



o

14'

FIC-EXP 2026

LOGLINE

Francisca tem um problema e muita pressa para se livrar dele.

SINOPSE

Desde que se lembra da sua existência, Francisca vive com uma aversão inexplicável e incontrolável a umbigos. Nada a deixa mais ansiosa que essa parte singela do corpo e as formas do mundo que se assemelham a ela. Quando a terapia não lhe chega para resolver com rapidez a sua estimada fobia, Francisca decide recorrer a outro tipo de métodos - sem bases científicas e pouco recomendáveis a quem padeça do mesmo.

NOTA DE INTENÇÕES

Este projecto toma como ponto de partida a minha vontade em fazer *filmo-terapia* — pequenos filmes que acelerem processos terapêuticos. Com este quis cansar-me da imagem de um umbigo para matar a ansiedade que ela me provoca.

Partindo da ideia de processo terapêutico, o filme adopta uma estrutura fragmentária, seguindo por etapas, levantando perguntas ou suscitando memórias. É composto pelas imagens que passam pela cabeça da personagem durante uma sessão de terapia, podendo estas estar ou não relacionadas com o diálogo que se ouve. Assim sendo, o filme revela o mundo sobre a perspectiva de quem tem uma fobia a umbigos e os encontra em todo o lado, de quem se perturba com certas formas que pouco afectariam um mortal-comum, de quem não vê numa maçã apenas uma maçã. Porque a verdade é que também elas, quando colhidas de uma árvore, ficam com a marca de nascença desta separação gravada na pele.

O filme oscilará entre o que se reflecte, o que se pensa, o que se o fala em terapia, e o que se vê, o que se sente, e o que é difícil transmitir em palavra. Interessa-me a viagem que se dá, num processo destes, entre o intelectual e o sensorial, cheia de saltos, idas e voltas. Com o decorrer

desta consulta, vai crescer na personagem uma insatisfação em relação ao processo terapêutico. Francisca sente-se cada vez mais incapaz de pôr em palavras uma sensação que só reconhece nas imagens. Desinteressando-se do diálogo como motor para uma introspecção mais profunda, intui que a sua prioridade não é perceber a sua fobia mas sim resolvê-la sem perder mais tempo. Após o término da consulta, Francisca experimenta vários exercícios de ordem mais prática para superar o seu medo. Torna-se obsessiva e neurótica mas no final do filme consegue defrontar-se com o seu próprio umbigo. Não temos a certeza se o conseguiu pelos métodos que optou, se pelas sessões de terapia, ou se simplesmente se tranquilizou com a sua questão e este é um primeiro passo para conviver com ela.

Num tom marcadamente cómico e irónico, este filme parte de um problema particular, até bastante incomum, — uma fobia a umbigos — para pensar sobre um problema mais geral — a pressa que temos em resolver questões que não percebemos e a dificuldade em continuar a existir na presença delas.

A nível formal, a essência do filme é construída na montagem que trabalha um jogo de sustos, dos *quases*, do corte no momento crucial — antes que se concretize o toque. É através deste trabalho que se associam as imagens de uma forma mais sensorial, dotando-as de uma certa espontaneidade e invasão, características da ansiedade que provoca uma fobia.

FRANCISCA ALARCÃO

Francisca Alarcão nasceu em Lisboa em 2000. No ensino secundário estudou Design de Comunicação na Escola Artística António Arroio, que inclui as áreas de fotografia e serigrafia. Licenciou-se, em 2021, na Escola Superior de Teatro e Cinema no ramo de realização, onde filmou, entre outras curtas-metragens, *Para Outra Maré* (2021) – que fez parte da seleção oficial do DocLisboa 2020 e do Curtas Vila do Conde – e *Fiquei na Praia* (2022) - com estreia no Indielisboa 2022. Para além de realizar, em cinema, já trabalhou em produção, assistência de realização e anotação. Trabalha também como atriz, tendo participado em filmes de João Rosas, Leonor Noivo, Mariana Santana e Bingham Bryant. Em 2024, conclui o mestrado em Criação, na Elías Querejeta Zine Eskola, em San Sebastián, para o qual lhe foi atribuída a bolsa de formação em artes no estrangeiro da Fundação Calouste Gulbenkian. *o* (2026) é a sua nova curta-metragem e vai ser apresentada no International Film Festival Rotterdam (IFFR).

[2021] *Para outra maré*

[2022] *Fiquei na Praia*

[2026] *o*

com **MARIA NOVO, CATARINA MOURÃO, RODRIGO
TEIXEIRA**

realização, imagem, produção e design **FRANCISCA
ALARCÃO** assistência de realização **RODRIGO TEIXEIRA**
montagem **PEDRO TEIXEIRA** música original e mistura de
som **HUGO COSTA** correção de cor **MARIA AMADA**
produção **LARANJA AZUL - ELÍAS QUEREJETA ZINE**
ESKOLA distribuição e vendas **PORTUGAL FILM**



distribuição e vendas

CONTACTO

pf@portugalfilm.org

