



## KIT DE PRENSA “3 DÍAS Y 3 NOCHES”

Un hombre revive los tres días en los que su vida se detuvo... y nadie lo vio caer.

1. Portada



# Alejandro Martínez & Marisol García

## 3 DÍAS 3 NOCHES

*"72 horas de soledad  
absoluta tras un ictus: la  
historia real de  
Alejandro Martínez y el  
silencio que precede a  
una nueva vida."*

DAVID COLLADO PRESENTA UNA PRODUCCIÓN DE COLLADO PHOTO "3 DÍAS Y 3 NOCHES"  
PROTAGONIZADA POR ALEJANDRO MARTÍNEZ Y MARISOL GARCÍA GUION MARISOL GARCÍA DIRECCIÓN  
FOTOGRAFÍA Y MONTAJE DAVID COLLADO MAQUILLAJE Y FOTO FIJA CRISTINA VILCHES  
BASADO EN LA HISTORIA REAL DE ALEJANDRO MARTÍNEZ



## 2. Sinopsis

### Sinopsis corta

Basado en hechos reales. Tras sufrir un ictus y permanecer tres días desplomado en soledad, Alejandro revive su propia historia en un relato crudo sobre la fragilidad humana, el vacío del tiempo y el despertar en una realidad hospitalaria hostil.

### Sinopsis larga

Basado en una historia real. En un instante, el mundo de Alejandro se detiene. Un ictus lo desploma en el suelo de su hogar, donde permanece invisible durante tres días y tres noches. En este cortometraje, el propio Alejandro revive y protagoniza su traumática experiencia, guiándonos desde la soledad absoluta del accidente hasta el despertar en una unidad de urgencias compartida con expresidiarios y enfermos paliativos.

A través de una narrativa que alterna la crudeza del realismo con la confusión sensorial de un cerebro herido, **3 días y 3 noches** se construye como un testimonio vital en primera persona. La obra no solo visibiliza las secuelas del ictus, sino que denuncia la soledad, la deshumanización y el abandono institucional que a menudo rodean a quienes, de repente, ven cómo el tiempo se pone en su contra.

## 3. Ficha Técnica y Artística

### 3.1 Reparto

- **Protagonista:** Alejandro Martínez (como él mismo)
- **Conducción/Entrevista:** Marisol García

### 3.2 Equipo principal

- **Director:** David Collado
- **Guion:** Marisol García (*Adaptación de David Collado*)
- **Dirección de fotografía y montaje:** David Collado
- **Maquillaje y foto fija:** Cristina Vilches

### 3.3 Datos de la obra

- **Género:** Cortometraje Documental / Drama Social (Biográfico basado en hechos reales)
- **Categoría:** Cine Social / Salud
- **Duración:** 5:00 minutos
- **Calificación:** Apto para todos los públicos / NRM7
- **Versión original:** Castellano
- **Año de producción:** 2026
- **País:** España

### 3.4 Especificaciones técnicas

- **Formato de imagen:** 16:9 4K (DCP disponible)

- **Sonido:** Estéreo 2.0
- **Subtítulos:** Castellano (Incrustados)

#### 4. Notas del Director



Como director y profesional del ámbito visual, siempre he creído en el poder del cine para dar voz a aquello que suele permanecer en la sombra. Sin embargo, **3 días y 3 noches** no es solo un proyecto cinematográfico: es el encuentro de dos realidades que necesitaban ser contadas.

La historia de **Alejandro Martínez** me conmovió profundamente desde el primer momento. Alejandro no es solo el protagonista del cortometraje, sino un superviviente real que, tras sufrir un ictus hace ocho años, sintió la necesidad vital de ponerse ante la cámara para relatar en primera persona una experiencia marcada por setenta y dos horas de absoluta soledad. Su valentía al revivir aquellos momentos frente al objetivo es el alma de esta obra.

Mi implicación con este proyecto nace también de una conexión personal con la vulnerabilidad humana. Convivo con el diagnóstico de una enfermedad mental, lo que me permitió conectar de forma inmediata con la temática del aislamiento, la incompreensión y el abandono que rodean a muchas patologías crónicas o invisibles.

Con este cortometraje buscamos que el espectador no solo observe, sino que sienta la confusión, el frío del suelo y la deshumanización del entorno hospitalario. **3 días y 3 noches** es un grito por la visibilidad y una apuesta por la dignidad de quienes, un día, sintieron que su tiempo se detenía.

#### 5. EL PROTAGONISTA: Alejandro Martínez

**Alejandro Martínez** no es un actor interpretando un papel, sino un superviviente que pone cuerpo y voz a su propia historia. En 2017, su vida dio un giro radical tras sufrir un ictus que lo mantuvo setenta y dos horas solo, esperando un rescate que tardó tres días en llegar.

Tras ocho años de un complejo proceso de recuperación, Alejandro decidió que su experiencia no podía quedar en el olvido. Su participación como protagonista y coproductor de **3 días y 3 noches** nace de la necesidad de visibilizar las secuelas invisibles del ictus y de denunciar la realidad de muchos entornos hospitalarios de urgencias.



Su interpretación es un acto de valentía y generosidad: un testimonio en primera persona que busca conectar con otros supervivientes y concienciar a la sociedad sobre la fragilidad y la resiliencia del ser humano.

#### 6. LA GUIONISTA Y COPROTAGONISTA: Marisol García



**Marisol García** es una figura de referencia en España en la defensa de los derechos del paciente y en la lucha contra el intrusismo profesional. Su vida cambió radicalmente tras sufrir una grave negligencia por parte de un profesional de la fisioterapia ejerciendo en Centro Médico de las dependencias del Club de Fútbol Real Madrid, lo que le provocó una discapacidad del 77% y una incapacidad permanente absoluta.

Lejos de rendirse, transformó su tragedia personal en una causa colectiva. Es fundadora y presidenta de la **Asociación de Afectados por Fisioterapia, Osteopatía y Quiropráctica (AFOQ)**, desde donde acompaña y asesora a personas que han vivido situaciones similares.

Su experiencia vital se refleja también en sus obras literarias. **En 3 días y 3 noches**, Marisol no solo aporta su voz como guionista, sino que utiliza su experiencia como superviviente y activista para guiar el testimonio de Alejandro, creando un espacio de escucha y empatía entre dos personas a quienes el sistema intentó silenciar.

#### 7. Galería de Fotos



1. Fotograma de la escena 2 del cortometraje.



2. Preparación de la escena 4, en Residencia y Centro de día La Ribera – Alzira.



3. Alejandro Martínez y Marisol García durante el rodaje de la escena 3.



4. Cristina Vilches maquillando a Alejandro en la escena 2.



5. El Director David Collado con Alejandro juntos durante el rodaje de la escena 3 charlando sobre el guion.



6. Momento de introspección de Alejandro durante el rodaje.

#### 8. Datos de Contacto

**David Collado**

✉ [dcolladophoto@gmail.com](mailto:dcolladophoto@gmail.com)

☎ +34 622 21 85 58

📱 Instagram: @3diasy3noches\_corto

#### 9. Agradecimientos

Este cortometraje ha sido posible gracias a la colaboración y la confianza de personas e instituciones que entendieron el cine no solo como una herramienta artística, sino como un espacio de cuidado, escucha y compromiso social.

A la **Residencia y Centro de Día La Ribera (Alzira)** y al **Centro de Entrenamiento Personal Vitalogy**, por abrir sus puertas y facilitar los espacios necesarios para dar forma a este relato.

A **Affidea – Clínica Tecma**, por su apoyo durante el proceso de producción.

A **Cristina Vilches**, cuya implicación fue mucho más allá de lo técnico: su acompañamiento humano, su versatilidad y su entrega resultaron esenciales para sacar adelante este proyecto.

Y, de manera muy especial, a **Alejandro Martínez**, por la valentía de volver a habitar su propia historia frente a la cámara para que otros no tengan que atravesar el silencio y el olvido.

## ANEXO I: COMPROMISO SOCIAL DEL CORTOMETRAJE "3 DÍAS Y 3 NOCHES"

### A quien corresponda,

Como director del cortometraje documental *3 días y 3 noches*, basado en la historia real de superación de Alejandro Martínez y adaptado a partir del guion original de Marisol García, deseo hacer pública la firme voluntad y el compromiso social que definen esta producción.

El propósito de este proyecto trasciende la narrativa audiovisual y el ámbito estrictamente cinematográfico. **3 días y 3 noches** nace de una necesidad urgente: **dar visibilidad** a una enfermedad que, como relata el propio protagonista, mantiene a muchos pacientes “escondidos” durante el resto del año, más allá de fechas señaladas como el Día Mundial del Ictus. Una realidad marcada por el silencio, la soledad y la falta de acompañamiento una vez pasada la fase más visible de la emergencia médica.

Este cortometraje pretende poner el foco no solo en el impacto físico del ictus, sino también en sus secuelas invisibles: el aislamiento, la deshumanización de ciertos entornos asistenciales y la fragilidad de un sistema que, en demasiadas ocasiones, deja de mirar a quienes sobreviven.

Por todo ello, desde la dirección y el equipo de producción hemos decidido formalizar el siguiente compromiso social:

- **Cesión íntegra de beneficios económicos:** Todos los ingresos y beneficios derivados de la explotación, exhibición, premios en metálico o derechos del cortometraje serán donados íntegramente a asociaciones y causas destinadas a la lucha contra el ictus, el apoyo a la rehabilitación y la mejora de la calidad de vida de los pacientes.
- **Reconocimiento artístico:** Esta decisión no implica una renuncia a los galardones, trofeos o distinciones que la obra pueda recibir en certámenes y festivales. Entendemos el reconocimiento profesional como una herramienta de amplificación: cada premio otorgado aumenta la visibilidad de la causa y refuerza el mensaje de resiliencia y dignidad que encarna Alejandro Martínez.
- **Propósito de la obra:** El film aspira a denunciar realidades estructurales como la falta de atención adecuada, la precariedad de las ayudas públicas y el corte de asistencia psicológica y física a partir de los sesenta años, situaciones que condenan a muchas personas a una recuperación incompleta y al abandono institucional.

Nuestro objetivo es que cada visionado de *3 días y 3 noches* no sea únicamente una experiencia cinematográfica de cinco minutos, sino un **motor de cambio real**. Deseamos que el esfuerzo de Alejandro por “luchar por tener vida propia” contribuya a que otras personas no tengan que enfrentar esta batalla en el silencio y el olvido.

Atentamente,



**David Collado**

Director — *3 días y 3 noches*

## ANEXO II: VISIONADO ONLINE

[VER “3 Días y 3 Noches” – SCREENER PRIVADO](#)