

Mujeres Pájaro Teatro estrenan “Alba”, una producción de Teatro UNAM sobre la depresión y la amistad

- Escrita y dirigida por Valentina Manzini, la obra sigue a tres mujeres que emprenden la búsqueda de su mejor amiga, tras recibir la noticia de que ha dejado una nota suicida
- El proyecto interdisciplinario, fiel a la compañía, fusiona teatro, cine, música y artes visuales para crear una experiencia escénica psicosenorial
- Se presentará del 12 de marzo al 26 de abril en el Teatro Santa Catarina, en Coyoacán; con funciones de jueves a domingo

Escrita y dirigida por Valentina Manzini y creada por la compañía Mujeres Pájaro Teatro, **Alba**, proyecto beneficiado por el Sistema de Apoyos a la Creación, es una producción de **Teatro UNAM** que se estrenará el próximo 12 de marzo en el Teatro Santa Catarina, en Coyoacán. Presentada como un thriller policiaco o una *road movie*, la puesta en escena entrelaza teatro, lenguaje audiovisual, música y movimiento corporal para explorar, desde la experiencia compartida, los procesos de la depresión y el duelo, sin renunciar al humor ni a la aventura que sostiene la amistad.

La obra parte de una ausencia: La mamá de Alba llama a una de sus mejores amigas para decirle que dejó una nota de suicidio anunciando que se iría y pedía que respetaran su decisión: “Pero las amigas deciden no conformarse con esa nota, no pueden encontrar paz en la decisión unilateral de su amiga y, al no haber un cuerpo, deciden emprender su búsqueda la cual se convierte en un viaje carretero por México en que el que atraviesan procesos personales hasta llegar al último lugar donde fue vista”, explicó Valentina.

La directora compartió que esta puesta en escena nació del impulso de emprender un nuevo proyecto después de Crónicas de vuelo, junto a Mujeres Pájaro Teatro, compañía con la que ha trabajado durante siete años y que está conformada por artistas interesadas en crear espacios seguros de autoexploración, así como en indagar la voz creativa de las mujeres mediante procesos colaborativos. Su filosofía entiende el teatro como una herramienta de conocimiento vital, capaz de propiciar nuevas formas de relación, cuidado y empatía entre las personas.

“En ese contexto surgió la propuesta de desarrollar una obra sobre la depresión ya que algunas de las integrantes del colectivo hemos tenido trastornos depresivos y es un tema que aflige a muchísimas mujeres. Después supimos que también impacta a muchos hombres; es una problemática que crece a nivel mundial”, detalló Valentina, cuya vivencia se inscribe en una gran problemática social, ya que, de acuerdo con la Secretaría de Salud, en México alrededor de 3.6 millones de personas adultas viven con depresión, un trastorno mental que se manifiesta mediante la disminución persistente del estado de ánimo, sentimientos de tristeza, dificultades de concentración y alteraciones en los patrones de sueño y apetito. En casos graves, puede derivar en conductas suicidas.



“Por un lado, queríamos crear algo como colectivo, y por otro, sentía la necesidad de trabajar mi propio proceso depresivo. Escribí **Alba** a final de 2023 y principio de 2024, en un momento de bienestar, para recordarme que se puede salir de ese lugar”, añadió la directora. El propósito del montaje es el acompañamiento, pues considera que la depresión continúa siendo un tema profundamente estigmatizado y que ese estigma puede resultar letal.

“Lo que más puede afectar a una persona en un estado depresivo es sentirse sola. Muchas veces ese aislamiento se agrava porque no hablamos de lo que nos ocurre y, al no hacerlo, no encontramos espejos en los cuales reflejarnos. Esa sensación nos encierra aún más en la cabeza y se convierte en círculos viciosos muy peligrosos”, advirtió.

La obra no busca aleccionar sobre las enfermedades mentales, sino abrir un espacio para compartir experiencias y explorar el dolor desde la comprensión: “Es como una disección de lo que sucede dentro de estos procesos y, al mismo tiempo, todo está atravesado por el humor. Aunque aborda temas densos, tiene un tono lúdico y de aventura. Fue fundamental asumir la misión de que nadie salga del teatro más abatido. Es una obra como de luz de luna: una luminosidad que habita dentro de lo oscuro”, destacó.

Aunque el suicidio podría percibirse como el eje temático, Valentina afirmó que el corazón de la puesta en escena, concebida principalmente para adolescentes y jóvenes, es la amistad, además de la comunicación, la sensibilidad, la manera en que percibimos la realidad y la posibilidad de encontrar luz en medio de la oscuridad. Estos elementos se articulan mediante un lenguaje escénico que dialoga con una producción cinematográfica creada especialmente para la obra, sumergiendo al público en una odisea contemporánea con tintes de realismo mágico.

El proceso de creación de **Alba** contempló una investigación tanto teórica como testimonial, además de asesorías psiquiátricas y psicoterapéuticas que acompañaron el desarrollo del proyecto. La directora subrayó la importancia de abordar el tema sin tabúes y de brindar contención a quienes sobreviven a una pérdida, liberándoles del peso de la culpa que con frecuencia cargan. Por ello, la puesta en escena inicia con las amigas cuestionándose qué ocurrió en el mundo interno de su compañera para llegar a esa determinación, qué lugar ocuparon ellas y qué habrían podido hacer; interrogantes que emergen tras una decisión extrema.

El elenco de Alba está conformado por Alejandrina González, María Kemp, Irma Sánchez y Abril Ramos Xochiteotzin. El concepto escénico es de Aurelio Palomino; el vestuario, de María Rosa Manzini; el diseño sonoro, de Nicolás García Lieberman; el diseño audiovisual, de Luciana Herrera Caso; la dirección de fotografía, de Ana Arregui; el diseño multimedia, de An Beltrán; y la producción ejecutiva, de Rodrigo Vázquez Maya.

Alba se presentará en el Teatro Santa Catarina (Jardín Santa Catarina 10, Coyoacán, cerca del metro Viveros) del 12 de marzo al 26 de abril, excepto del 2 al 5 de abril. Las funciones son los jueves y viernes a las 20 horas, sábados a las 19 horas y domingos a las 18 horas. Los boletos tienen un costo de \$30 los #JuevesPUMA para público general y \$150 el resto de los días, con 50% de descuento para estudiantes, docentes, exalumnos y personas con discapacidad. La taquilla está abierta dos horas antes de cada función y recibe solo pago en efectivo.

Para más información se puede consultar la página www.teatrounam.com.mx y las redes sociales de @TeatroUNAM; así como de @mujerespajaroteatro.