídeos, va ser el més llarg amb diferència als altres dos exposats, ja que a banda de gravar-los, els havia d'editar i per tal de captar l'audiència em vaig fixar molt en les tendències del moment i hashtags (etiquetes) per poder obtenir més visualitzacions.

A mesura que la difusió avançava, vaig crear nou contingut, i el vaig adaptar en funció del que tenia més o menys visites, d'acord amb les estadístiques per tal d'arribar a més gent.

Aquesta planificació que he descrit, la vaig dur a terme en la majoria dels casos, en algun moment vaig haver d'endarrerir la publicació dels continguts per raons alienes al treball.



Imatge 7. Visualització del perfil d'Instagram
Font: pròpia



Imatge 8. Història d'Instagram
Font: pròpia



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Per facilitar l'accessibilitat al blog, vaig vincular a la biografia el seu enllaç i així aconseguir més subscriptors.

El compte d'Instagram m'ha permès obtenir la majoria dels seguidors del blog, compartir el contingut i fer-lo arribar a més gent. Gràcies a aquest mitjà molta gent s'ha mostrat interessada i ha penjat en els seus perfils publicacions del compte. Podem trobar l'enllaç de l'Instagram a l'annex 2.5.

7.3 Ràdio

En darrer lloc, a banda d'aquests dos formats de comunicació, he utilitzat un mitjà més convencional i diferenciat dels altres dos, sent més directe i explicativa: la ràdio. Aquesta via m'ha permès participar en un programa cultural enfocat a un públic específic amb l'objectiu de donar més visibilitat a l'estudi i generar interès amb les conclusions extretes. Per poder dur a terme aquesta col·laboració vaig contactar amb cadenes que tractessin temes de divulgació cultural i poguessin estar interessades amb el que jo els podia oferir.

Vaig escriure a quinze emissores, presentant el que volia explicar, juntament amb un dossier de continguts (disponible en l'annex 2.8) per tal que sabessin una mica més de la investigació. De tots ells, vaig obtenir tres respostes de les quals, només he pogut participar en un dels programes. Donat que per motius externs del treball, no ha estat possible realitzar la col·laboració amb les altres dues emissores.

Qui em va permetre portar a la pràctica la divulgació, va ser Ràdio Sabadell en el seu programa teatral *Amunt el teló* el dia 22 d'octubre, emès tots els dimecres de 21:00 a 22:00 i disponible a Spotify, on tracten tota mena de continguts relacionats amb l'escena teatral catalana, i amb una mitjana d'audiència de 36.144 usuaris al mes d'octubre setembre, mes en el qual es va efectuar l'entrevista.

Va consistir en una breu entrevista de cinc minuts. Prèviament, vaig preparar un seguit de pistes de so amb la informació més rellevant extreta del treball com ara l'afectació de la inseguretat econòmica i popularitat en la seva salut mental, i els presentadors ho van anar introduint durant el programa parlant de la meua proposta, posant èmfasi en les conclusions extretes i el blog. Aquesta planificació va ser clau per a explicar de manera breu el més important del projecte i alhora, entendre millor el funcionament de la ràdio i la importància que té com a mitjà de comunicació i divulgació.



7.4 Dades de la difusió

En aquesta secció de resultats i difusió s'analitza l'efecte i abast que han tingut els 3 mètodes de difusió del treball exposats anteriorment. S'avaluarà de 3 maneres diferents, d'una banda, observarem la quantitat de seguidors aconseguits tant a Instagram com al blog amb les visualitzacions que han tingut els dos mètodes. D'altra banda, s'analitza la interacció per part de públic i, per últim observarem una breu reflexió per veure què és el que ha funcionat més o menys notablement.

Els mètodes de difusió que han estat puntals pel treball han sigut el blog i l'Instagram. La difusió a través de la ràdio ha servit per impulsar i donar més veu als dos mètodes anteriors. La durada d'ambdós mètodes de difusió ha estat de 4 mesos i 6 dies, i les dades s'han recollit amb un interval de dues setmanes en ambdós casos, amb un total de 7 gràfics disponibles a l'annex 2.9, un per cada anàlisi quinzenal.

En primera instància tenim el Blog, fins al dia 28 d'octubre de 2025, moment en què s'ha tancat el temps d'avaluació de seguidors, i on s'ha obtingut un total de 2.597 seguidors.

Els indicadors marquen que els principals grups d'edat que han visualitzat el contingut han estat de dues franges. Un grup força nombrós ha estat dels 20 als 30 anys i un altre dels 40 als 50. Aquest resultat es pot explicar per diverses raons. La primera raó és que els membres d'aquestes franges estan plena etapa laboral i vitalment activa, fet que pot explicar la curiositat o interès en el contingut del blog, viure de prop la realitat que s'hi exposa o perquè s'hi senten identificats. En segon lloc, es tracta de grups que solen mantenir una presència constant a les xarxes i estan acostumats a consumir aquest contingut digital de manera regular.

Si analitzem l'evolució i audiència que ha anat obtenint el blog durant tota la difusió, veiem que ha passat per diversos moments, alguns amb més visualitzacions i d'altres amb menys. Per tal de veure-ho amb més detall hem dividit el procés en 7 períodes on cadascun inclou dues setmanes.

Durant la primera setmana, que anava del 23 de juliol al 6 d'agost, vaig penjar un total de 5 entrevistes i 2 articles. Aquest primer contacte va servir per observar les tendències que seguien els visitants del blog, així com les hores en què hi accedien per aconseguir més visites i arribar a una major audiència.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Si veiem el primer gràfic disponible a l'annex 2.9 A, veiem que va tenir una molt bona rebuda i el primer dia, va ser el que més gent d'aquesta franja hi va entrar amb un total de 20 persones, ja que a Instagram la gent s'havia encuriosit. Aquestes dues setmanes del 23 al 6 d'agost han estat els dies en què el blog ha obtingut menys visualitzacions, pel fet que al ser a l'inici no molta gent n'estava assabentada i no hi havia una gran quantitat d'entrevistes per escollir. A la gràfica de l'annex, també podem veure que la majoria de gent que hi va accedir eren nous seguidors i, en poques ocasions van repetir. Amb aquest interval es va obtenir un total de 9 seguidors al blog.

El segon període mostrat, a la gràfica de l'annex 2.9 B, que va del dia 6 d'agost al 20 d'agost, podem observar un creixement notable pel que fa a les visualitzacions i entrades al blog. Observem que hi han entrat 22 persones en un dia, que és la xifra més alta registrada fins aquestes setmanes, també podem contrastar respecte al període previ que més gent han entrat en diverses ocasions al blog, ja que en l'anterior setmana la gran majoria d'espectadors eren nous. Aquí es comença a demostrar que el blog va tenir una bona rebuda i, de mica en mica, anava captant nous seguidors amb un total de 16 subscriptors nous.

Si continuem avaluant el progrés que ha tingut el blog, arribem al tercer període que va dels dies 20 d'agost al 3 de setembre. Aquesta franja ha estat la que més visualitzacions i subscriptors ha rebut amb una diferència notable respecte als períodes anteriors i posteriors. El dia que més gent va visitar el blog va ser el dia 1 de setembre amb un total de 30 persones, dels quals la majoria eren nous visitants. Aquest gran augment de visualitzacions es pot explicar gràcies al fet que en aquest dia a banda de publicar una entrevista com era habitual al blog, a Instagram es va viralitzar l'entrevista

amb l'actor Francesc Garrido i força gent es va interessar per l'entrevista entrant així al blog i subscribint-s'hi. Durant tot aquest temps es va obtenir un total de 25 subscriptors nous. Aquest gràfic el trobem a l'annex 2.9 C.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Del 3 al 17 de setembre, el contingut del blog es va estancar una mica, tot i que continuava tenint una bona rebuda entre el públic. Es va obtenir un total de 16 seguidors nous. En aquesta franja va succeir de manera molt curiosa que tot i ser l'època en què més contingut d'entrevistes es va publicar al blog, no hi va accedir tanta gent com en l'anterior període. Però, en canvi, s'hi va subscriure més gent tot i tenir menys visualitzacions. Aquí es va començar a notar un establiment de l'audiència, ja que anava enfocat a un públic determinat obtenint així a un total de 27 seguidors. Veure gràfic a l'annex 2.9 D.

En el període que va del 17 de setembre a l'1 d'octubre, podem observar en el gràfic de l'annex 2.9 E, que segueix una dinàmica força similar a la de les últimes 3 setmanes. Aquesta ha estat la franja de temps que menys contingut he publicat i, per tant, ha repercutit, pel que fa a nombre de seguidors, tot i que ha estat de manera molt notable. Per primera vegada es va arribar al mínim de visualitzacions, el dia 27 de setembre, ja que ningú va entrar al blog. En aquest període es va obtenir un total de 5 seguidors.

A la penúltima setmana de la difusió, de l'1 al 15 d'octubre, podem observar que les dades continuaven bastant estables respecte a les setmanes anteriors. El nombre de visualitzacions diàries va mantenir una mitjana força constant, amb un màxim de 15 visualitzacions en un mateix dia, indicant així un interès moderat però continuat per part dels usuaris, obtenint 10 seguidors nous. Tot i que aquest creixement no va ser especialment elevat, les xifres demostren que el contingut continuava mantenint l'atenció del públic i conservant la seva regularitat en les interaccions, fet que va ser important per continuar consolidant la difusió. Gràfica visible a l'annex 2.9 F.

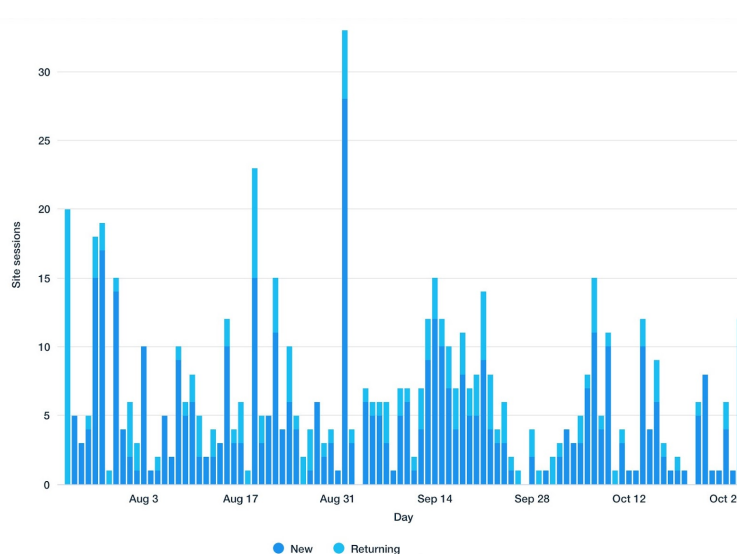
Durant l'última setmana de difusió, el nombre de visualitzacions es va mantenir estable en relació amb les setmanes anteriors, com es pot observar al gràfic de l'annex 2.9 G. Tot i que no s'hi aprecia un augment significatiu, es va registrar una participació constant per part dels usuaris, fet que reflecteix un interès sostingut pel contingut publicat. També veiem que aquestes publicacions anaven destinades a fer una conclusió i reflexió del treball. Durant aquest període del 15 al 29 d'octubre, es van obtenir 5 seguidors nous, arribant a un total de 97. En conjunt, la setmana final va acabar de consolidar tota la comunitat creada al voltant del blog, tancant així el període de difusió a través del blog.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Si analitzem globalment el gràfic de la imatge 9, podem observar el comportament general que ha tingut el blog durant tot aquest període.

En total 841 persones han visitat el blog, de les quals 588 han accedit únicament a la pàgina inicial, mentre que 253 han anat més enllà i han interactuat entrant i llegint les entrevistes penjades. A més, les estadístiques recollides



Imatge 9. Anàlisi del blog durant tots els mesos de la difusió.
Font: pròpia

proporcionen la informació que la gran majoria han accedit des d'un dispositiu mòbil. Aquesta informació la podem trobar en forma de gràfic a l'annex 2.10.

Al llarg de les setmanes, la difusió d'aquest blog ha permès donar a conèixer la part més amagada dels actors, arribant a un públic força ampli i veient una evolució favorable pel que fa al contingut del blog. Les dades a través de les que hem pogut veure la interacció han mostrat una evolució constant amb període de major activitat coincidint amb publicacions més visuals com per exemple els fragments d'entrevistes o reflexions. Tot i el creixement moderat s'ha pogut mantenir una participació estable i interès comú continu, fet que ens demostra que el treball ha generat curiositat i empatia amb públic. En total la mitjana de lectura que han dedicat al blog ha estat de 34,5 segons.

Pel que fa a la difusió a través d'Instagram, a simple vista comparant el total de seguidors d'una xarxa amb l'altra veiem una diferència bastant notòria. Aquest mètode en total ha obtingut un total de 2597 seguidors i això ha permès tenir una interacció molt més directa per part del públic.

Com s'ha esmentat anteriorment, gràcies a Instagram he obtingut la gran majoria de seguidors al blog. Aquests seguidors hi han arribat a través de les publicacions que anava fent cada dos dies, contingut que va mostrar molt suport per part del públic i han fet que les entrevistes siguin el contingut amb més visualitzacions lluny dels vídeos, això es deu al fet que són persones conegudes, per tant la gent s'aturava a llegir-ho.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

El començament de l'Instagram també va costar una mica. Al principi, el contingut arribava a poca gent i no va ser fins al cap d'uns 2 o 3 dies de penjar el primer contingut que es va començar a obtenir seguidors. Podem veure aquest comportament a l'annex 2.11 A.

En el segon període de la difusió, podem observar-ne el seu comportament a l'annex 2.11 B, abasta del 6 d'agost al 20 d'agost. En aquest punt, es va començar a notar una lleu consolidació de seguidors i es va començar a obtenir el primer contacte amb el públic, obtenint comentaris i missatges directes al compte.

En el tercer i quart període es va augmentar el ritme de publicació i es van compartir continguts més variats com ara més vídeos parlant de problemàtiques de l'àmbit actoral. Aquest dinamisme va permetre una major visibilitat i generació de vincles amb el públic, augmentant el nombre de comentaris i missatges directes. Aquest període es podria considerar com el que va marcar el primer contacte real amb l'audiència com es pot observar a l'annex 2.11 C i D.

Dels dies 17 de setembre a l'1 d'octubre, el període va començar amb un nombre considerablement elevat de seguidors, cosa que indicava que hi hauria una evolució positiva i un creixement. Tanmateix, a mesura que avançaven els dies, la tendència inicial començava a disminuir, a poc a poc, i la gent no seguia tant el compte. La causa principal d'aquesta davallada va ser que, a partir aproximadament del dia 25 la freqüència de publicació de vídeos començava a reduir-se de manera notable. Això va provocar una menor visibilitat del contingut i, per tant, menys seguidors. Es pot observar la tendència d'aquesta gràfica a l'annex 2.11 E.

Ja arribant a la recta final, al sisè període, els continguts amb més interacció i suport van ser aquells de caràcter més personal i reflexiu, un fet que va ajudar a reforçar el vincle amb els usuaris. Les publicacions ja tenien un públic fidel que reaccionava amb més freqüència tot i que aquí no es va publicar molt contingut. Veure annex 2.11 F.

Aquest últim període s'ha vist incrementat amb força seguidors. No només ha estat marcat pel contingut publicat, sinó que també per un altre element que no s'ha d'oblidar: dur a terme la col·laboració amb la ràdio. Arran d'aquesta participació, vaig notar un fort increment i, immediat, en el nombre de seguidors. Durant aquelles hores, es va superar el llindar dels 30 seguidors en qüestió de poc temps, ho veiem a la gràfica de l'annex 2.11 G.

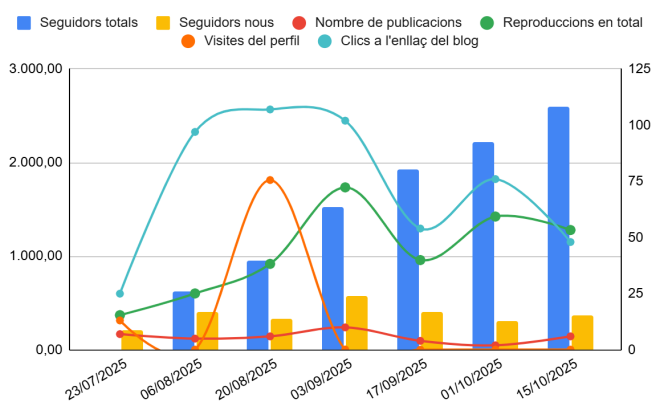


ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

En aquest moment de la difusió va ser quan més reflexions es van penjar, potser aquestes no van obtenir un gran nombre de visites, però, hi ha una diferència destacable respecte a les publicacions de les entrevistes. Tan aviat com la gent veia les reflexions les republicaven o bé les pujaven al seu compte propi d'Instagram, cosa que amb les entrevistes no passava.

En aquesta imatge número 10 podem observar el comportament global que ha tingut el compte d'Instagram des del seu inici fins a l'últim dia d'aquest seguiment.

A la imatge 11 es mostra un resum del contingut publicat i de les publicacions més destacades. Amb 15.000 visualitzacions, l'entrevista a l'actriu catalana Maria Pau Pigem, amb una llarga trajectòria professional, és la que ha obtingut més repercussió. Per aquest motiu, va ser fixada al perfil, seguint una estratègia habitual quan un contingut esdevé viral, facilitant així que continuï sent visible pels usuaris.



Imatge 10. Comportament Instagram
Font: pròpia



Imatge 11. Cinc publicacions amb més visites
Font: pròpia

Curiosament, tot i ser la publicació més vista, no és la que ha rebut més “m’agrada”. L’entrevista amb l’Àurea Màrquez és la que ha obtingut una major interacció, amb 121 “m’agrada” i 4 comentaris. Cal tenir en compte que la interacció no només es mesura a través dels “m’agrada” i comentaris, sinó també per mitjà de les republicacions i, en aquest cas, diversos usuaris han compartit el contingut als seus propis perfils.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

En conjunt, des de juliol, fins ara s'ha obtingut un total de 279.262 reproduccions, amb una mitjana de 2 comentaris aproximadament en cada publicació, a més d'altres aspectes no numerats com els comentaris i suggeriments del públic que ha anat comentant. Això demostra que ha arribat a un públic, i n'ha captat la seva atenció. Informació més ampliada i detallada a la gràfica de l'annex 2.12 i 2.13.

També podem observar a l'annex 2.14 A i B que la majoria de públic que ha visualitzat el contingut des d'Espanya. Un nombre majoritari, han estat dones, amb un 59,6% i 40,4% homes, amb una edat entre 45 i 44 anys (dades ampliades a l'annex 2.14 C).

Cal destacar un detall força sorprenent, que no esperava, respecte als seguidors del blog. Els principals seguidors han estat gent de la professió que tenen certa repercussió mediàtica i treballen força al món de l'espectacle, tot i que és lògic que s'hi interessin perquè forma part del seu ofici. El fet que em seguissin professionals de l'escena i donessin suport publicant-ho al seu compte d'Instagram, va fer que força gent comencessin a seguir el compte i mostressin interès.

Per tant, a través de totes les dades obtingudes es pot observar que els tres mètodes de difusió han estat molt positius i efectius per donar visibilitat al projecte. S'ha arribat a l'objectiu proposat, tot i que hagués estat més positiu si hagués publicat algun vídeo addicional amb més publicacions, per potenciar encara més la resposta del públic.



8. CONCLUSIONS

Aquestes línies d'escriptura, no només són el tancament del treball sinó que també marquen el final d'un procés d'aprenentatge que m'ha construït acadèmicament i personalment.

El món interpretatiu és infinitament més ampli del que m'havia pogut imaginar en un inici. No només el conformen els intèrprets, sinó que, al darrere, també hi trobem altres agents i factors. En certs moments, la diversitat de dades ha pogut ser desbordant i semblar que no podia trobar la clau per donar resposta a les meves hipòtesis, o si més no, LA resposta que esperava trobar. No obstant això, fruit de l'àmplia recerca feta, he pogut obtenir dades amb les quals validar les meves hipòtesis i, d'aquesta manera resoldre els meus interrogants.

El primer objectiu marcat pretenia esbrinar i demostrar si ser un personatge reconegut en el món interpretatiu afecta la personalitat de l'intèrpret i compensa la pèrdua de privacitat. A més, també buscava identificar els mecanismes que utilitzen per separar la seva vida personal de la vida artística.

Per respondre aquestes qüestions, era imprescindible recollir la informació directament dels actors i actrius. Ells són la font primària que em podien proporcionar la informació i podria veure la part més humana. Sabia que això comportaria un llarg procés i dificultats en certs moments. Tenia un itinerari molt marcat i efectivament van anar sorgint alguns entrebancs, que han fet que no sortís com havia planificat. Imaginava i comptava que em respondrien més gent dels que realment ho han fet. El nombre de persones entrevistades ha estat el que m'esperava, però per obtenir aquestes respostes he hagut de contactar amb molta més gent de la que havia pensat. La qual cosa va provocar un petit canvi de rumb, que ha servit per trobar alternatives i enfocar-ho d'altres maneres, guanyant autonomia.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Gràcies a la realització d'aquestes entrevistes. Puc confirmar que, la popularitat té un impacte directe i evident en la vida personal dels actors, però no sempre en totes les ocasions. A partir dels testimonis i experiències dels intèrprets, m'ha sorprès constatar que, a Catalunya, tot i que molts actors apareixen de manera recurrent en ficcions i produccions teatrals, la seva popularitat no té un impacte especialment intens. Es tracta d'un reconeixement més aviat momentani, que els permet mantenir una vida relativament quotidiana i en conseqüència, donar poca importància a la separació entre la vida pública i la privada. Tot i que no impedeix que alguns intèrprets han desenvolupat mecanismes o tècniques per tal de separar i protegir la vida privada de la pública. No els utilitzen amb freqüència, però en certs moments han pogut sentir la necessitat de desenvolupar-los, deixen de fer coses, reprimint les seves actituds, afectant-los al caràcter o estat mental.

Com la meua hipòtesi afirmava sí que hi ha persones que poden tenir una altra percepció més intrusiva de la popularitat, sobretot quan l'actor ha treballat en projectes d'abast nacional, ja que el rang de gent a que arriben és més gran. D'aquesta variabilitat de factors en sorgeixen els elogis i les crítiques, com més ampli sigui el públic que hi té accés més opinions rebran i això pot tenir un impacte emocional considerable si els comentaris són negatius.

Després de llegir i conversar amb diversos actors, he comprovat que, més enllà d'aprendre a separar la vida laboral de la pública, també han de saber desvincular la vida privada de l'ofici. Aquest segon aspecte resulta especialment complex, ja que ambdós vessants solen estar molt relacionades. Sovint, les relacions personals (família, amistats o parella) estan vinculades al mateix sector interpretatiu, fet que dificulta la desconexió i la preservació d'un espai íntim realment separat de la professió.

Amb aquest objectiu, puc confirmar la meua hipòtesi, en algun moment han pogut sentir-se més exposats públicament, però no els ha condicionat gairebé gens la pèrdua de privacitat i han estat poques ocasions les que han necessitat utilitzar certs mecanismes concrets - com desconnectar-se públicament de les xarxes socials o reprimir certes accions - per fer front o evadir-se de l'exposició pública, com havia previst inicialment per aturar-ho.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

En el segon objectiu, jo partia de la base que trobaria el perquè s'associa el sector interpretatiu com inestable i precari tant econòmicament com mental. Així ha estat, he arribat a la conclusió que efectivament tenia raó i he pogut confirmar completament la meua hipòtesi mitjançant les entrevistes. És un sector amb una manca de recursos per la falta d'oferta laboral, hi ha molta gent i poca feina, a més de la naturalesa de la carrera de l'artista, mai saben quan tindran feina i sempre han d'esperar l'aprovació d'algú, fent així que es desequilibrin mentalment. S'extreu un denominador comú en paraules dels mateixos actors, que l'estabilitat no només és des d'un punt de vista econòmic, sinó també mental i els ha pogut portar problemàtiques en el seu benestar emocional. La feina és el detonant en el fet de no tenir uns ingressos fixos, que fa trontollar la seva estabilitat mental. Realment el que determina i influeix més en que estiguin bé emocionalment i mentalment és la feina i no la popularitat.

Una vegada assolits els dos primers objectius, havia d'obtenir les dades necessàries per complir el meu tercer objectiu: trobar mitjans de comunicació per tal de fer difusió de la informació trobada i fer-la arribar als usuaris. Volia que no només fos a través de xarxes de comunicació sinó que també pogués recollir la interacció del públic.

La informació s'ha pogut difondre i, per tant, he sabut trobar diferents mètodes per fer arribar aquesta anàlisi a un públic sensible amb el món interpretatiu. L'obtenció d'aquest objectiu, ha estat la que més variabilitat i contratemps ha comportat respecte als altres.

La investigació s'ha pogut donar a conèixer a través de 3 mètodes de comunicació diferents, que han estat: la creació d'un Blog, un compte d'Instagram i col·laboració amb una ràdio local. Aquests canals comunicatius m'han permès obtenir una interacció i opinió amb el públic força àmplia. Malgrat que amb aquest objectiu no puc validar la meua hipòtesi completament, he sabut trobar els canals com bé he dit, però m'hauria agradat poder fer més difusió a través de canals comunicatius escrits com un diari, o canals digitals, però malauradament no ha estat possible, i la difusió ha recaigut en gran part a Instagram, tot i l'esforç i intents que he posat per diversificar els mitjans.

D'altra banda, m'hagués agradat obtenir més seguidors i arribar a un públic més ampli a les xarxes socials, tot i que igualment he arribat a força gent i he pogut obtenir respostes clares que s'assimilaven a allò que jo mateixa pensava.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Desenvolupar aquest darrer objectiu ha comportat molta dedicació i temps, sento que potser no s'ha reflectit al 100% totes les hores dedicades, ja que per posar un exemple, darrere d'un vídeo de vint segons hi ha hagut hores d'edició i preparació del contingut que no queda reflectit.

De totes maneres a tall de conclusió, crec que he pogut generar debat amb els articles publicats al blog. M'ha sorprès gratament quan la gent que s'ha interessat pel meu contingut han estat els actors professionals i, en alguns casos, inclús han compartit el contingut. Potser no s'ha complert com esperava, però estic satisfeta del resultat obtingut i he après a rectificar i pensar altres maneres de crear contingut.

Com a síntesi final, considero que aquest treball ha estat un èxit tant des del punt de vista tècnic com acadèmic, afirmo que la resposta trobada envers les hipòtesis inicials ha estat bastant similar i favorable. He pogut demostrar el que imaginava inicialment, sobretot en els dos primers objectius, tot i que amb l'últim hagi hagut de reconduir en certa manera una de les metodologies pensades. Els resultats han estat gairebé els esperats i crec que he sabut donar-li la importància que tenia la recerca i investigació. Finalment, cal destacar que l'assoliment d'aquests objectius, ha estat possible gràcies al suport de totes les persones i institucions que han contribuït amb el seu coneixement i experiència.



9. EPÍLEG

El teló està a punt d'abaixar-se i si miro entre bambolines, veig cada hora i tot l'esforç dedicat per poder dur a terme aquest estudi, així com la quantitat de coses apreses i reflexions fetes. Ha estat un procés llarg tal com he narrat a la conclusió, però la passió i il·lusió que he sentit per dirigir i crear aquesta obra no s'ha perdut en cap moment. Encara que en certs moments aquest entusiasme hagi pogut estar camuflat per altres emocions.

Tot començament costa, i l'inici d'aquest treball no en va ser cap excepció. Estava feta un autèntic mar de dubtes i desori, em qüestionava profundament cada pas que volia fer, a l'espera de la validació dels altres. Aquesta manca de seguretat, es va fer especialment visible en l'elaboració de la introducció i definició dels objectius. Cada paraula que escrivia l'esborrava, cada pensament em semblava insuficient i innecessari. Aquesta incertesa inicial em va servir per escoltar la meua ànima "teatrera" i dibuixar un camí que m'ha fet arribar d'una manera molt pautada i concreta al final de la recerca, tot i això, van aparèixer desenes d'imprevistos amb els quals no comptava i que he intentat solucionar amb la màxima rapidesa i serenitat possible.

De tots aquests moments foscos i d'autèntic caos estimat, en què em sentia atrapada entre allò que volia plasmar i explicar sense trobar les paraules o la via per fer-ho. Va anar sorgint la meua pròpia autonomia, vaig aprendre a no frustrar-me quan no sortia tot a la primera.

Aquest procés m'ha servit per recordar com volia encaminar el treball i la dimensió que ha acabat prenent, ja que no ha estat exactament el que havia imaginat. Reconec per exemple, quan el treball va derivar cap a difusió per xarxes, em va espantar i fins i tot la meua resposta inicial va ser negar-me-hi. No obstant, poc a poc, em vaig anar animant i he gaudit molt, tant en el procés de creació com en l'edició de vídeos.

Les entrevistes han estat el cor del projecte, una de les parts més boniques i amb la que més personalment he après i m'he bolcat. Gràcies a elles he canviat la meua mirada i he comprès com la societat mira, jutja i idealitza allò que veu dalt d'un escenari. Encara que m'ha costat una mica més del que havia imaginat i no sempre ha estat fàcil estructurar les idees i quadrar-ho tot.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Cap llibre ni article m'hauria pogut proporcionar conèixer aquestes històries extraordinàries d'actors i actrius d'edats força diferents de la meva, han estat molt propers, i en unes altres circumstàncies no m'hauria atrevit a parlar-hi, si no hagués estat per l'oportunitat que m'ha brindat el treball, n'estic molt agraïda.

Acabo aquest camí amb una mirada nova i enriquida, darrere el teló. No sé si he acabat de trobar exactament la resposta esperada, perquè mai em vaig imaginar una resposta concreta. Si bé és cert que hi havia unes hipòtesis formals, però personalment no m'havia projectat un ideari, sempre em vaig deixar endur, i si en algun moment vaig arribar a imaginar alguna cosa crec que és més del qual m'havia imaginat. Em sento afortunada i soc conscient del privilegi que he tingut per haver gaudit de cada minut dedicat al treball fent que valgués la pena.

És en els últims segons d'aquest tercer acte, on m'adono, fent una profunda reflexió amb la meua guia, que metafòricament redactar el treball, en alguns moments m'ha pogut fer sentir dins una obra de teatre. On jo era la dramaturga d'aquesta peça que s'escriu o es representa, i anava explicant la història i situacions dels diferents personatges.

Perquè el que he escrit no ha deixat de ser la seva pròpia obra de teatre, plena de gestos i veritats. Els actors viuen la seva pròpia obra de teatre, que és la vida amb els seus personatges, conflictes, èxits i fracassos més profunds. I jo he intentat fer visible una petita part del que han volgut compartir amb mi d'aquest tros de vida amagada dels actors.

I és en aquest precís instant, en què les bambolines comencen a tancar-se i cau el teló, el públic aplaudeix, i cadascú continua vivint les seves pròpies misèries o alegries de manera paral·lela. Perquè al final, tots busquen un final feliç, però no sempre tothom en té un.

TELÓ



10. WEBGRAFIA

Aadpc. (2025). Taules salarials del tercer conveni de teatre de Catalunya. Aadpc.Cat. https://app.aadpc.cat/documents/5/Tablas-Salariales_-TEATRO_202505051746460793330.pdf. Consultat el 8 de juliol de 2025

ACN. (2024, 28 d'octubre). *La AADPC estrena nueva denominación para abrazar más perfiles del teatro, el audiovisual y el doblaje*. El Periódico. <https://www.elperiodico.com/es/ocio-y-cultura/20241028/aadpc-estrena-nueva-denominacion-abrazar-110719302>. Consultat el 13 de juliol de 2025

AISGE. (2024, gener 31). *5º Informe sociolaboral de la fundación AISGE. Artistas Intérpretes, Sociedad de Gestión de Derechos de Propiedad Intelectual*. <https://www.aisge.es/estudio-sociolaboral-2023-de-la-fundacion-aisge-contenidos-integro>. Consultat el 6 de juliol de 2025

Broch, À. (2017). *Història del teatre català*. Institut del Teatre. <https://www.institutdelteatre.cat/publicacions/ca/praec/pld5/historia-del-teatre-catala>. Consultat el 10 de juny de 2025

Busquet, J. (2012). El fenómeno de los fans e ídolos mediáticos: evolucion conceptual y génesis histórica. *Revista de Estudios de Juventud*. Volum (96): pàgina 13-29. https://www.injuve.es/sites/default/files/Revista96_1.pdf. Consultat el 2 d'agost de 2025

CCMA. (2025). Àurea Márquez: “Els actors de doblatge temen que la IA els substitueixi”. *3Cat*. <https://www.3cat.cat/3cat/aurea-els-actors-de-doblatge-temen-que-la-ia-els-substitueixi/audio/1238449/>. Consultat el 15 d'abril de 2025

Cooper, E. (Directora i productora). (2022, abril 27). *El misterio de Marilyn. The unheard tapes*. Regne Unit: RAW TV. Consultat el 26 de març de 2025

De Blogging, E. (2021, desembre 14). Cómo crear un blog profesional paso a paso- Guía Completa [2023]. Escuela de Blogging. <https://escueladeblogging.com/crear-blog-profesional/>. Consultat el 29 de juny de 2025.

Escobar, A. (2023, abril 20). *El Método Stanislavski: una guía completa*. Escuela Superior de Artes Escénicas de Málaga. <https://www.esaem.com/noticias/el-metodo-stanislavski-una-guia-completa/>. Consultat el 5 de juliol de 2025

Gay-Rees, J., Pank, G., & Bell, P. (Productors), & Kapadia, A. (Director). (2015). *Amy: The girl behind the name* [Documental]. Regne Unit: On the Corner Films / Universal Pictures. Disponible a Prime Video. Consultat el 29 de març de 2025



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Institut del Teatre. (2025). Proves d'accés de l'ESAD (Interpretació | Direcció i Dramatúrgia | Escenografia). <https://www.institutdelteatre.cat/ca/estudis/provesacces/esad>
Consultat el 3 de setembre de 2025

La mà. (2025, agost 1). Teatre Barcelona. https://www.teatrebarcelona.com/espectacle/la-ma?funcio_id=392307.
Consultat el 27 d'octubre de 2025

Mallol, C. (2024, maig 3). Àurea Márquez: “No sóc conspiranoica, però sí molt amant del dubte”. VilaWeb. <https://www.vilaweb.cat/noticies/entrevista-aurea-marquez-conspiranoia/>.
Consultat el 28 de febrer de 2025

Islas, D. S. (2024, gener 31). Cómo crear una página web: guía paso a paso. Blog de Wix. <https://es.wix.com/blog/guia-para-crear-paginas-web>. Consultat 6 de juliol de 2025

Màscara neutra de cuir. (no té data). Pinterest. <https://es.pinterest.com/pin/642818546855472561/>. Consultat el 23 de setembre de 2025

Rios, J. (2024). ¿Qué es la industria de las artes escénicas? Comprender es Saber. https://comprender.mx/que-es-la-industria-de-las-artes-escenicas/?expand_article=1.
Consultat el 15 de juliol de 2025

Sala Ars Teatre. (s.d.). ¿Dónde se originó el teatro y cómo es en la actualidad?. <https://www.salaarsteatre.com/origen-del-teatro/>

Sierera, J. (2018). Crítica. Institut del Teatre. <https://www.institutdelteatre.cat/publicacions/ca/praec/pld5/critica>. Consultat el 4 de juliol de 2025

Viquipèdia. (editat 2025). Història del teatre català. Wikipedia. https://ca.wikipedia.org/wiki/Hist%C3%B2ria_del_teatre_catal%C3%A0. Consultat el 10 de juny de 2025

Wikipedia. (2007). Speak the speech. Wikipedia, La enciclopedia libre. https://en.wikipedia.org/wiki/Speak_the_speech. Consultat el 5 de juliol de 2025

Wikipedia. (2007). Interpretació. Wikipedia, La enciclopedia libre. <https://ca.wikipedia.org/wiki/Interpretaci%C3%B3>. Consultat el 21 de juny de 2025



11. BIBLIOGRAFIA

Cao, Virginia. (2023). *Marketing del actor*. Publicat independentment.

Fàbregas, Xavier (1972). *Aproximació a la història del teatre català modern*. Edicions Curial.

Feldman, Sharon G (2011). *A l'ull de l'huracà: teatre català contemporani*. La Magrana.

Konstantín, Stanislavski. (2022). *El método:entrenamiento y ejercicios*, La Pajarita de Papel Ediciones.

Lecoq, Jacques (2003). *El cuerpo poético*. Alba editorial.

Romeu i Figueras, J. (2017). *Teatre medieval en escena: Representacions de teatre medieval i renaixentista* (1961–1969). Generalitat de Catalunya, departament de Cultura.

Sala Valldaura, J. M. (2006). *Història del teatre a Catalunya*. Eumo Editorial i Pagès Editors.

Viñas, Francesc (2024). *El teatre de la natura a Catalunya*. Godall Edicions.



12. ANNEXOS

Annex 1 Material de les entrevistes

1.1: Preguntes de les entrevistes, guió estàndard utilitzat.

Com van ser els teus inicis? Ara que ja tens la teva carrera més assentada o ja has tingut un llarg esperaves que la professió d'actor/actriu seria tal i com l'estàs vivint? , la teva visió ha canviat amb els anys?

Com és realment el dia a dia d'un actor? Creus que des de fora no es percep la intensitat que comporta?

Et solen parar per al carrer?

(Si l'anterior pregunta ha estat afirmativa) Com vas viure passar de l'anonimat a tenir popularitat? Has deixat de fer coses? T'agradaria tornar a aquesta vida d'abans?

El reconeixement del públic pot afectar a la teva autoestima? Pot aportar més beneficis o perjudicis? Com guanyes la teva autoestima? Com pot baixar? Com la pots cuidar?

Si t'has sentit observat t'ha fet modificar la teva manera d'actuar o de relacionar-te amb la gent, amics, família?

Si no fossis una persona reconeguda creus que actuaries diferent en públic? (depèn de si per a tu et condiciona o no)

Quins mecanismes utilitzes per separar quan estàs amb la teva família/amics i no et ve de gust parlar amb la gent de l'àmbit professional (públic que et reconeix o directors companys per repassar text...)?

Consideres que aquesta exposició pública et compensa la pèrdua privacitat? Creus que amb els anys el vincle amb el públic canvia?

Com t'agrada que la gent et reconegui? Per qui ets tu com a persona o per les feines que has fet? Imagino que et projectes diferent (amb) en el món professional que (amb) en el públic?

Sents que ser actor et defineix massa en el sentit de que només és una feina i tothom t'hi reconeix així?



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Com seleccions quins personatges vols interpretar? Depenent del personatge que et donin o et proposin l'acceptes o el rebutges per por de què t'encasellin amb un determinat pensament, a causa que la gent no sàpiga separar el personatge de l'actor?

Què és el que pitjor portes de ser conegut?

Que et critiquin és bo o dolent?

Si et critiquen alguna cosa que no has fet bé t'enfonsa? O no pots dir a vale

Els elogis sempre són bon? Quan tothom et diu coses boniques i vol estar amb tu com es gestiona,

L'exposició pública i les crítiques, ja siguin positives o negatives t'han comportat haver de buscar ajuda externa o suport emocional per parlar-ne?

Si és que si com t'ha ajudat?

Què és per a tu l'èxit? Com l'entens?

La fama o tenir popularitat de què serveix? Té glamur? A què porta? Gràcies a tenir aquesta popularitat pots gaudir de certs beneficis?

Has sentit mai por de no ser suficient d'acord a allò que se t'esperava de tu? Es deixa de sentir mai aquesta por per la pressió deguda a la fama?

En una professió com és la teva, hi ha competència entre els companys? Et compares amb els altres?

Com és comparar-se amb les altres i sentir que hi ha companys que tenen més talent que tu o que estan millor considerats, quan ets massa autoexigent? I més sent una feina on sempre estàs competint?

El fet que la teva feina impliqui horaris complexos o difícils de compaginar amb la teva vida personal t'ha fet rebutjar feines o com ho has compaginat amb la teva vida personal?

La pressió estètica té molt a veure molt en la teva carrera? Com ho portes o com es porta?

Es pot tenir fama i reconeixements públics, i, tot i això, tenir inestabilitat econòmica o no tenir projectes futurs

És un sector inestable? Per què? Quines causes provoquen aquesta inestabilitat tant professional com personal?

Com veus o com és la situació actual de la inestabilitat? Quins entrebancs t'hi has trobat i com els has gestionat?



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Com es porta l'estrès o incertesa de pensar quan em sortirà feina? Es gestiona igual al començament que quan ja tens cert recorregut?

Et genera angonya o ho veus com una oportunitat per poder formar-te ...?

Com s'encaixa un no? Significa per tu el mateix un no ara que quan vas començar a nivell frustració...

En algun moment has necessitat para de treballar per estrès, inestabilitat emocional i cuidar la teva salut mental?

Has fet certes coses o t'has vist obligat/a a anar a un esdeveniment que realment no t'interessava per aconseguir més feina o has acceptat alguna feina per subsistir?

Què és el que et va fer marxar a Madrid? Que hi haguessin més oportunitats laborals?

Com veus la diferència del sector a Catalunya i Madrid?

Creus que a Catalunya tot i tenir uns molt bons actors els directors sempre es queden amb els que ja coneixen i no investiguen respecte a noves propostes? I per què passa?

1.2: Persones amb les quals s'han realitzat entrevistes:

- Melani Olivares (17 de juny de 2025)
- Arnau (21 de juny de 2025)
- Ferran Vilajosana (7 de juliol de 2025)
- Irene Minovas (9 de juliol de 2025)
- Clara de Ramon (9 de juliol de 2025)
- Albert Ausellé (10 de juliol de 2025)
- Marta Marco (12 de juliol de 2025)
- Francesc Garrido (13 de juliol de 2025)
- Jordi Planas (15 de juliol de 2025)
- Marc Martínez (15 de juliol de 2025)
- Francesc Cuéllar (16 de juliol de 2025)
- Abril Álvarez (20 de juliol de 2025)
- Anna Moliner (21 de juliol de 2025)
- Bea Segura (21 de juliol de 2025)
- Gemma Brió (21 de juliol de 2025)
- Dèlia Brufau (21 de juliol de 2025)
- Bernat Quintana (24 de juliol de 2025)
- Cristina Plazas (24 de juliol de 2025)
- Natàlia Barrientos (28 de juliol de 2025)
- Sergi López (29 de juliol de 2025)
- Roger Casamajor (5 d'agost de 2025)



- Margalida Sastre (11 d'agost de 2025)
- Miquel Fernández (14 d'agost de 2025)
- Maria Pau Pigem (14 d'agost de 2025)
- Ferran Carvajal (14 d'agost de 2025)
- Enric Cambray (28 d'agost de 2025)
- Àurea Márquez (4 de setembre de 2025)
- Miquel Malirach (4 de setembre de 2025)

Annex 2 Difusió

2.1: Preguntes pluja d'idees blog

1. Quin públic objectiu vull que tingui el blog?
2. De quines temàtiques conduiré el blog?
3. Quines necessitats i interrogants poden tenir els lectors abans de llegir el blog?
4. De quina manera els puc oferir la informació per crear-los una necessitat de voler llegir-ho?
5. A quines edats vull dirigir-lo? O qui es podria interessar per mirar aquest contingut
6. Amb quin missatge vull que es quedin els espectadors?
7. Quin llenguatge vull utilitzar? Proper?
8. Com puc fer que la informació no els sembli avorrida i els capti l'atenció?
9. Com puc saber si el blog arribarà al públic? De quina manera ho mesuraré?
10. Quan els espectadors hagin acabat de llegir l'article de quina manera vull que es quedin? Busco que es commoguin?.



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

2.2 : Planificació Blog i Instagram

Tema	Paraules clau	Format	Data de publicació	Entrevistat (si és el cas)
Presentació	Objectiu i finalitat del blog i Instagram	Publicació	23/07	-
Presentació	De què parlaré?	Vídeo	25/07	-
Entrevista	Precarietat	Publicació	28/07	Clara de Ramon
Entrevista	Popularitat	Publicació	30/07	Ferran Vilajosana
Entrevista	Repercussió de la popularitat	Publicació	01/08	Marc Martínez
Realitat del sector	L'actuació no sempre dona de menjar	Vídeo	03/08	-
Entrevista	Inestabilitat	Publicació	04/08	Irene Minovas
Entrevista	Inestabilitat econòmica	Publicació	06/08	Albert Ausellé
Entrevista	Popularitat	Publicació	13/08	Bea Segura
Entrevista	Vivències de l'actriu	Publicació	15/08	Gemma Brió
Entrevista	Precarietat	Publicació	17/08	Anna Moliner
Entrevista	La fama quan era jove	Publicació	20/08	Bernat Quintana
Anunci entrevista	Ser actor no vol dir ser famós	Vídeo	21/08	-
Entrevista	Aspiracions un jove actor	Publicació	22/08	Arnau Sanromà
Entrevista	Senzillesa i humilitat	Publicació	25/08	Melani Olivares
Entrevista	Crítiques	Publicació	27/08	Margalida Sastre
Entrevista	Exposició pública	Publicació	30/08	Miquel Fernández
Entrevista	Expectatives i experiència a la professió	Publicació	01/09	Francesc Garrido
Entrevista	Realitat darrere els focus	Publicació	04/09	Jordi Planas
Cultura	Realitat en un altre país	Vídeo	05/09	-
Entrevista	Salut mental	Publicació	06/09	Sergi López
Entrevista	Professió i realitat	Publicació	09/09	Abril Álvarez
Entrevista	Trajectòria	Publicació	10/09	Roger Casamajor
Elogis	Crítiques i com les afronten els actors	Vídeo	11/09	-
Difusió externa	Activa't ara	Publicació	12/09	-
Propòsit del compte	Aconseguir més seguidors	Vídeo	13/09	-



ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

Entrevista	Competitivitat	Publicació	14/09	Maria Pau Pigem
Entrevista	Elogis i afrontar la inestabilitat	Publicació	16/09	Miquel Malirach
Entrevista	Vivències de l'actriu i llarga trajectòria	Publicació	21/09	Àurea Márquez
Anar al teatre	Incentivar projecte Cap butaca buida	Vídeo	23/09	-
Entrevista	Expectatives inicials i realitat	Publicació	28/09	Ferran Carvajal
Entrevista	Salari i condicions laborals	Publicació	01/10	Cristina Plazas
Entrevista	Dificultats del dia a dia	Publicació	03/10	Enric Cambray
Entrevista	Cultura i altres vessants artístiques	Publicació	07/10	Francesc Cuéllar
Frase	Com els actors entomen la crítica	Publicació	15/10	-
Frase	Necessitat de deixar espai entre vida i ofici	Publicació	18/10	-
Frase	Ser conegut no vol dir ser feliç	Publicació	22/10	-
Fragment ràdio	Fragment radiofònic	Vídeo	23/10	-
Resum frases	Realitat darrere el focus, conjunt	Publicació	28/10	-
Especulacions	Frases tòpiques	Vídeo	28/10	-
Tancament	Resum i agraïments	Publicació	28/10	-

2.3: Exemplificació correus electrònics





ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors



Entre bambolines <entrebamboliness@gmail.com>

Fri, Sep 5, 8:45 PM ☆ 😊 ↩ ⋮

Benvinguts, nous i fidels subscriptors!

Aquestes darreres setmanes s'han sumat al nostre blog noms com **Francesc Garrido**, **Melani Olivares** i **Jordi Planas**, entre molts altres actors, compartint les seves experiències i vivències 📺✨.

I això només és el començament: pròximament arribaran entrevistes exclusives amb actors molt interessants! Mantingueu els ulls ben oberts a Instagram i al correu per no perdre-us cap novetat ni contingut exclusiu.

Uneix-te a la comunitat i descobreix la cara més propera i humana dels teus actors preferits!

L'equip d'Entre bambolines.

Enllaços:

2.4 Blog: <https://entrebamboliness.wixsite.com/entre-bambolines-1>

2.5 Instagram:

[@entrebambolines](https://www.instagram.com/entrebambolines?igsh=aGFnMzR6MDVoMmFs&utm_source=qr)

2.6 Amunt el teló: <http://radiosabadell.fm/alcarta/audio/amunt-el-telo-221025>

2.7: Imatge perfil Instagram



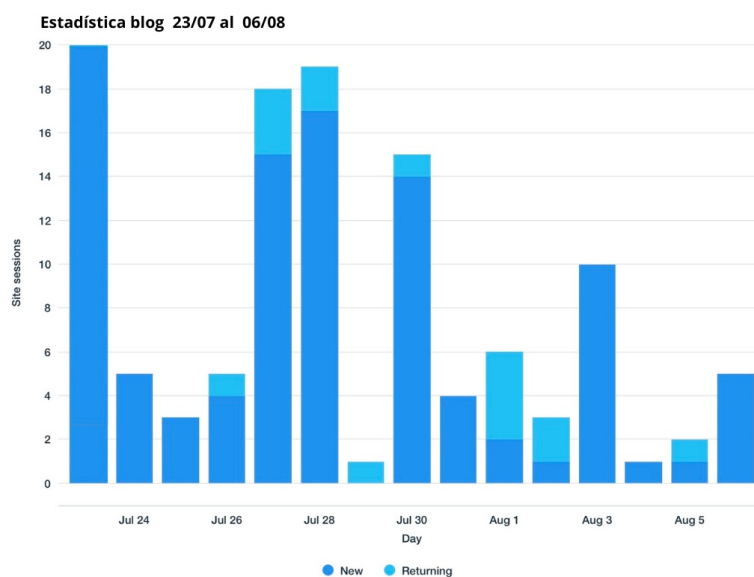
2.8: Dossier presentat:

https://drive.google.com/file/d/1oXnPI4lg5LRSdgA_vj72KCJFM5LnLfEs/view?usp=sharing

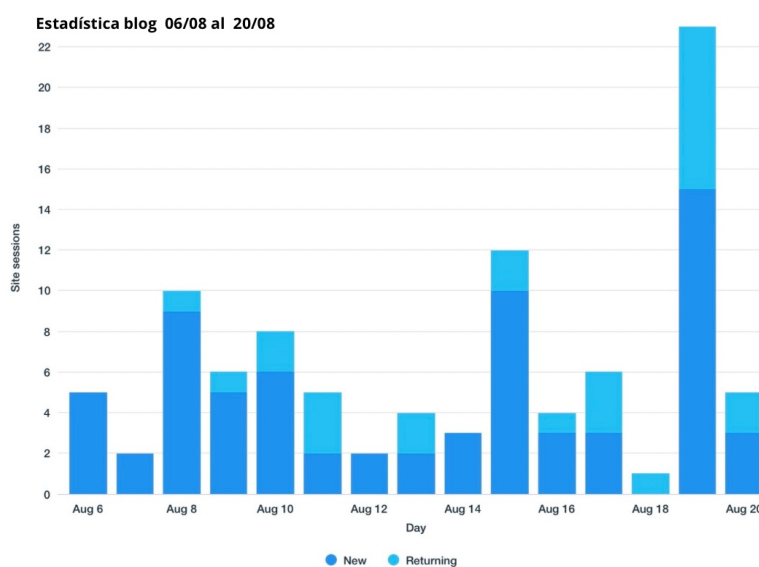


2.9: Estadístiques del blog, 7 períodes

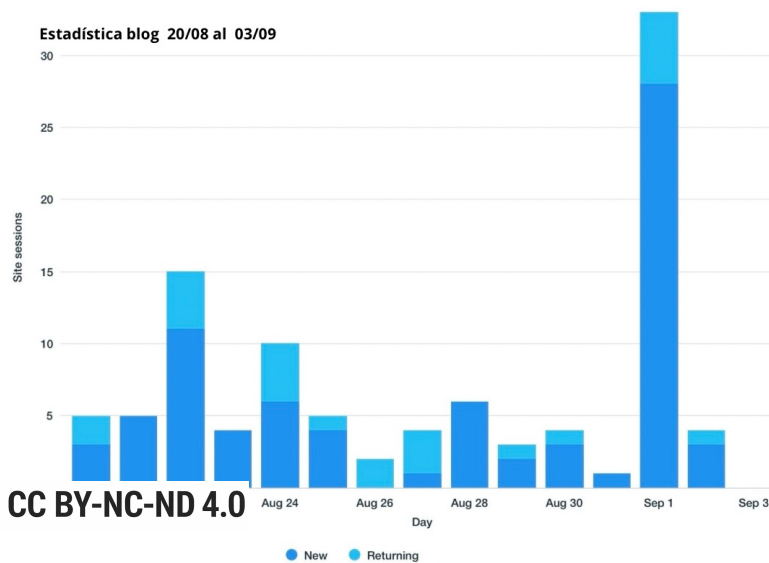
A)



B)



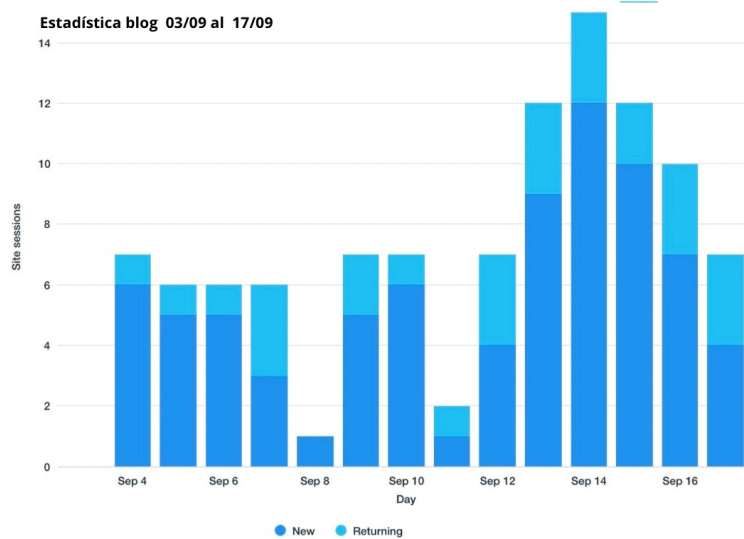
C)



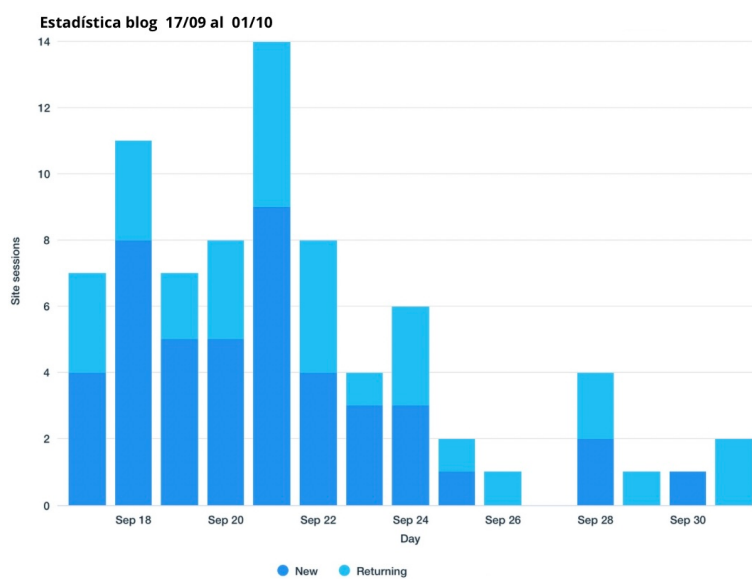


ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

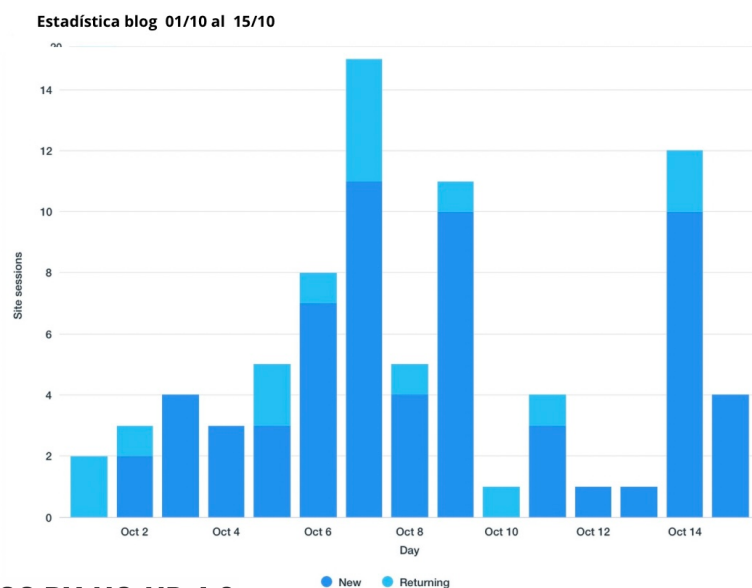
D)



E)



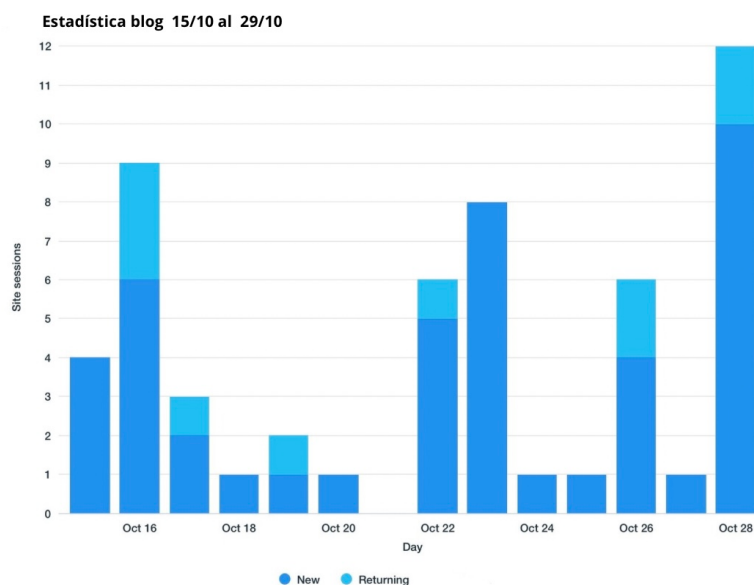
F)



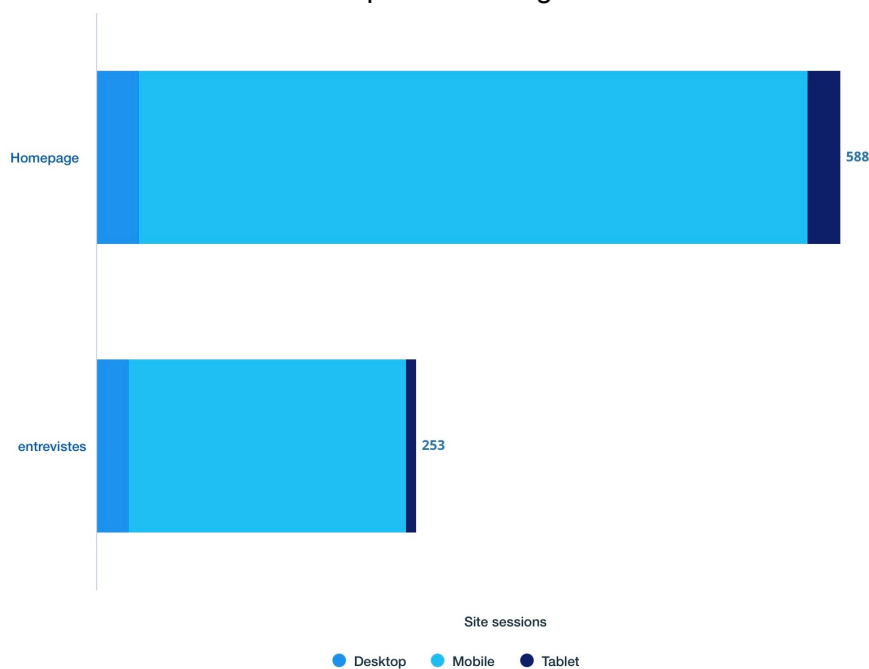


ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

G)



2.10: Visualització de cada apartat del blog





ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

📅 Personalizado (23 de jul. - 28 de oct. de 2025)

Página de inicio

Estadísticas de interacción

👁️ Visitas	588
🖱️ Clics en botones	2
🕒 Duración prom. de la sesión	25s
🏃 Tasa de salida	67 %

📅 Personalizado (23 de jul. - 28 de oct. de 2025)

entrevistes

Estadísticas de interacción

👁️ Visitas	253
🖱️ Clics en botones	58
🕒 Duración prom. de la sesión	1min 24s
🏃 Tasa de salida	83 %



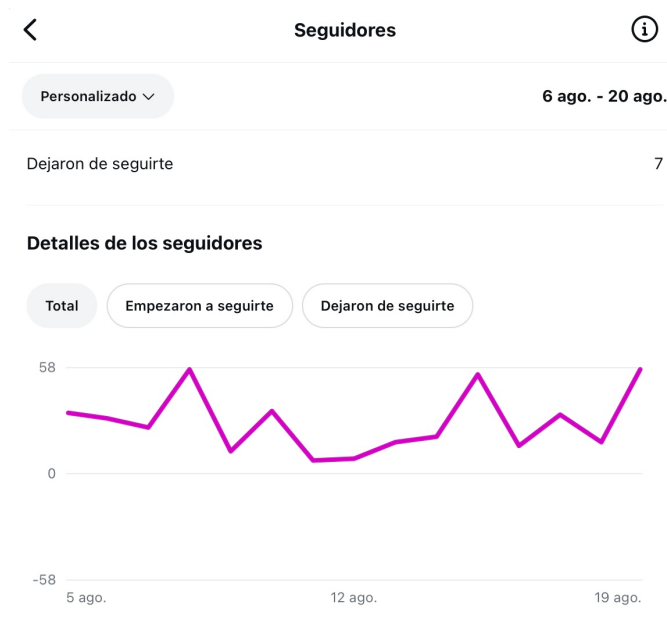
ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

2.11: Estadístiques de l'Instagram, 7 períodes

A)

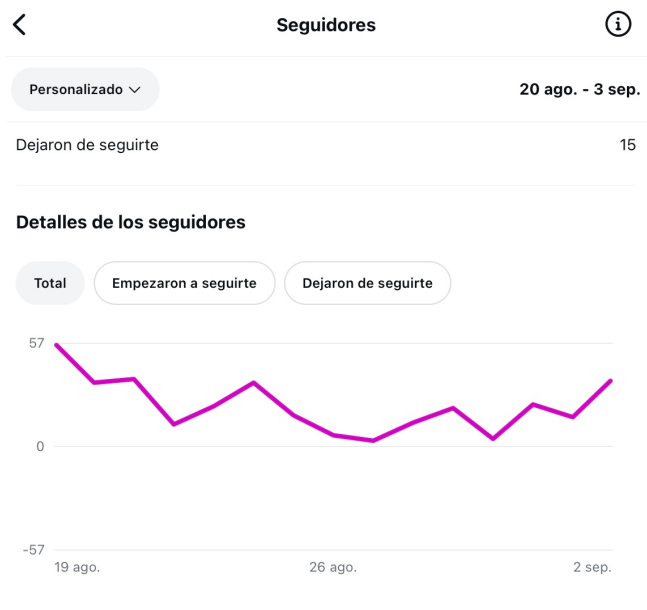


B)





C)



D)





E)



F)





G)



2.12: Reproducciones Instagram





ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

2.13: Visualització global dels continguts publicats a Instagram

Períodes	Data d'inci	Data final	Nombre de publicacions	Seguidors totals	Seguidors nous	Reproduccions en total	Publicació amb més interacció	Visites del perfil	Clics a l'enllaç del blog
1	23/07/2025	06/08/2025	7,00	0,00	211,00	15,44	Entrevista Albert Ausellé	314,00	25,00
2	06/08/2025	20/08/2025	5,00	621,00	410,00	25,10	Entrevista Gemma Brió	2,28	97,00
3	20/08/2025	03/09/2025	6,00	948,00	327,00	38,26	Entrevista Arnau Sanromà	1.814,00	107,00
4	03/09/2025	17/09/2025	10,00	1.521,00	573,00	72,32	Entrevista Maria Pau Pigem	3,30	102,00
5	17/09/2025	01/10/2025	4,00	1.922,00	401,00	39,96	Entrevista Àurea Márquez	1,78	54,00
6	01/10/2025	15/10/2025	2,00	2.225,00	303,00	59,33	Entrevista Francesc Cuéllar	2,55	76,00
7	15/10/2025	29/10/2025	6,00	2.597,00	372,00	53,33	"El públic no jutja l'escena, però sovint oblida la persona"	2,10	48,00



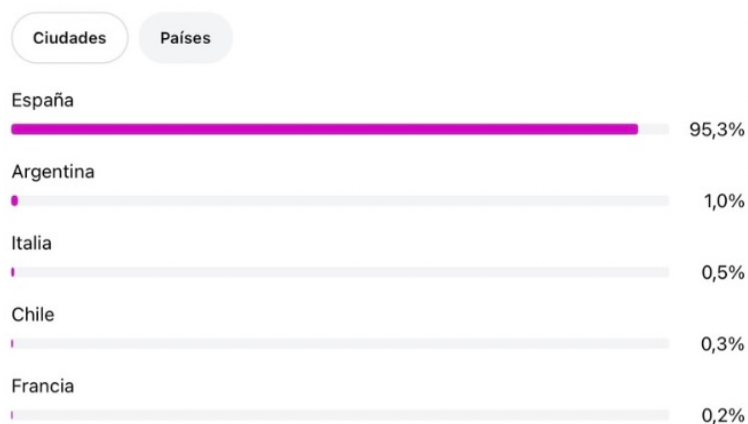
ENTRE BAMBOLINES, la part més amagada dels actors

2.14: Informació detallada audiència Instagram

A)

Lugares destacados

23 jul. - 29 oct.



B)

Sexo

23 jul. - 29 oct.



C)

