**Actualización: 11 oct 2024**

**Apnea / *Apnea***México, 2023  
Ficción, 20 minutos  
DCP, Color

**Dirección / *Director*:** **Natalia Bermúdez   
Producción / *Production****:*Franco Bautista, Male Lara

**Fotografía / *Cinematography*:** José Grimaldo

**Guión / Script:** Natalia Bermúdez**,** Danae Reynaud

**Edición / *Editing:*** Cosme Álvarez

**Sonido / *Sound*:** Jorge Leal

**Diseño Sonoro/ *Sound Design*:** Juan Antonio Pacheco

**Música original / Original *Music*:** Antonio Tranquilino

**Dirección de Arte / *Art Direction:*** Ana Patricia Yañez

**Diseño de Vestuario / *Costume Design*:** Anabel Ortega

**Diseño de Maquillaje / Make up Design:** Donna Montaño

**Compañía productora */ Production Company*:** Centro de Capacitación Cinematográfica, A.C.

**Reparto */ Cast:*** Victoria White (Renata), Claudette Maillé (Liliana)

**Ventana de proyección / *Aspect ratio*:** 2:35 **Sonido / *Sound***: Dolby Digital  
**Formato de Captura / *Shooting Format*:** Prores 4 **Modelo y marca de Cámara:** ARRI Alexa Mini 4:3 y ARRI Amira **Modelo y marca de lentes:** ARRI Ultra Prime **Post Productor:** n/a **Colorista:** Club Color

**Fecha de rodaje:** Julio, 2019 **Software utilizado:** Adobe Premiere, DaVinci, ProTools **Velocidad de proyección:** 24 fps  
**Género:** Melodrama

**Tema:** LGBT, relaciones de abuso, relaciones tóxicas, deportes, natación, relaciones maestro-alumno   
**Locaciones:** Ciudad de México, Alberca de la alcaldía Venustiano Carranza, Alberca Olímpica (competencia final)

**Log line** (español e inglés)

Una joven nadadora mantiene una relación secreta con su entrenadora mayor que ella. El juego de poder entre ambas las sumerge en un lugar que difumina las barreras del amor y el abuso.

•

*A young swimmer has a secret relationship with her older coach, but the game of power between them sinks them into a place that blurs the line between love and abuse.*

**Sinopsis corta / Short *Synopsis*** (español e inglés):

Renata mantiene una relación secreta con Liliana, su entrenadora de natación. El juego de poder con el que la pareja se maneja puede llevar a que el amor y pasión que tanto profesan la una por la otra, sea el mismo que las termine destruyendo.

•

*Renata has a secret relationship with Liliana, her swimming coach. The game of power in which the couple dwells can transform the love and passion they profess for each other into the same force that destroys them.*

**Sinopsis larga / *Long Synopsis***(español e inglés)

Renata, una joven y talentosa nadadora, mantiene una relación secreta con Liliana, su estricta entrenadora de natación mayor que ella. Cuando se acercan los estatales, la frontera entre el amor y el abuso se vuelve más vertiginosa. El lugar de Renata en la competencia se ve comprometido por el tétrico juego de poder con Liliana. Cuando el velo de la pasión adolescente abandona los ojos de Renata, entiende que el interior de la alberca no es el único lugar en donde una puede sentir que deja de respirar.

•

*Renata, a young and talented swimmer, has a secret relationship with Liliana, her strict swim coach oleder than her. When the state competition approaches, the line between love and abuse becomes more blurry. Renata's place in the competition is jeopardized by her and Liliana’s dark game of power. When the blinding veil of adolescent passion leaves Renata's eyes, she understands that inside the pool is not the only place where she feels that she can’t breathe.*

**Festivales y premios  */ Festivals and Awards***

1. Festival Internacional de Cine de Guanajuato GIFF, Guanajuato, Guanajuato, México, julio, 2023
2. Bengaluru International Short Film Festival, Bangalore, Karnataka, India, agosto, 2023
3. Festival Internacional de Cortometraje de Sao Paulo, São Paulo, Brasil, agosto, 2023
4. FIC Monterrey Festival Internacional de Cine Monterrey, Monterrey, Nuevo León, México, septiembre, 2023
5. Black Canvas Festival de Cine Contemporáneo, Ciudad de México, México, septiembre, 2023
6. Mexica Film Awards, Ciudad de México, México, octubre, 2023 **Mejor Directora de Cortometraje, Mejor Actriz (Victoria White)**
7. Festival Internacional de Cine de Morelia, Morelia, Michoacán, México, octubre, 2023
8. Festival de Huelva de Cine Iberoamericano, Huelva, España, noviembre, 2023
9. Etiuda&Anima International Film Festival, Cracovia, Polonia, noviembre, 2023
10. Ícaro Festival Internacional de Cine en Centroamérica, Guatemala, Guatemala, noviembre, 2023
11. Festival Internacional de Cinema Escolar de Alvorada (FECEA), Alvorada, Brasil, noviembre, 2023 **Mejor Producción Universitaria**
12. Festival Pantalla de Cristal Ciudad de México, México, diciembre, 2023 **Mejor Mediometraje y Mejor Dirección Mediometraje (Natalia Bermúdez), Mejor Fotografía Mediometraje (José Grimaldo) y Mejor Guion Mediometraje, Mejor Actriz (Claudette Maillé), Mejor Actriz (Victoria White)**
13. Festival Internacional de Nuevo Cine Latinoamericano de La Habana, Cuba, diciembre, 2023
14. Cinequest Film & VR Festival, San José, California, EUA, marzo, 2024. **Best Narrative Short (Drama)**
15. Ca' Foscari Short Film Festival, Venecia, Italia, marzo, 2024
16. Houston Latino Film Festival, Houston , Estados Unidos, marzo, 2024
17. Chicago Latino Film Festival, Chicago, EUA, abril, 2024
18. Festival de Cine de Chihuahua FECCH, Chihuahua, México, mayo, 2024. **Mejor Interpretación Femenina: Claudette Maillé, Segundo lugar - Cortometraje de Ficción**
19. Sony Future Filmmaker Awards, Los Angeles, EUA, mayo, 2024
20. Santiago del Estero Film Festival, Santiago del Estero, Argentina, junio, 2024
21. Festival Mix México. Cine, diversidad sexual y de género, CDMX, México, junio, 2024
22. IN THE PALACE International Short Film Festival, Sofia, Bulgaria, junio, 2024
23. ELIPSIS Encuentro Internacional de Artes y Ciencias Cinematográficas, Pachuca, México, julio, 2024 **Premio a Mejor Ficción**
24. GAZE International LGBTQIA+ Film Festival, Dublin, Irlanda, agosto, 2024
25. OFF - Odense International Film Festival, Odense, Dinamarca, agosto, 2024
26. **Premio Ariel a Mejor Cortometraje de Ficción**, México, septiembre, 2024
27. Zsigmond Vilmos Film Festival, Szeged, Hungría, octubre, 2024

**Dirección / *Director***

Natalia Bermúdez

17 de octubre de 1993, Tijuana, Baja California

**Biografía / *Biography*** (español e inglés) marzo 2024

Directora, escritora y DP nacida en Tijuana, Baja California. Titulada CUM LAUDE del Centro de Capacitación Cinematográfica en la especialidad de dirección. Su ópera prima documental "Norte" fue ganadora en el GIFF y obtuvo mención honorífica en el DocsMX. Ha dirigido y escrito cortometrajes de ficción y documental como “Apnea" (ganador de mejor cortometraje dramático en Cinequest, selección oficial de FICM, GIFF, Kinoforum Sao Paulo, BISFF, Huelva, Habana), "Golden Malibu" (selección oficial FICM, GIFF, Palm Springs. Premio del público en Kinoforum, y mejor cortometraje en Houston Latino Filmfest y Le chien qui aboie). En televisión, codirigió junto a Everardo González la serie documental próxima a estrenarse "Anatomía del mal" (Vix). También ha participado como directora en programas como "Stories of a generation" (Netflix), "Mariachi Camargo" (Canal 14), como escritora en "Marea Alta" (Vix) y como directora de fotografía en series como "Cenizas de la Gloria" (Vix) y "Villamiseria".

*•*

*Director, writer, and cinematographer born in Tijuana, Baja California. Graduated with honors from the Centro de Capacitación Cinematográfica with a specialization in directing. Her documentary debut, "Norte," won at GIFF and had a special mention at DocsMX. She has directed and written fiction and documentary short films such as "Apnea" (best narrative short film at Cinequest, official selection at FICM, GIFF, Kinoforum Sao Paulo, BISFF, Huelva, Habana), "Golden Malibu" (official selection FICM, GIFF, Palm Springs. Audience Award at Kinoforum, and Best Short Film at Houston Latino Filmfest and Le chien qui aboie). In television, she co-directed with Everardo González the upcoming documentary series "Anatomía del mal" (Vix). She has also worked as a director on programs like "Stories of a generation" (Netflix), "Mariachi Camargo" (Canal 14), as a writer on "Marea Alta" (Vix), and as a cinematographer on series like "Cenizas de la Gloria" (Vix) and "Villamiseria."*

**Filmografía / *Filmography***

Norte, 2022 / Documentary, 53min

Mariachi Camargo, 2022 / Canal 14 / Documentary, 27 min

Stories of a Generation, Work Episode, 2021 / Netflix / Documentary, 44 min

Golden Malibú, 2018 / DCP / Fiction, 14 min.

**Texto de la directora / Director’s note**

La concepción de Apnea fue en sentido contrario a la forma en que cotidianamente se crean los proyectos, al menos los proyectos que yo había hecho antes. Siendo mi cortometraje de titulación, yo tenía claro que quería arriesgarme y salir por completo de mi zona de confort, era la última oportunidad que tenía de equivocarme sin responsabilidad de por medio. Estaba acostumbrada a trabajar con improvisaciones, con diálogos que cambiaban y los trazos de cámara, aunque planeados, también tenían una forma flexible. Esta vez quería que la estética fuera la guía de la película, quería intentar trazos de personajes y de cámara planeados cautelosamente, quería diálogos en tiempos específicos, que todo lo que involucraba color, brillo y contraste en la película fuera también pensado minuciosamente y que el lenguaje cinematográfico fuera la herramienta narrativa principal. La forma de narrar fue el punto de partida, y con esa directriz fue que posteriormente nació la historia, inspirada en mi creciente preocupación por las relaciones sexo-afectivas dentro de cualquier ámbito educativo y como el hecho de que éstas sean consensuadas no implica que no haya abuso de poder involucrado. Apnea es una carta a mi yo directora que cursó la carrera con una inseguridad brutal y que sufrió abuso de maestros cegada por su admiración, y a pesar de haber sido un proyecto abordado desde la forma y la frialdad, hizo vibrar fibras profundas que resultaron en mucha más madurez tanto como persona, como directora.

•

*Apnea's conception was contrary to how projects are created daily, at least the projects I had done before. As this was my short film for my degree, it was clear that I wanted to take risks and get out of my comfort zone; this was the last chance I would have to make a mistake without any responsibility involved.*

*I was used to working with improvisations, with changing dialogues and camera strokes, although planned, likewise having a flexible form. This time I wanted aesthetics to guide the film, and I wanted to cautiously plan character and camera strokes. I wanted dialogues at specific times, that everything that involved color, brightness, and contrast in the film was also through thoroughly, and that the cinematographic language was the main narrative tool.*

*The narrative form was the starting point, and it was with this guideline that the story was later born, inspired by my growing concern for sexual-affective relationships within any educational field, as the fact that they are consensual, it does not imply that there is no abuse of power involved. Apnea is a letter to the director I was, the one who studied the career with severe insecurity, and who suffered abuse from teachers, blinded by her admiration for them, and despite having been a project approached from form and coldness, made vibrate deep fibers that resulted in greater maturity both as a person and as a director.*

**Fotografía / *Cinematography***

José Grimaldo. 17 de Octubre de 1993, Tijuana, Baja California

Berlinale Talents 2018

Cinefotógrafo por el CCC en la Ciudad de México, graduado en Expanded Cinematography por el Global Cinematography Institute en Los Ángeles, y en Animación y Arte Digital por el ITESM Campus Querétaro. Formó parte de Berlinale Guadalajara Talents y sus trabajos han sido seleccionados en algunos de los festivales más importantes del mundo como Morelia, Guadalajara, Camerimage, los Premios de la Academia Estudiantiles y los BAFTA Estudiantiles. Fue ganador de la Primera Mención por el Festival ADF, de la Asociación de Directores de Fotografía Argentina.

•

*Cinematographer from the CCC in Mexico City, graduated in Expanded Cinematography from the Global Cinematography Institute in Los Angeles, and Animation and Digital Art from the ITESM Campus Querétaro. He participated in Berlinale Guadalajara Talents. His work has been selected in major film festivals such as Tribeca, Morelia, Guadalajara, Camerimage, Students Academy Awards and BAFTA Student Awards. He won the First Mention by the ADF Festival from the Argentine Association of Directors of Photography.*

**Filmografía / *Filmography***

Golden Malibú, 2018 / DCP / Fiction, 14 min

El Último Romántico, 2018 / DCP / Fiction, 10 min

**Texto del fotógrafo / Cinematographer’s note**

Apnea es un cortometraje en el que la exploración del lenguaje cinematográfico fue fundamental. Para esta historia sobre la relación enfermiza entre una alumna de natación y su maestra, queríamos crear un mundo con sus propias reglas, así que decidimos contarla en su mayoría en planos secuencia. El mundo de la natación y el agua fueron la inspiración para crear movimientos de cámara lentos y precisos que tuvieran una especie de danza junto con las actrices, y que ayudaran a potencializar el recorrido emocional de los personajes.

•

*Apnea is a short film in which the exploration of cinematographic language was essential. For this story about the unhealthy relationship between a swimming student and her teacher, we wanted to create a world with her own rules, so we decided to narrate it mostly in long shots. The world of swimming and water was the inspiration to create slow and precise camera movements that had a kind of dance together with the actresses, which helped to potentiate the characters' emotional journey.*

**Producción / *Production***

Eduardo Franco. 14 de Enero de 1996, Chihuahua.

Se ha dedicado a la producción documental desde 2016. Ha participado en producciones internacionales con empresas como The Lift, LoveSong y Delirio Films, y más recientemente en la serie original de Endeavor Content y Apple TV: Lady in the Lake. Como productor, actualmente desarrolla su ópera prima como director: Rosaleswood y como productor del largometraje ficción, Rosas Verdes (IBERMEDIA 2019 y Desarrollo de Proyectos-IMCINE 2022); así como los largometrajes documentales en postproducción: La Muerte Enajenada (DocsMx 2018) y Norte (CCC); y la tesis Apnea (CCC).

•

*Born in Chihuahua, Chih, Eduardo Franco has been working in documentary production since 2016. He has participated in international productions with companies such as The Lift, LoveSong and Delirio Films, and more recently in the Endeavor Content and Apple TV original series “Lady in the Lake,” starring Natalie Portman. As a producer, he is currently developing his directorial debut, “Rosaleswood,” and producing the feature film “Rosas Verdes” (IBERMEDIA 2019, Proyectos Desarrollo-IMCINE 2022); as well as the documentary feature films in post-production: “La Muerte Enajenada” (DocsMx 2018),“Norte” (CCC),and the thesis “Apnea” (CCC).*

**Producción / *Production***

Male Lara. 07 de agosto de 1984, Ciudad de México.

​​Productora egresada del Centro de Capacitación Cinematográfica. Licenciada en Comunicación Visual por la FAD (UNAM). Ha producido tres cortometrajes de ficción, actualmente colabora como gerente de producción en diversas series y largometrajes. Es cofundadora del Festival Cultural FICTA y anteriormente fue coordinadora de producción del Festival de cine documental Docs MX.

•

*​​Producer graduated from the CCC. She has a degree in Visual Communication from the FAD (UNAM). She has produced three fiction short films, currently working as a production manager on various series and feature films. She is co-founder of the FICTA Cultural Festival and was previously production coordinator of the Docs MX Documentary Film Festival.*

**Texto de los productores / Producer’s note**

La producción de este cortometraje ha sido proceso lleno de aprendizajes, donde la empatía y el trabajo en equipo nos hicieron crecer junto a nuestro equipo, empero, de una manera especial al lado de nuestra directora. Apnea aborda la problemática de la relación de poder en las relaciones sexoafectivas, problemática que tiene presencia en instituciones e incluso en nuestros hogares; y que ha sido sistemáticamente silenciada para diluirse en los pasillos de las aulas. Nuestro motor en contar esta historia es visibilizar y hacer resonancia sobre la desigualdad que hay en un espacio donde la figura con autoridad ejerce su poder sobre el otro.

•

*The production of this short film has been a process full of learning, where empathy and teamwork made us grow together with our team, however, in a particular way with our director. Apnea makes visible the power relationship in sexual-affective relationships, a problem that still goes on in our institutions and even our own homes and that has been systematically silenced to dissolve in the corridors of the classrooms. Our driving force in telling this story is to make visible and resonate on the inequality that exists in a space where the figure with authority exercises its power over the other.*

**Contacto / *Media Contact / Distribution***

Centro de Capacitación Cinematográfica, A.C.  
Calzada de Tlalpan 1670  
Col. Country Club  
04220, Ciudad de México, México  
Tel: +52 55 4155 0090 ext. 1813  
[divulgacion@elccc.com.mx](mailto:divulgacion@elccc.com.mx)

[www.elccc.com.mx](http://www.elccc.com.mx)