



# play & click

taller de fotografía para padres

Todo el material incluido en este documento es propiedad de Eva Ruiz de [La Bicicleta Vermella](#). Su uso es exclusivo para los alumnos que han adquirido el taller. Ruego encarecidamente que no se copie, ni entero ni por partes, ni se distribuya a terceras personas, por respeto a mi trabajo y a las fotografías incluidas en el temario. Muchas gracias.

# QUIÉN SOY · Eva Ruiz



Esa cosita que arrulla ese señor con patillas en un pinar (mi padre), o que sostiene en brazos esa señora con pendientes enormes y peinado tipo 'Cuéntame' (mi madre), soy yo, Eva. Me encanta ver estas fotografías de vez en cuando y recordar preciosos momentos que pasé en mi infancia. Gracias a la gran afición de mi padre, conservo fotografías muy importantes para mí. La primera vez que me mojé con el agua del mar, mi primer triciclo, saltando en mi nueva cama, comiendo un bizcocho, jugando con mis hermanos, incluso peleándome con ellos. También tengo fotos donde mi madre me está vistiéndome o el momento en que me enseña a atarme los cordones.

Pero hay tantas otras situaciones que están sin foto que me da mucha pena. La memoria se va perdiendo y perdiendo irremediabilmente, y hay pequeños detalles que empezamos a olvidar. Es por eso que cuando Marta me propuso realizar este taller dije que sí encantada. Tenemos en nuestro poder una máquina del tiempo en forma de cámara y poder captar cada momento de nuestros hijos y de nuestra familia, es un tesoro que no tiene precio.

Como habrás adivinado, mi amor por la fotografía me lo contagió mi padre, siempre con la cámara al cuello para no perderse ni uno de mis movimientos, mis gestos e incluso mis llantinas. Siempre he tenido una cámara a mano pero fue cuando empecé a viajar cuando de verdad empecé a interesarme más allá de hacer la típica foto de vacaciones. Y al nacer mi hijo me di cuenta de lo importante que era que pudiera tener su vida contada en imágenes.

Espero de corazón que este taller te sea útil, te ilumine en aquellos aspectos que hasta ahora no dominabas, y te ayude a mejorar esas fotos que en un futuro tus hijos contemplarán durante horas, emocionados y con una sonrisa en los labios, como hago yo con las mías. Bienvenido.

Puedes seguirme en:

[Facebook](#)

[Instagram](#)

[Web](#)

# TEORÍA

El equipo  
Configuración de nuestra cámara  
Modos de disparo

Componentes de la exposición  
Exposición  
Cómo medir la luz

Leyes y normas de composición

# CONTENIDO

## 1. El retrato

- 1.1 El retrato infantil
- 1.2 Consejos e ideas para un retrato 10

## 2. Muévete

- 2.1 Fotografía desde diferentes ángulos
- 2.2 Consejos e ideas

## 3. El día a día

- 3.1 El día a día y sus pequeños detalles
- 3.2 Consejos e ideas para el día a día

## 4. La familia

- 4.1 La familia
- 4.2 Consejos e ideas para las fotos de familia

# RETOQUE DE IMAGENES

Temario de revelado y retoque en Photoshop

*(Haz clic en el título para acceder al tema que corresponda)*

### Haciendo fotos

Cuando llega a nuestras manos una cámara digital lo primero que solemos pensar es: qué bien, ahora podré hacer todas las fotos que quiera sin tener que vigilar que se termine el carrete.

Las cámaras digitales tienen esa ventaja, podemos disparar tanto como queramos ya que esas fotos son gratis y permiten un fácil borrado. Pero hacer cien fotos creyendo que una saldrá bien tampoco es correcto. **Debemos aprender a observar** y a ver nuestra foto. Además, cuantas más fotos descarguemos en nuestro ordenador, más tiempo vamos a necesitar para seleccionarlás. Así que **aprovecha tu tiempo, disfruta de tus hijos** y no te pases demasiadas horas delante del ordenador.



## El equipo correcto para empezar

Hay **muchos tipos de cámaras** que varían tanto por su calidad como por su complejidad. A la hora de elegirla, es importante que su uso nos parezca **cómodo**, que ir a los menús o buscar funciones no nos resulte complicado.

Para nuestro nivel, la fotografía familiar y de nuestros hijos, no necesitamos un equipo profesional ni invertir mucho dinero en éste. Nuestra cámara no es más que **una herramienta** para conseguir nuestras fotografías por lo que seremos nosotros los que observaremos y usaremos la creatividad para hacer nuestras fotos. Así pues debemos saber qué puede hacer nuestra cámara y conocerla bien.

En el mercado podemos encontrar cámaras compactas, bridge y réflex. En este taller vamos a dejar las compactas a un lado porque son más limitadas, y porque las bridge y réflex son las que nos permiten ajustar los valores necesarios para hacer fotos de mayor calidad.

De todos modos ten en cuenta que **la mejor cámara es la que tienes en ese momento**, así que no te pierdas ninguna fotografía importante ni dejes de captar un momento único. Haz esa foto aunque sea con tu móvil.



## Limpiar el equipo

Es fundamental que mantengamos **el equipo limpio** para reducir al máximo las manchas en las imágenes. En el día a día sólo es necesario **limpiar la parte frontal de la lente** (o el filtro protector si lo lleva) con un pañuelo especial (como los que se usan para limpiar las gafas) y mejor si le echamos un poco de vaho. Pero, de vez en cuando, es necesario **hacer una limpieza más profunda**, especialmente al estar con niños porque es muy fácil cogerla con la mano pringada de piruleta o que nos planten una baba en el objetivo. Estos consejos que os damos son para esa limpieza a fondo de vuestro equipo.

Esta es una imagen de todo lo que se puede utilizar, pero lo más importante es tener un cepillo de aire + un trapito de algodón de los de limpiar las gafas + una pera de aire.



### Limpieza de la cámara:

- \* Pasar a toda la cámara el cepillo de aire, fijarse si hay zonas más sucias que necesitan del trapo. El aire comprimido puede utilizarse para limpiar zonas de difícil acceso, entre los controles por ejemplo donde se acumula más suciedad, o simplemente usar la pera (existen especiales para fotografía, pero puedes comprar también la de la farmacia).
- \* Quitar el objetivo y limpiar el borde de metal en el lado de la cámara con un palito de algodón mojado en alcohol propílico (de venta en farmacias). Esto es importante porque esta es una zona donde se acumula suciedad. Tener mucho cuidado de controlar los pelos de algodón, que no entren dentro de la cámara.
- \* Con la cámara mirando hacia abajo, echar aire de la pera para que pueda salir el polvo. NUNCA utilizar aire comprimido en esta zona. NUNCA levantar el espejo y quitar nada del sensor, mejor llevarla al servicio técnico para la limpieza del sensor.





**Limpieza del objetivo:**

- \* Pasar un trapo a todo el objetivo, especialmente a la parte de zoom que es por donde más polvo entra al sensor.
- \* Pasar el palito de algodón con alcohol a la parte de metal con cuidado de no manchar la parte de cristal del objetivo.
- \* Si tenéis un filtro puesto, quitarlo y limpiarlo con las hojas de papel especial con jabón específico de limpieza de objetivos o si no está muy sucio, pasarle el trapito de algodón. Lo mismo al cristal del objetivo. NO UTILIZAR las toallitas húmedas de limpiar gafas porque pueden dañar el cristal del objetivo.



Los kits de limpieza no suelen ser muy caros y es mejor tener uno en casa para la limpieza más profunda, y otro con los 3 básicos siempre en la bolsa de la cámara porque si te vas un fin de semana o un día de excursión puede venirte bien hacer una limpieza rápida en algún momento del día.

## Configuración de la cámara

Estoy convencida de que todos vosotros ya habéis leído el manual de vuestra cámara, pero por si hay algún despistado, siempre es bueno recordar ciertos datos que nos ayudarán a mejorar la calidad de nuestras fotos.

### Tipo de archivo: RAW o JPEG

En este curso recomendaré siempre disparar en calidad RAW porque un archivo en RAW siempre nos dará mucha más calidad que un JPEG y muchas más posibilidades en el retoque.

No obstante, debemos tener en cuenta que si disparamos en RAW nuestras imágenes deberán ser reveladas posteriormente en nuestro ordenador, sea con Lightroom, Aperture, Photoshop, etc. Si no disponéis de estos programas o no sabéis utilizarlos, os recomendamos entonces que disparéis en JPEG pero en la mayor calidad que os pueda proporcionar vuestra cámara.

### Balance de blancos (AWB)

El balance de blancos es lo que nos dará la temperatura de color óptima para que nuestras fotografías adquieran el tono correcto. Este tono siempre dependerá de si el día está nublado, hace mucho sol o estamos en interior, por ejemplo.

Si disparamos en RAW, lo mejor es dejar el Balance de blancos en automático. Pero si disparamos en JPEG, Sí que deberemos configurar el balance de blancos de nuestra cámara ya que es nuestra propia cámara quien revela nuestra imagen, por lo que deberemos ser nosotros quienes indiquemos qué tipo de balance de blancos necesitamos según las condiciones en las que nos encontremos. Lo que hacen estos ajustes es variar la situación de luz en la que te encuentras. Es decir, si estas en una habitación con luz de bombilla que proporciona una luz anaranjada, pones el ajuste tungsteno y la propia cámara va a cambiar el tono de la imagen para que se acerque más a un tono blanco de luz día.



En la imagen podéis ver cómo afecta el balance de blancos a nuestra imagen cuando disparamos en JPEG.

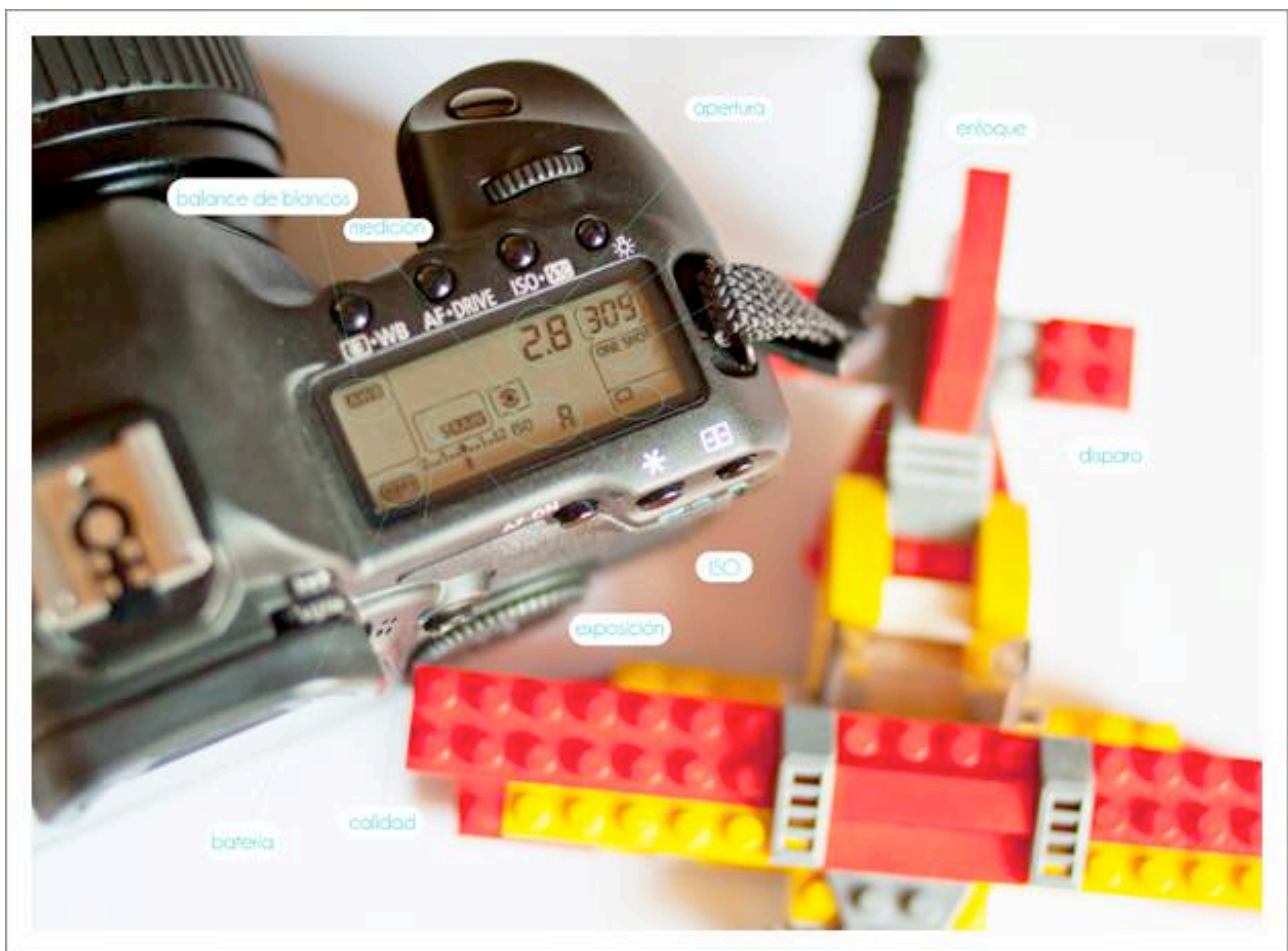


## Espacio de color

Muchas de vuestras cámaras permiten también configurar el espacio de color. Os recomiendo que elijáis **Adobe RGB** ya que éste os permitirá tener muchos más tonos en vuestra imagen. Además, el formato Adobe RGB es el que utilizan las máquinas de laboratorio para imprimir vuestras imágenes y de este modo los tonos resultantes siempre serán más fieles a la toma original. El formato sRGB es un formato con menos abanico de tonalidades y sólo se utiliza para imágenes destinadas a web.

## Botones e indicadores de la cámara

Estos botones e indicadores variarán de posición según el modelo de cámara que tengamos, pero en general son todos iguales. Os recomiendo que leáis bien el manual de vuestra cámara si tenéis alguna duda ya que seguro que los encontraréis sin problemas.



Lo que vemos en la imagen superior es lo que se conoce como exposímetro y es quien nos da la información del disparo. Podéis ver la apertura, el tipo de enfoque, el balance de blancos, qué tipo de medición de luz se está utilizando, etc.



Aquí vemos la parte trasera donde la pantalla también nos indica el modo de disparo que estamos utilizando, si hemos aplicado algún estilo o el tipo de disparo. Es importante que sepáis que los estilos (Picture Style) no funcionarán al disparar en RAW.





Veréis que en la ruedecita de los modos de disparo, encontramos unos dibujitos. Éstos determinan los modos de disparo automático, semi-automáticos y Manual de nuestra cámara. Los modos automáticos vamos a intentar no utilizarlos en este taller ya que vamos a aprender a disparar con semi-automáticos o Manual.



## Modos de disparo semi-automáticos

### **P ó AE (Auto Exposure):**

En este modo es la cámara quien ajusta de forma automática la velocidad de obturación y la apertura del diafragma para adaptarse a la luminosidad de la situación. Lo que le diferencia de un modo automático normal es que en este modo podemos ajustar el enfoque y el flash incorporado. Podemos también modificar la apertura del diafragma y la cámara ajustará la velocidad de obturación para obtener la exposición correcta.

Pero no podremos variar la exposición manualmente ni podremos disparar en RAW.

### **Tv o S:**

En este modo podemos variar la velocidad de obturación y la cámara automáticamente ajustará la apertura necesaria para conseguir esa velocidad. Este control nos servirá para fotografiar a nuestros niños en movimiento sin que la foto nos aparezca como 'movida', que es lo que se conoce como trepidación.

## Av o A:

En este modo podemos ajustar la apertura deseada del diafragma de nuestro objetivo y la cámara ajustará la velocidad para obtener la exposición correcta.



## Modo de disparo Manual (M)

El modo Manual es el que nos permite ajustar todos los valores sin que la cámara mande sobre ninguno de ellos, y es el modo con el que trabajo y que aconsejo que utilicéis cuando tengáis más experiencia porque al principio resulta más difícil de manejar. La cámara aquí no piensa, somos nosotros quienes le indicamos qué apertura queremos, qué velocidad y qué exposición. Más adelante os enseñaré cómo usarlo y veréis que no es tan fiero el león como lo pintan.





## Componentes de la exposición

Para hacer una foto tenemos tres componentes principales que necesitamos conocer y entender. Combinándolos bien obtendremos una exposición correcta en nuestras fotografías. Estos son:

1. La apertura del diafragma
2. La velocidad de obturación
3. El número ISO

### 1. La apertura del diafragma:

Es lo que define **la cantidad de luz** que llegará al sensor y se mide por lo que conocemos como número *f*. Imaginemos que desde el objetivo al sensor hay un tubo por el que entra la luz que se puede hacer más ancho o más estrecho. Si está ancho, entra más luz, esto se consigue con un **número *f* pequeño** y se dice que el diafragma está más abierto. Si está estrecho entra menos luz, se está utilizando un **número *f* grande** y el diafragma está cerrado.

Cuanto más abierto esté el diafragma, más luz entrará y por lo tanto conseguiremos más desenfoque del fondo (menos profundidad de campo). Al contrario que si cerramos el diafragma, entrará menos luz por el sensor y conseguiremos más enfoque en el fondo (más profundidad de campo).







Los números  $f$  van desde el número 1.2 en los objetivos profesionales de gama alta, al 32. En los objetivos normales suele empezar en el número 3.5 o 4 y terminar en el 22. Cuánta más luz deje pasar el objetivo, más caro suele ser.

Las cámaras digitales aceptan pasos intermedios entre los números  $f$  tradicionales que no eran posibles con las cámaras analógicas y que permiten configurar la cámara para que los pasos entre los números sean de  $1/2$  o de  $1/3$  en lugar de pasos completos.

Seguramente habéis oído hablar del **bokeh**, que en japonés significa desenfoque. Cuanto más grande sea la apertura del diafragma de nuestro objetivo ( $f$  pequeño) más desenfoque obtendremos, y cuando la luz incide sobre lo que estamos fotografiando y hay elementos que la reflejan, se consiguen unos circulitos de luz. El tamaño y forma de estos círculos dependerán de la forma del diafragma de nuestro objetivo. Puede ser circular completamente, con forma de pelota de rugby o bien con formas geométricas que marcan las palas de este diafragma.



## 2. La velocidad de obturación:

Se refiere al **tiempo** durante el cual dejamos que entre la luz por el tubo.

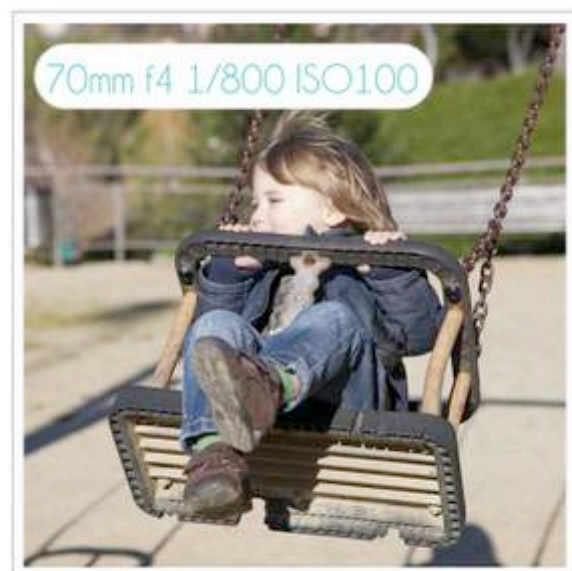
*Más velocidad = se cierra más deprisa = menos luz llega al sensor  
Menos velocidad = se cierra más despacio = más luz llega al sensor*

La velocidad es muy importante en la fotografía infantil ya que los niños están en constante movimiento y si queremos captarlos en plena actividad será necesario que la velocidad de nuestra cámara sea lo más alta posible.



Con velocidad de 1/60 seg no ha sido suficiente para enfocar al pequeño que está en el columpio en movimiento. El resultado es que nada está enfocado.

Con velocidad de 1/800 seg ha sido suficiente para que el pequeño, que está en movimiento, aparezca totalmente enfocado sin trepidaciones.



Entonces, ¿cuál es la velocidad ideal?



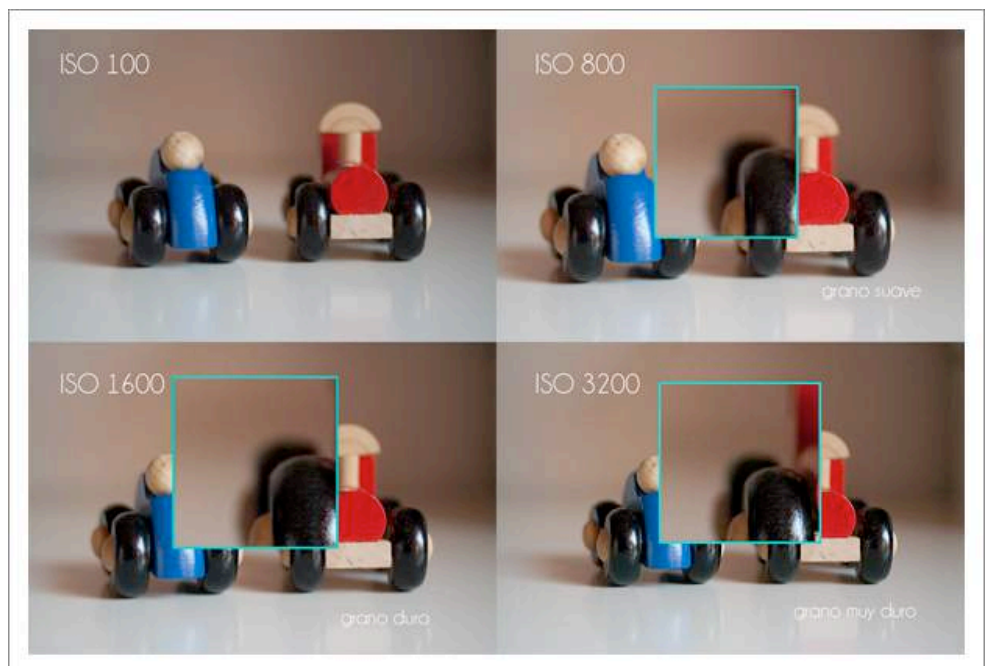
### 3. El número ISO:

Se utiliza para medir **la sensibilidad del sensor a la luz** que entra por el diafragma.

*Menos luz en el ambiente = mayor ISO = más ruido en la imagen = menos calidad*  
*Más luz en el ambiente = menor ISO = menos ruido en la imagen = más calidad*

Algunas cámaras empiezan el número ISO en 50 y pueden llegar a los 12.800 o más. Aunque en una cámara a nivel usuario, como podría ser la que podéis estar utilizando vosotros, lo normal sería que alcanzase hasta los 3200 ISO.

Como vemos en las imágenes de ejemplo, cuanto más alto es el ISO, más grano tenemos y peor se ve nuestra imagen si la ampliamos.





## RECUERDA

ISO alto:

+ luz  
+ grano/ruido  
- calidad

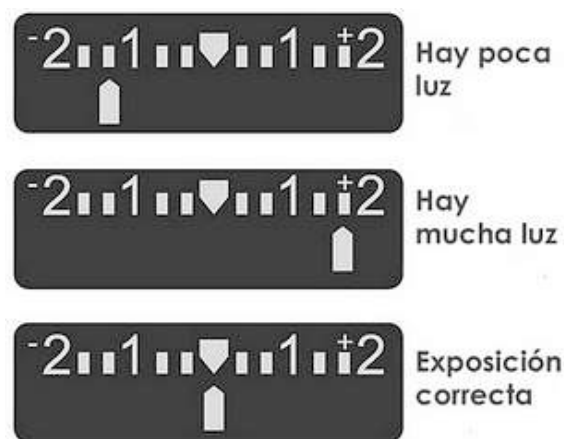


# Exposición

Ya hemos visto en temas anteriores qué es la apertura, la velocidad de obturación y la sensibilidad ISO. Estos tres elementos conjugados entre sí son los que nos darán una Exposición.

La Exposición es quien nos indicará si la luz que tenemos es correcta o no. ¿Cómo saber si una imagen está bien expuesta o no? fijándonos en el exposímetro de nuestra cámara.

Cuando nos preparamos para hacer una foto a alguien, primero apretamos el botón flojito para enfocar y para que la cámara mida la luz. En ese momento podemos ver lo que la cámara nos indica sobre la luz para que podamos ajustarlo según sea necesario:

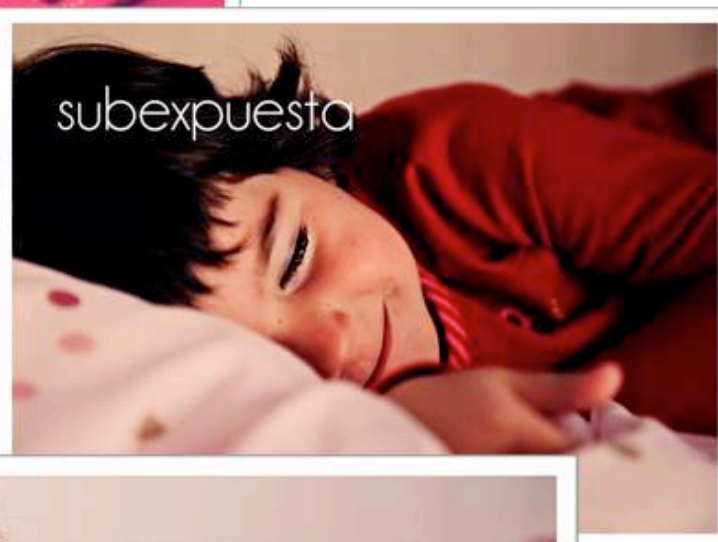
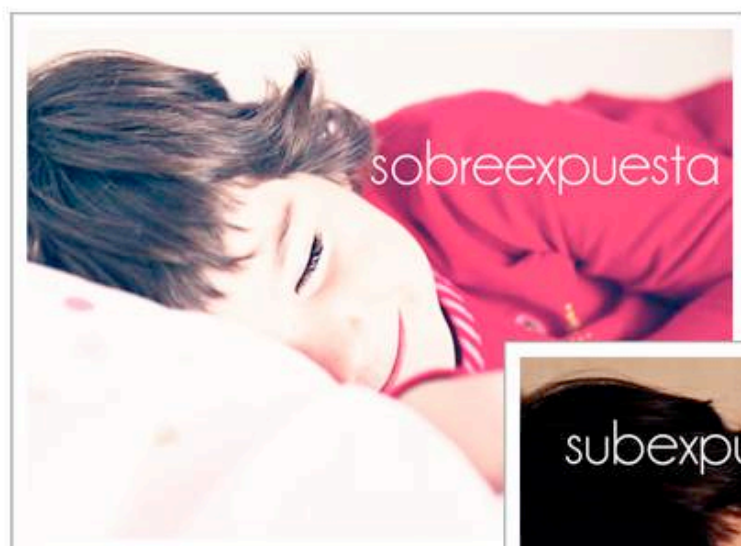


Si tenemos poca luz, tendremos que aumentar el ISO o bien abrir el diafragma (poner un nº más pequeño), o ambas cosas a la vez, si hay muy poca luz! Si no lo corregimos tendríamos una foto **subexpuesta**.

Si hay mucha luz, actuaremos del modo contrario, reduciremos ISO o bien cerraremos diafragma (poner un nº más grande), o ambas cosas si es necesario. Si no nos damos cuenta y no variamos estos parámetros, el resultado sería una foto **sobreexpuesta**, que sería más blanca de lo normal.

Si la exposición es correcta, ya podemos disparar!





## Medición de la luz

Ya hemos visto lo importante que es la luz en fotografía. Tanto para controlar la apertura del diafragma, como la velocidad de obturación, así como el uso del ISO y la correcta exposición, la estrella principal es la LUZ. Sin ella no podríamos hacer fotografías.

Vamos a ver ahora cómo medirla de modo que las fotos de nuestros hijos no aparezcan oscuras, trepidadas o desenfocadas. Para ello vamos a ver los distintos modos de medición que nos ofrece nuestra cámara:



\* **Puntual:** Mide una pequeña superficie alrededor del punto de enfoque. La utilizaremos sobre todo en retrato, ya que nos interesa que la carita de nuestro pequeño aparezca bien iluminada y enfocada.

\* **Promediado o Ponderado al centro:** La superficie de luz que mide alrededor del punto de enfoque es mayor, incluyendo luz de zonas del alrededor. Nos puede servir para poder hacer fotos a nuestros pequeños cuando la luz entre su rostro y el fondo no es muy distinta, pero normalmente este tipo de medición no suele utilizarse.

\* **Matricial:** La medición matricial tiene en cuenta toda la luz de la imagen. Se suele utilizar en paisaje, bodegón o cualquier tipo de fotografía donde queremos que la luz esté repartida por igual. Podemos usar este modo de medición si estamos en el campo o en el parque y queremos que todo quede bien expuesto.



## Cómo se mide la luz:

Cuando utilizamos el modo de prioridad de apertura o velocidad, debemos hacer lo siguiente:

- \* **Apuntamos a la zona más iluminada de la escena.** Nunca a una bombilla o al sol, eso podría dañar el sensor de nuestra cámara.
- \* **Bloqueamos esa luz con el botón FEL o AE-L,** también podemos encontrarlo en modo de estrellita. Al hacer esto estamos guardado en memoria esa intensidad de luz. Soltamos el botón.
- \* **Reecudramos** para hacer la foto tal como la queremos y ajustamos los valores necesarios de modo que veamos la línea del exposímetro de nuestra cámara en el centro. Pero, ¡cuidado! estamos en una zona más oscura que la que hemos medido por lo que deberemos **sobreexponer** un poco el exposímetro, un puntito o dos sobre el punto central.

Cuando hemos ajustado los valores para exponer correctamente hemos visto que ha variado la apertura, la velocidad y también el ISO. Como decíamos al principio, son los 3 ingredientes básicos para una correcta exposición.



Es muy posible que al principio os cueste un poco proceder de este modo, pero veréis que como todo, es cuestión de práctica. Os animo a que practiquéis en casa, fotografiando elementos estáticos para poder ir os familiarizando. De este modo cuando salgáis a la calle, dispuestos a captar a vuestros hijos en sus mejores momentos, no os perdáis ni una foto!



## La regla de los tercios

Seguramente, muchos de vosotros ya habéis oído hablar de esta regla. No se trata más que de dividir la imagen en nueve recuadros iguales.

¿Cómo funciona? Es sencillo. Se trata de hacer coincidir el motivo principal de nuestra imagen en una de las líneas de intersección de esos nueve recuadros.

Vamos a verlo con imágenes para que lo veáis más claro:



Cómo veis, en esta imagen los piecitos son el elemento principal y lo que está enfocado, por eso lo colocamos en tercios y así llaman más la atención.





*En este caso tenemos un ejemplo con retrato. El ojo que tenemos más cercano se encuentra en línea de tercios también.*



*Actuaremos del mismo modo si estamos fotografiando juguetes o cualquier otro elemento situándolo siempre en línea de tercios o en intersección entre estas líneas.*

Ahora diréis: muy bien, ya me queda claro, pero ¿cómo compongo mi imagen para que lo que quiero que resalte y sea lo principal, quede en tercios? Muy sencillo. Solo tenéis que usar el punto en enfoque central. Enfocar el motivo, los ojos de vuestro hijo o el juguete que queréis fotografiar, pulsar disparador hasta la mitad. Reencuadráis con un leve movimiento lateral (nunca de delante a atrás, porque variaréis así focal) y pulsáis disparador hasta el fondo. Otra opción mucho más sencilla es utilizar los puntos de enfoque periféricos y haciendo coincidir el punto de enfoque con el motivo a fotografiar. Pero hay que tener en cuenta que los puntos periféricos no suelen tener un enfoque tan definido como el punto central.

## La Ley de la mirada

Otra de las Leyes más importantes en fotografía, y sobre todo en retrato, es la Ley de la mirada. ¿Qué dice esta Ley? Sencillamente, que debemos respetar el espacio hacia donde mira nuestro sujeto.

Es muy importante que este espacio se respete ya que así no obtendremos imágenes en las que al verlas, tendremos sensación de que falta espacio, que nuestro hijo queda muy encajonado o que parece que la foto no 'respira'.



*Le di a Anna un chupachup sin que me viera su madre y la muy pillina la miró a ella como diciendo: mira lo que me estoy comiendo...*



Vemos a Anna pegada al  
margen derecho, la imagen  
es incómoda.

En cambio aquí dejamos  
espacio suficiente para su  
mirada y queda mucho mejor



Como ya hemos dicho, es muy importante que tengáis en cuenta esta Ley a la hora de hacer fotos a vuestros hijos y en general. De este modo os aseguraréis de que vuestra imagen sea bonita y atractiva, llamará la atención y os sentiréis muy orgullosos de haberla conseguido!!





## Pero...

A la hora de componer, si intentamos respetar la regla de los tercios y la ley de la mirada, es difícil que nuestra imagen esté mal compuesta. Esto no quiere decir que siempre deba respetarse, sobre todo la regla de los tercios. Hay momentos en que necesitamos centrar a nuestro pequeño en la imagen porque la historia que estamos contando con ella así lo requiere. No os dé miedo centrar si el momento lo requiere.



*Si esta imagen no estuviera centrada no tendría mucho sentido ya que romperíamos la simetría y perdería todo su interés.*

## Los cortes

También debemos cuidar los cortes, no 'amputar' miembros por zonas como rodillas, codos, cuello... Eso crea una imagen incómoda y desagradable de nuestros pequeños.

En los primeros planos hay que observar muy bien donde cortamos porque es muy fácil no darse cuenta y cerrar tanto el encuadre que se le vea el cuello a la mitad o sólo un poco de barbilla, lo que estropea el impacto que queremos crear con una foto así.

En esta foto por ejemplo, la barbilla de Lluís está rozando el borde y no queda bien. Pero en la foto de Marina, se ha dejado más espacio en la parte inferior y no produce esa sensación de opresión.







## RECUERDA

Regla de los tercios

Ley de la mirada

Centra si es necesario

Cuidado con los cortes

# EL RETRATO

## 1.1 EL RETRATO INFANTIL

En este taller no voy a tratar el retrato infantil de estudio ya que nuestro objetivo no es hacer posar a los niños sino captarlos en su ambiente, con sus gestos, sus propias miradas, sus sonrisas inocentes e incluso su llanto. Lo principal en un retrato es captar todo eso de nuestro hijo provocando una reacción en quien lo vea. Un buen retrato es eso, un rostro que nos transmite algo.

Un poco  
de teoría

Hay algunos principios que es bueno tener en cuenta para ir mejorando la calidad de nuestros retratos. Son pautas que al principio parece imposible recordar, pero que poco a poco empezaréis a asimilar, ya sea porque veréis el cambio en vuestras fotos o porque os empecéis a fijar en que las fotos que os gustan de otras personas cumplen muchas de estas reglas. Esto no quiere decir que siempre haya que seguirlas al pie de la letra, en fotografía se dice mucho que "las reglas están para romperlas", pero es importante que las conozcáis, y por eso las podéis encontrar en la parte de teoría.

### La regla de los tercios

Recuerda que es preferible, para conseguir un retrato bien compuesto, que los ojos se encuentren en tercios, como en esta foto de Lluís.



Sabemos que con niños no siempre es fácil ni que se estén quietos, ni que nos miren, ni que nos de tiempo a enfocar, controlar luz, y encuadrar como nos gustaría. Pero tenemos que intentarlo, tener mucha paciencia y hacer muchas fotos para que alguna nos guste!

## La Ley de la mirada



En la foto superior, la cara del niño está dirigida hacia el espacio vacío, es decir, hacia donde se dirige la mirada. Y en la siguiente ocurre lo mismo, Anna mira hacia donde hay más espacio.

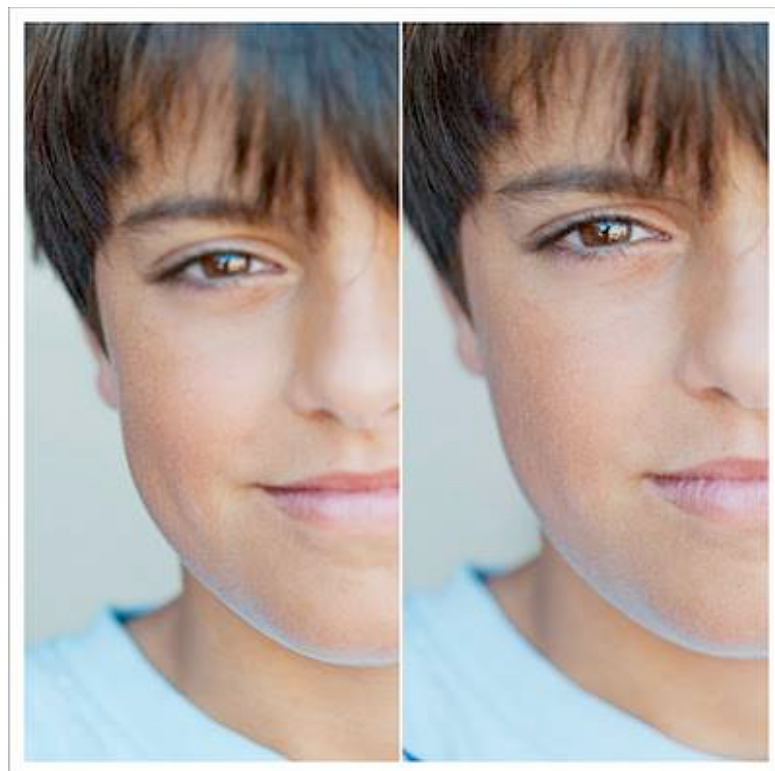




## Enfoque a los ojos



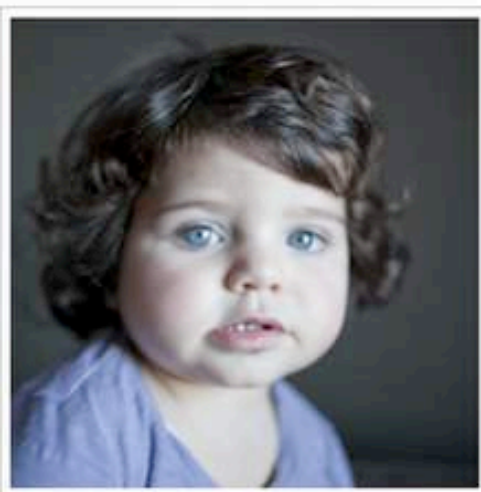
Cuando nuestro hijo nos está mirando es muy, pero que muy importante que el enfoque se encuentre en los ojos. Sabéis que los ojos son el espejo del alma, así que debemos mostrarlo. Un retrato con ojos desenfocados pierde todo su atractivo y su interés, además de no ser del todo correcto.



*En la imagen de la izquierda vemos con el foco se ha ido al moflete. En cambio en la de la derecha el foco está totalmente en el ojo y da mucha más fuerza.*

## Cuidado con la velocidad

Como ya he comentado en la parte de Teoría, la velocidad mínima necesaria para disparar a pulso depende un poco de cada persona y del peso de la cámara, pero es mejor que empieces por 1/125 y que vayas controlando que te salen enfocadas. Si utilizas una velocidad baja (menos de 1/60), por muy quietecito que se esté tu hijo y tu tengas un pulso de cirujano, no podrás evitar que la imagen aparezca trepidada. Por lo general un buen punto de partida es utilizar una velocidad que sea el doble de la focal que estés utilizando en ese momento. Por ejemplo, si estás con una focal de 85mm tendrías que usar una velocidad de 170 seg.



Velocidad: 1/30 seg  
La imagen está trepidada  
(movida)



Velocidad: 1/60 seg  
La imagen está bien  
enfocada.



## El fondo

Es importantísimo que el fondo no distraiga nunca y no quite protagonismo al niño. Fondos sobrecargados, con colores excesivamente llamativos, papeleras, contenedores, coches e incluso desconocidos que se pueden colar en nuestro visor pueden destrozarnos nuestra fotografía. También debemos vigilar que de su cabecita no aparezcan palos, troncos, farolas, y cualquier línea o elemento que pueda distraer o perjudicarnos. Cuidemos pues el fondo, intentemos que sea agradable, con tonos suaves y sin elementos que estorben.



*En la imagen superior la calle distrae, la vista se va hacia allí, en cambio en la inferior nos centramos completamente en Lluís, que sonríe tanto con los ojos como con su boquita.*

Simplemente cambiando el encuadre se puede pasar de una foto normalita a un retrato bonito.

## Utiliza luz natural

Y evita el flash. El flash crea brillos, mata texturas de la piel y crea tonos extraños. Cualquier ventana por la que entre luz te servirá. Coloca al niño de cara a la ventana de forma que la luz quede a tu espalda pero sin hacer sombra en él, o que entre de manera lateral y el niño mire hacia a ventana (como en la foto de abajo). Si es pequeño y no puedes pedirle que se sitúe donde quieres, monta un escenario de juegos en la zona más iluminada de la casa. Una mesita con colores para que pinte, unos cochecitos o unos desmontables servirán para que esté quietecito durante unos minutos.

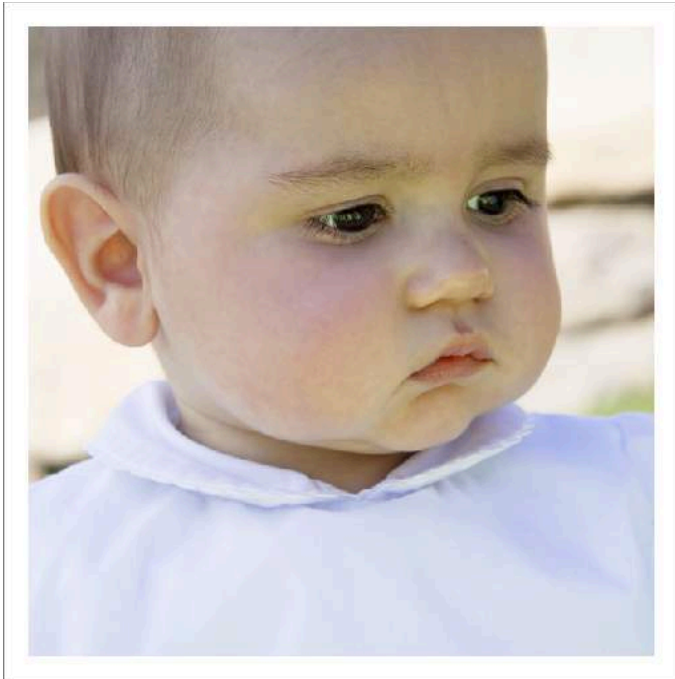


## Luces y sombras

Como ya he comentado en el apartado de técnica, sin luz no podríamos hacer fotografías. En retrato debemos ir con mucho cuidado. Si el sol recae sobre el rostro de nuestro hijo, éste se deslumbrará, cerrará los ojitos, le llorarán, pondrá caras raras y sobre todo, perderemos toda la textura de su piel. No será un retrato natural, será un retrato muy forzado y no nos gustará. Intentemos pues que nuestro hijo se encuentre en sombra, así evitaremos reflejos, luces directas y manchas en la piel.



En la imagen superior, Gonzalo recibe toda la luz sobre el rostro, eso hace que aparezcan sombras muy molestas, quede un ojo a la luz, otro en sombra. Esta imagen no es correcta ya que él estaba a pleno sol.

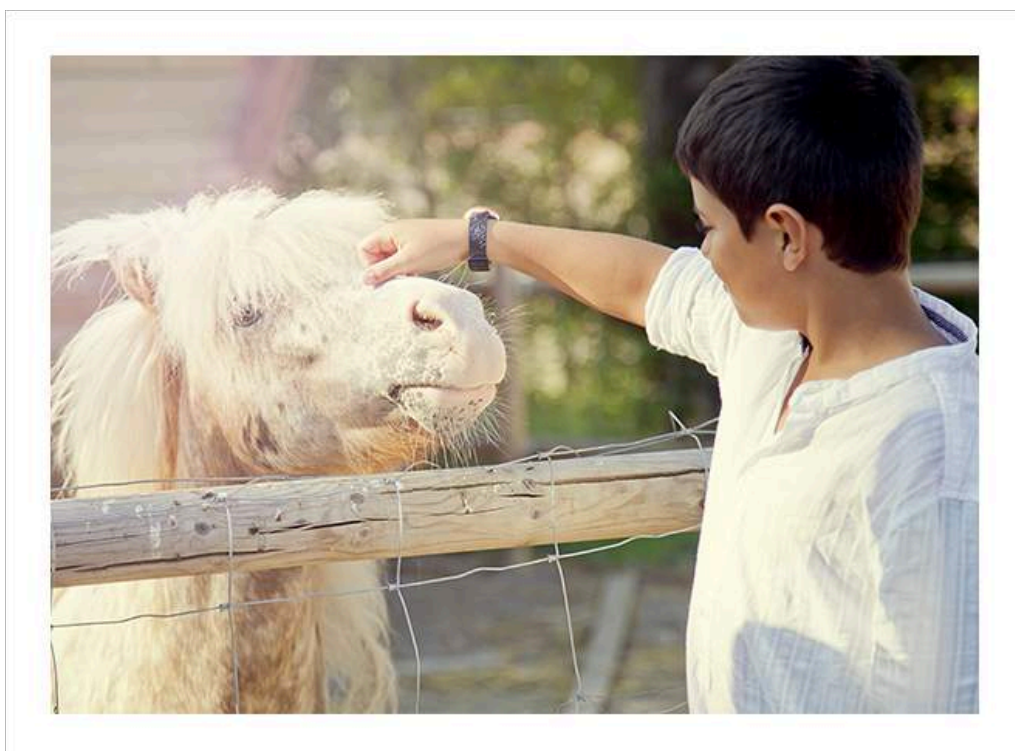


En cambio, ahora, ya lo colocamos en sombra y fijaos que bonita se le ve la piel, sin una sombra dura ni ningún reflejo innecesario.

Cuanto más directa sea la luz (no el sol), más brillo conseguiremos en sus ojos. Éstos tendrán más vida y harán que el retrato hable por si solo.

## Las horas del día

Probablemente hayáis oído hablar que el amanecer y el atardecer son los mejores momentos para hacer retratos. Esto se debe a que el contraste entre las luces y las sombras es menor al estar el sol más bajo, y a que el color anaranjado da un tono bonito a la piel. El problema es que sólo dura un ratito y hay que tener cuidado de que los edificios o una montaña no hagan que ese momento sea aún más corto, puede que el sol desaparezca antes de lo que piensas!







- \* Recuerda respetar la regla de los Tercios así como la Ley de la mirada en la medida de lo posible. Y asegura un **buen enfoque a los ojos**.
- \* Utiliza una **focal de 50mm o superior**. Si es inferior a 50mm estarás usando angular con lo que distorsionarás sus facciones.
- \* Usa una apertura de diafragma entre **f4.5 ó f5.6** para tener la profundidad de campo correcta y así evitar desenfocados indeseados. Pero haz pruebas con tu objetivo, para ver que es lo que te gusta y que es lo que te permite hacer. Si eres capaz de enfocar con f2.8 y te gusta la imagen que crea, adelante!
- \* Comprueba la velocidad y si no consigues la velocidad mínima, **aumenta el ISO**.
- \* Procura que la luz incida sobre sus ojos pero **nunca el sol directo**, ya que los entornará y además aparecerán sombras molestas que 'ensuciarán' su cara.
- \* Los retratos en días nublados quedan muy bonitos pero evita que aparezca el cielo porque si no se verá blanquecino y feote.
- \* **El fondo no debe distraer** ni aportar elementos que molesten o estorben. Evita líneas que crucen su cabecita o que parece que estén clavadas en ella. Por lo que busca fondos lisos o lo más uniforme posible. Si la foto la vas a hacer en interior, usa una **pared de color claro**, evitando que tu pequeño esté pegado a la pared, así no tendrás sombras muy fuertes sobre ella. Si no dispones de una pared libre de estanterías o cuadros, procura que haya lo menos posible y aleja al niño del fondo para que quede lo más desenfocado posible.
- \* También puedes optar por **llenar todo el encuadre** con sus rostro si el fondo no es el adecuado.

## 1.2 CONSEJOS E IDEAS PARA UN RETRATO 10

El tema del retrato es muy diferente según la edad del niño al que fotografiemos, así que vamos a daros unos consejos según las edades. ¡Pero es fundamental que nos adaptemos siempre al niño y no ellos a nosotros!

### Retratos por edades

#### Bebés

Lo que prima siempre en la fotografía infantil es la seguridad. En bebés, como comprenderéis, mucho más. ¿Quién no ha querido hacer una foto a su hijo en plan Anne Geddes? Son preciosas, desde luego, pero para poder realizar ese tipo de fotografías es necesario tener una formación adecuada, muchos conocimientos, mucha práctica y cómo no, mucho tiempo. Así que por favor, dejad las macetas a un lado y vayamos a por lo sencillo, simplifiquemos y hagamos fotos de lo que mejor represente a nuestro hijo en este momento de su vida.



Los bebés no saben lo que es una cámara, por lo que si ocultamos nuestro rostro detrás de ella durante mucho rato se van a sentir perdidos y por mucho que les llamemos no nos



van a mirar. Capta su atención asomando la cabeza tras la cámara de vez en cuando o con algo que sabes que le gusta o que reconoce, puede que simplemente abrir y cerrar la mano sea lo que le fascine en ese momento y que si haces algo más complicado no te haga ni caso porque escapa a su capacidad de asimilar a esa edad.

#### de 0 a 6 meses:

En estas edades no trates de colocarle en posiciones que todavía no controla. Esto quiere decir que si no está cómodo sentado, no lo fuerces porque 1. no es representativo de este momento y 2. va a estar incómodo y se va a notar en la foto. Hazle tumbado boca arriba o boca abajo y sentado cuando empiece a sentarse.



#### de 6 a 12 meses:

A partir de los 6 meses empiezan a encontrar el equilibrio para sentarse, lo cual nos da muchas más opciones. Además ya se entretienen con más cosas y aguantan más tiempo delante de la cámara.

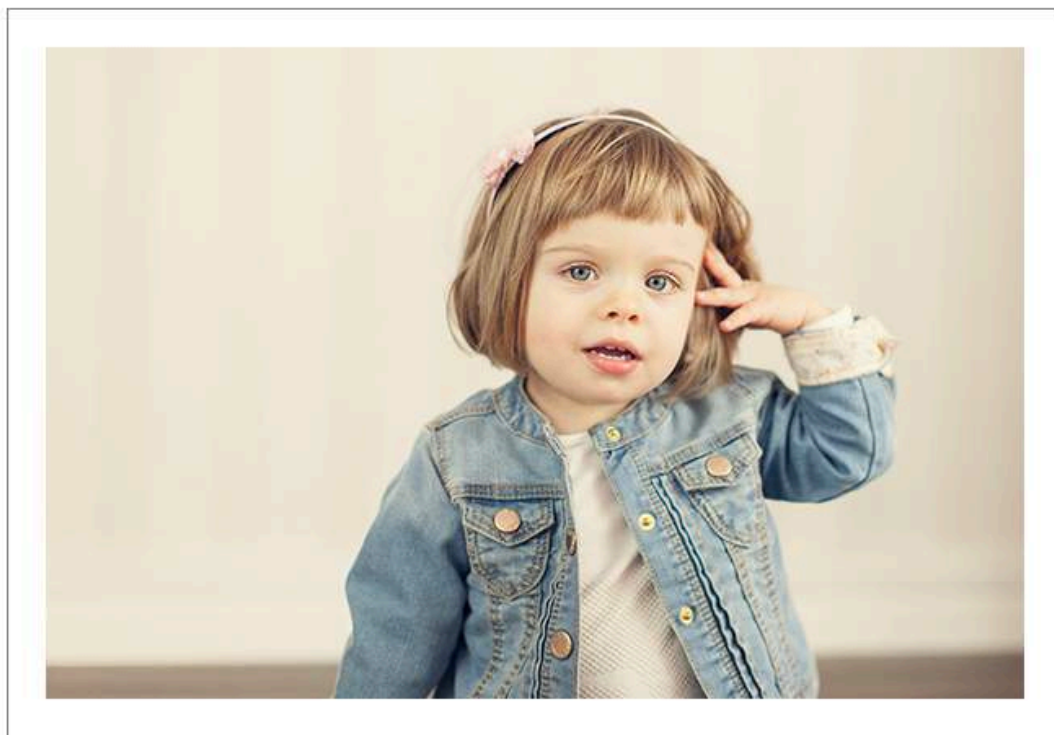


Lo importante a tener en cuenta durante el primer año es que pasan por etapas y que hay que respetarlas, si le gusta estar de pie y tratas de sentarle es posible que tenga una pataleta. Si quieres que este boca arriba, pero ya ha aprendido a darse la vuelta, probablemente tengas que hacerle la foto boca abajo. Sigue su ritmo y trata de que esté cómodo siempre.

## Niños de 1 a 3 años

Nuestro bebé ya camina, se mueve e interactúa. Ya no es tan bebé y se está convirtiendo en un niño. Si le llamamos nos responde, nos mira, por lo que nos da mucho más juego a la hora de realizar el retrato. Una manera de captar su atención es poner unas pegatinas en la cámara e incluso ponernos nosotros algo en la cabeza, como una diadema con antenas, un gorro o lo que se nos ocurra. Algo divertido que llame su atención.

O simplemente podemos dejar que sean ellos mismos y hacerles fotos mientras están haciendo algo que les gusta.



Si queremos una sonrisa o una carcajada, hay muchas maneras de conseguirlo sin necesidad de pedirles que sonrían: canta mal la letra de una canción que se sepan, haz bromas de niño y no de adulto, pídeles que cuenten al revés, cuéntales un secreto divertido, inventa una historia llena de fantasía....

Alex no paraba quieto y de poner caras, pero aún así estaba muy gracioso. Después de un rato de juegos y risas conseguimos el retrato:

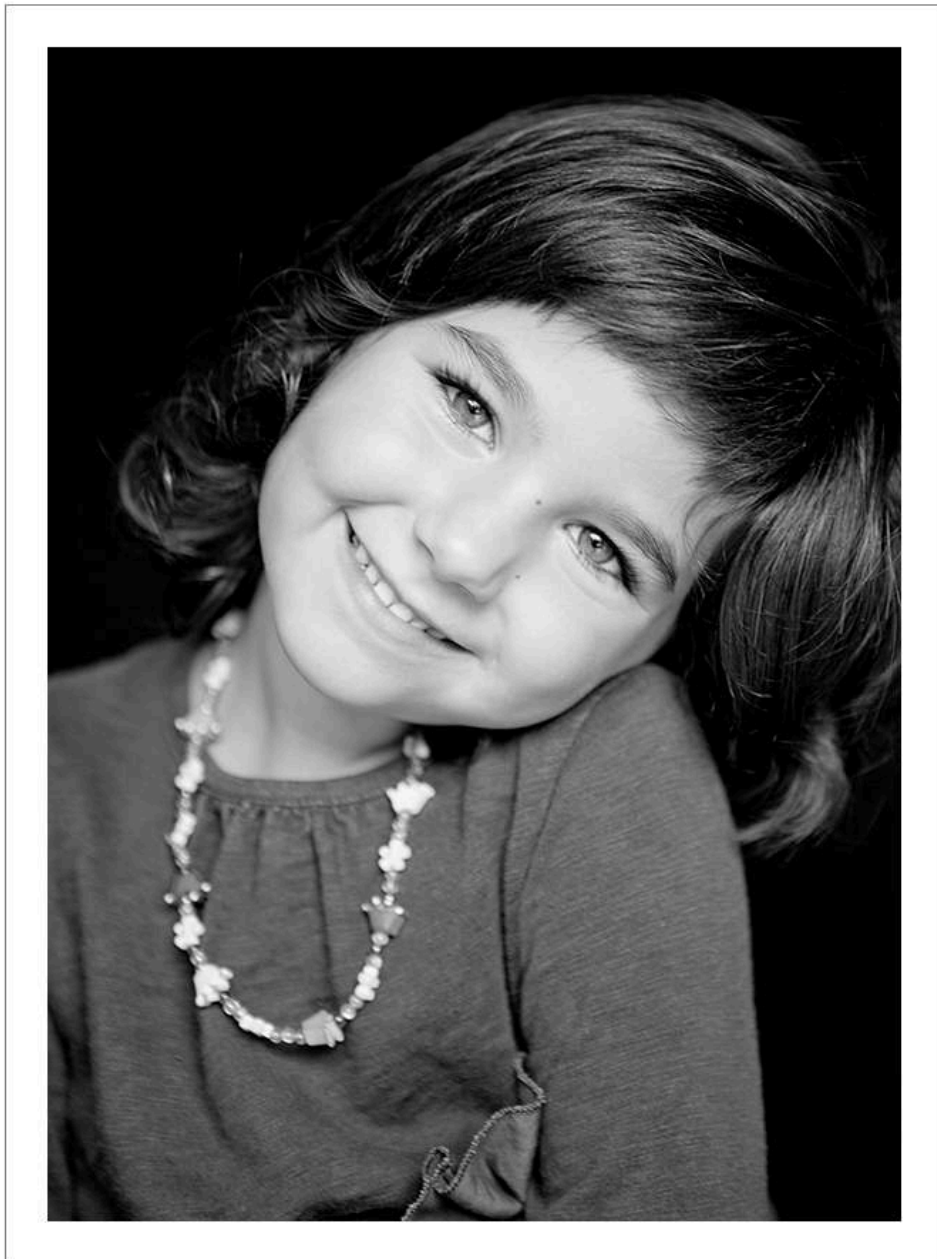


### Niños de 4 a 6 años

Ya tenemos a mini hombrecitos y mini mujercitas. Empiezan a ser más presumidos, les gustan los disfraces, pueden estar un ratito sentados dibujando o jugando con sus muñecas o coches preferidos. Y ya nos dicen si quieren o no quieren que les hagamos fotos. Si no conseguimos nuestro retrato y nos empeñamos en que sea en ese momento, tendremos que negociar y pensar en ideas que hagan que hacerse fotos sea algo divertido.



Pero lo importante en estas edades es dejarse llevar y dejar que ellos nos sorprendan. Sé un niño tu también, será más divertido para todos!



La mayor dificultad en esta edad es que ya te dicen cuando se han hartado o no quieren más fotos y no se les "engaña" con juegos tan fácilmente como cuando son un poco más pequeños.

### Niños de 7 a 9 años

Es una edad en la que ya pueden empezar a sentirse cohibidos ante la cámara o puede que les encante y no quieran parar de posar, lo cual también te da el problema de conseguir fotos poco espontáneas.



Cuando un niño está incómodo con una cámara delante, lo mejor es hablar con él hasta encontrar un tema que le guste y que le ayude a relajarse y a dejar de pensar que tiene una cámara delante. Incluso apartar la cámara a ratos y volver a cogerla cuando esté preparado.

### Niños de 10 a 14 años

Uy, ya no tenemos niños tan niños, parece que la cosa se complica, pero no. Sólo debemos adaptarnos a ellos. No podemos forzarles pero si camelarles. Una buena manera de hacerlo es dejarles la cámara y que nos hagan ellos una foto antes a nosotros. También les gusta ver el resultado al momento, por lo que cuando les hayáis hecho un par de retratos, mostradles desde la cámara lo bien que están quedando.

También podéis ofrecerles la posibilidad de aparecer en la foto con algo que les identifique y que les guste: un balón, una bufanda, un gorro, su bolso preferido, el libro que está leyendo... algo que sea realmente suyo y de nadie más.

Habla con ellos sobre sus aficiones, sus amigos, los planes para esos días y pídeles opinión sobre las fotos que estás haciendo para que participen en el proceso.





Pero sobre todo, lo más importante a la hora de realizar un retrato o cualquier tipo de fotografía es que estés lo más relajado posible, no fuerces nada y tanto tú como tus hijos lo paséis bien! Aprende a respetar el espacio y el estado de ánimo de quien fotografíes, ya sean niños a adultos. Busca el momento adecuado y no crees una situación incómoda tratando de hacer parecer feliz a un niño que está cansado o tiene hambre. Todos tenemos nuestros momentos, así que acéptalo y si es necesario, inténtalo otro día.



## Ideas para el retrato

Si de vez en cuando os puede apetecer hacer fotos más divertidas o un poco diferentes, puede que os venga bien alguna de estas ideas....

### Pintar mensajes

¿Queréis intentar hacer algo divertido? Hay una idea para hacer retratos originales sin importar la edad que nos encanta! Se trata de utilizar tizas para escribir mensajes o hacer dibujos alrededor del niño.



Fotografía: [life's mirror](#)



Fotografía: [my three ring circus](#)



## El crecimiento del niño

Hay varias ideas para hacer esto, pero la que más nos gusta es la de poner al bebé en una butaca o silla e ir mostrando su crecimiento no sólo los primeros meses sino durante toda su vida! Se pueden ir añadiendo extras a la imagen, como puede ser leyendo cuando empiece a leer, unos zapatos cuando empiece a andar, etc. Puedes hacerlo mes a mes si es un bebé, o año a año si ya es más mayor.



[The Letter B Photography](#)

# MUÉVETE

## 2.1 FOTOGRAFÍA DESDE DIFERENTES ÁNGULOS

La fotografía es un lenguaje visual y muy común que hasta los niños entienden, y el ángulo con el que disparamos forma parte de la manera de contar la historia. Por eso esta semana en vez de hacer el clásico retrato de nuestro hijo, movámonos alrededor de él y fijémonos en lo que está haciendo. Si hacemos una foto mientras lee un libro o juega con cualquier juguete, debemos sumergirnos en su mundo y tratar de encontrar el ángulo que más información nos dé sobre ese momento. A veces caemos en el error de hacer las fotos siempre igual, ya sea desde arriba o a su altura, y debemos encontrar la variedad en nuestras composiciones. Esta semana os pedimos que tratéis de ver de otra manera, que os arriesguéis y que os mováis.

### Agáchate

Muestra su mundo desde su altura y la mejor manera de hacerlo como ellos lo ven es situándonos por debajo de ellos o a ras de suelo. Con este método se obtienen fotografías muy originales. No temas poner la cámara en el suelo o tumbarte panza abajo para no perder esos momentos curiosos.



Cualquier cosa puede ser representada tal como la ven ellos, así que vamos a ponernos a su altura para fotografiar su mundo desde su punto de vista.





Si en esta foto no nos ponemos a su altura, no saldría tan bien la manita ni el detalle de la pintura.

## Conviértete en un pájaro

Si nos levantamos podemos hacer fotos desde arriba y cuando miremos hacia abajo podemos contar la historia de una manera diferente e inesperada. Hay que tener cuidado desde este ángulo porque es fácil que distorsione, en ocasiones puede quedar bien y en otras no tanto.

Aquí Anna estaba enfadada, ella quería coger unos juguetes de su primo Lluís, pero ya sabe que cuando él no está, no se puede tocar nada de su habitación. Y tuvo que conformarse con la muñeca...



Es muy fácil estar de pie, ver una escena que nos gusta y hacer click, pero no hace falta ser gimnasta para que de vez en cuando tratemos de hacer las fotos con un poco de originalidad...

Mira a tu alrededor para ver si te puedes subir a una silla, a un sofá, una valla. A veces un par de escalones es todo lo que necesitas. Además este punto de vista suele ser muy bueno cuando hay un fondo que no nos gusta, a veces esta es la única manera de evitar las cosas que estorban.

## Acércate

Las caritas de los niños son perfectas y llenas de expresividad, así que acércate a ellos y llena el encuadre con su rostro.

Fotografía los pequeños detalles como las pestañas, su juguete preferido y la manera que lo coge entre sus pequeñas manos, o incluso los deditos del pie. Para poder tomar esta foto, por ejemplo, es necesario poner la cámara a la misma altura que el pie.



## Aléjate

Da un paso atrás y capta su gran mundo. Muestra lo pequeños que son en la inmensidad de su espacio.





Debemos tener presente que desde la perspectiva de un niño, el mundo es muy grande. Tenemos que intentar mostrar este mundo inmenso con nuestras imágenes.

## ALÉJATE

O deja que se alejen  
para mostrar así el  
espacio que hay a su  
alrededor.



Hacer fotos desde distintos ángulos supone darle un punto de vista diferente a una situación, a veces te puede sorprender cómo moviéndote o cambiando la altura todo en la imagen cambia para mejor. Esto no quiere decir que siempre que hagas fotos tengas que estar arriba, abajo y al suelo, pero sí que cuando hagas una primera foto, te plantees de qué otra forma puedes hacer la siguiente. Por ejemplo, en este caso puse la cámara casi encima de la mesa para poder captarlo desde su misma altura mientras jugaba con los cubos de colores.





Hay muchas cosas que puedes perderte si haces las fotos siempre desde el mismo ángulo.

En este ejemplo que os muestro a continuación, estos dos peques se pusieron a hacer manualidades, así que se me ocurrió que podría quedar original una foto tomada desde arriba:



Luego me centré más en ellos y me puse a la altura de la niña para captar su expresión mientras recortaba:



Y, por qué no incluir una foto de detalle? siempre queda muy bien para completar el reportaje:



¿Veis todo lo que puede dar de si el ratito en el que están pintando?

Siéntate, ponte en cuclillas, de rodillas o tumbate apoyado en los codos si el niño está en el suelo o si quieres que el suelo sea el primer plano de la imagen por ejemplo. Ante todo, trata de estar cómodo, puedes hacer un par de fotos en una posición retorcida, pero no mucho más tiempo, así que piensa en poner al niño en una silla para hacerle la foto después de estar un rato tirados en el suelo.

Ahora ya sabes, a ponerte ropa cómoda, preparar el equipo y a disfrutar!!

## 2.2 CONSEJOS E IDEAS

Hacer fotos desde distintos ángulos supone darle un punto de vista diferente a una situación, a veces te puede sorprender cómo moviéndote o cambiando la altura todo en la imagen cambia para mejor. Esto no quiere decir que siempre que hagas fotos tengas que estar arriba, abajo y al suelo, pero sí que cuando hagas una primera foto, te plantees de qué otra forma puedes hacer la siguiente.

### Consejos

Es muy fácil estar de pie, ver una escena que nos gusta y hacer click, pero no hace falta ser gimnasta para que de vez en cuando tratemos de hacer las fotos con un poco de originalidad...

- \* Mira a tu alrededor para ver si te puedes subir a una silla, a un sofá, una valla. A veces un par de escalones es todo lo que necesitas. Además este punto de vista suele ser muy bueno cuando hay un fondo que no nos gusta, a veces esta es la única manera de evitar las cosas que estorban.
- \* Siéntate, ponte en cuclillas, de rodillas o tumbate apoyado en los codos si el niño está en el suelo o si quieres que el suelo sea el primer plano de la imagen por ejemplo.

Ante todo, trata de estar cómodo, puedes hacer un par de fotos en una posición retorcida, pero no mucho más tiempo, así que piensa en poner al niño en una silla para hacerle la foto después de estar un rato tirados en el suelo.





Hay muchas cosas que puedes perderte si haces las fotos siempre desde el mismo ángulo...

## Usa los reflejos

Es probable que si no te mueves, no llegues ni a darte cuenta de que hay algún reflejo que hace la imagen más interesante. Una cristalera, un escaparate o el agua, son buenos aliados para captar el reflejo de nuestros pequeños. Podemos conseguir así fotos creativas y muy originales.

Anna se pasó un buen rato dando vueltas a esta fuente. De repente algo le llamó la atención: había descubierto su propio reflejo. Así como el momento en el que un niño descubre su propia sombra, este fue uno de los instantes más bonitos que he captado de esta niña.

Un reflejo siempre  
es tu amigo.





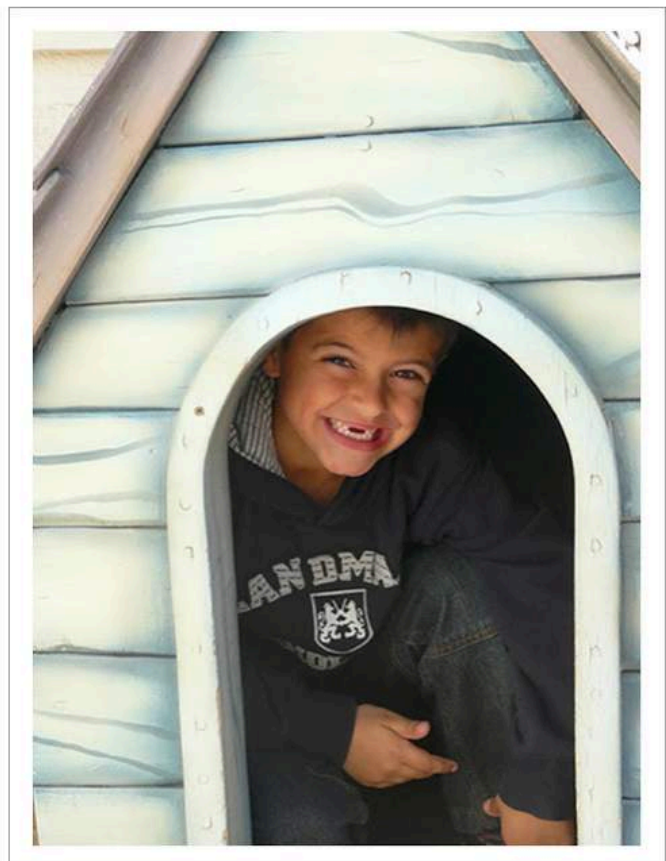
Berta estaba en la peluquería, le habían cortado el pelo y había pedido que le pintaran los labios. ¿Cómo puede ser una niña tan presumida?



### Busca formas que enmarcan

Como podéis ver en estas tres fotos los parques en los que juegan nuestros hijos están llenos de posibilidades para hacer fotos más originales utilizando sus formas y tratando de buscar el ángulo en el que les enmarcan mejor.

Los columpios del parque son una excelente opción para enmarcarlos mientras juegan, saltan o se esconden tras una caseta de colores.





## Las líneas

Podemos encontrar líneas por todos lados: el horizonte, un camino, una pared, una valla... una vez que empezamos a fijarnos, ¡están por todos lados! Pero aprender a usarlas para hacer fotos más atractivas, requiere práctica y mucho movimiento, por eso os hablamos de ellas en esta sección.

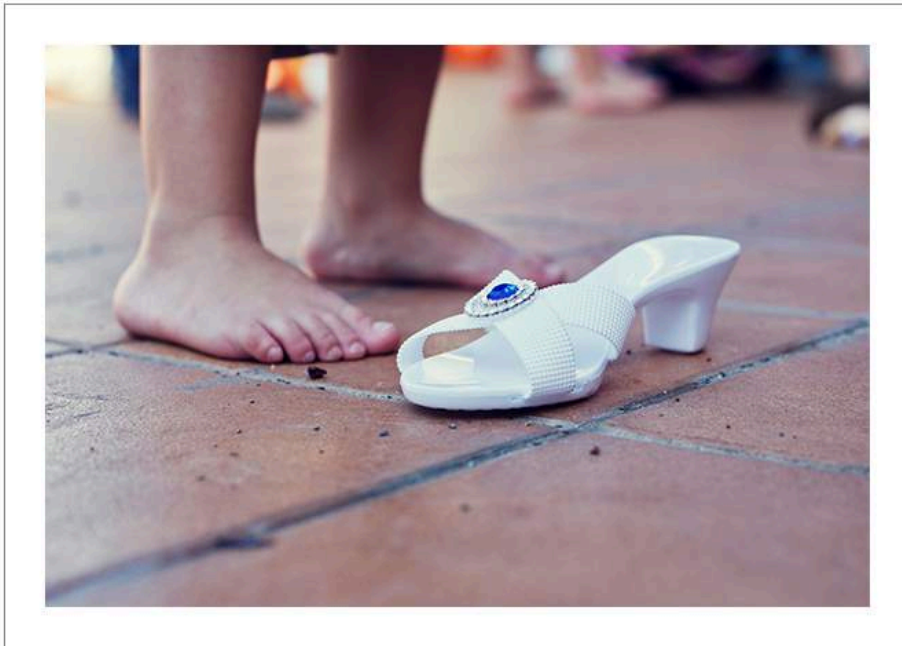
### Las líneas paralelas

Si te encuentras con líneas rectas o paralelas, utilízalas en tus composiciones, enmarcarán la escena a lo alto y puedes conseguir imágenes muy atractivas.



### Líneas diagonales

Las líneas diagonales proporcionan unas imágenes muy agradables a la vista.



### Juega también con las líneas convergentes y en forma de S

Juega con estas líneas creando puntos de fuga, bien con tus hijos al inicio de la imagen o al final. Conseguirás gran sensación de profundidad y guiar la vista perfectamente creando imágenes muy atractivas.

### Crea series con una misma actividad

Si quieres hacer fotos a un momento concreto, como puede ser el momento del desayuno, o en los columpios, o bebiendo agua como en estas fotos, no hagas una detrás de otra sin moverte. Haz una, levántate para la siguiente, acércate, aléjate (físicamente o con el zoom) y consigue así imágenes muy diferentes que te ayuden a crear un collage original!





También puedes crear una serie de este estilo. Los bebés, cuando empiezan a sostenerse sentados parecen pequeñas ranitas. ¡En este caso, Marc aguantó muy poco!





# EL DÍA A DÍA

## 3.1 EL DÍA A DÍA Y SUS PEQUEÑOS DETALLES

En este tema vamos a centrarnos en el día a día de las vidas de los niños. Simplemente su vida, tal cuál es. No se trata de mostrarnos lo guapos que son como la primera semana, o que nos demostréis la energía que tenéis como en la segunda. Esta semana vamos a centrarnos en aprender a captar lo cotidiano, ya sean momentos de risas o de llanto....

A veces nos centramos tanto en fotografiar los momentos más señalados que se nos olvida hacer fotos de esos otros pequeños momentos tan importantes, como cuando empiezan a gatear, a ponerse los zapatos, a comer solos, a lavarse los dientes...



Hay momentos que no son importantes, que ocurren todos los días, pero que se disfrutan mucho y que queremos enseñarles cuando sean mayores. De eso se trata esta semana, de crear un recuerdo de lo que es su vida ahora. Para que se lo podamos contar, para que lo podamos recordar.

Nuestros hijos juegan, leen, hacen deporte, pero también comen, beben, van al baño, duermen, ríen, lloran y hacen infinidad de cosas más durante todo el día. Todo forma parte de su forma de ser y de su pequeño pero inmenso mundo.



Las mejores imágenes que podéis tener para el recuerdo son esas donde los captáis en plena actividad, sea la que sea, pero sobre todo sin alterarlas, mostrando de verdad cómo ocurrió y de qué manera.

## TEN EN CUENTA:

\* Evita o elimina del encuadre los objetos que molesten si no son parte de la historia que quieres contar. Utiliza una apertura grande para el desenfoque si es necesario.

\* No te olvides de los detalles: sus manos cogiendo el biberón, el desorden de los juguetes, su peluche, los pies....



\* Trata de fotografiar algo representativo de su vida o de su edad. Intenta captar momentos con un especial significado para ti o que te gustaría contarles cuando crezcan.

\* Busca la mejor luz. Si quieres hacerle fotos pintando porque te gusta la cara de concentración que pone o como saca la lengua al elegir un color, ponle a pintar en una mesa cerca de la ventana si es posible. Si es un bebé y quieres mostrar como se mira las manos o como coge algo, ponle encima de una cama con una manta blanca, te ayudará a reflejar la luz.

\* Si es de noche y te ves obligado a usar el flash de tu cámara, procura poner un kleenex cubriéndolo, así suavizarás la luz y evitarás brillos innecesarios.

\* Piensa la mejor manera de contar la historia, observa.

## 3.2 CONSEJOS E IDEAS PARA LAS FOTOS DEL DÍA A DÍA

Cuando sean mayores y se vean comiendo un plato de espagueti o balanceándose en un columpio, os lo agradecerán, porque les ayudará a recordar ese instante que fue tan importante para ellos. Y para vosotros, poder captar su día a día, os permitirá verles crecer de una manera ordenada y sin esos altibajos que sentimos cuando hace tiempo que no cogemos la cámara, comparamos las fotos con la última vez, y nos damos cuenta de cuánto han crecido en ese tiempo, cuántas cosas nos hemos perdido y sobre todo, las pocas fotos que tenemos de esos momentos triviales pero tan especiales.



Se un mero observador, un espía, y sumérgete en su universo siendo totalmente invisible. Es importante que seas paciente, que te anticipes a los momentos y que no fuerces nada ni interrumpas con tu cámara. Deja que sigan con su vida y sus quehaceres.



## Consejos

- \* Cuélgate la cámara al cuello durante todo el día.
- \* Pasa desapercibido.
- \* No les molestes.
- \* Deja que se ensucien, jueguen, salten y sean ellos mismos.
- \* Capta imágenes que te emocionen y muestren su día a día.
- \* Disfruta haciendo fotos a tus hijos y siéntete como un artista que plasmará su historia de una manera preciosa.
- \* Arriesgate un poco, son sus fotos, prueba cosas nuevas o diferentes.
- \* Recuerda no hacer todas las fotos desde el mismo punto de vista. Trata de ir asimilando lo aprendido en las dos semanas anteriores, y de ponerlo en práctica.
- \* Juega con el enfoque y el desenfoque.



Si acostumbras a llevar a tus peques en transporte público para ir al colegio o a la compra, por ejemplo, aprovecha esos momentos que nos regalan observando a los pasajeros o bien durmiéndose de cualquier manera, como hizo Lluís aquí, al regresar a casa en tren después de un día agotador.



## La cámara siempre bien preparada

- \* Es fundamental para realizar fotos de la vida cotidiana tener siempre la cámara a mano y no guardada en un cajón o en su bolsa de fotografía. Si te da miedo que la tiren, ponla en la estantería donde no lleguen y quítale la correa para evitar posible tirones.
- \* Deja la cámara en la habitación donde pases mas tiempo con tu familia o en un lugar de paso donde puedas cogerla rápido si te encuentras a tu hijo en el suelo del baño lleno de espuma de afeitar...
- \* Una vez que hagas fotos en casa a menudo, te darás cuenta de cuáles son los parámetros que más utilizas ¿800 ISO y f2.8 y Av? Pues deja la cámara encendida tal cual, para que cuando pase algo puedas conseguir la foto y no pierdas el tiempo trasteando botones. Tampoco dejes la tapa del objetivo puesta ya que el tiempo de quitarla y buscar un lugar donde dejarla, es tiempo que te quita de hacer la foto!
- \* Controla de vez en cuando el nivel de batería y acuérdate de descargar las fotos de la tarjeta para que no se acumulen. Así como ir borrando a medida que la descargues.

## Su espacio

No te olvides de hacer fotos en el lugar que consideran suyo, ya sea su cuna, su habitación, cuarto de juegos, la mesa en la que pintan o la alfombra en la que juegan a los coches!



## Un día en la vida de tu hijo

Si no encuentras tiempo para hacer las fotos de esos pequeños momentos, dedica un día cada 6 meses a fotografiar la vida de tu hijo. Haz fotos de su día a día, de cómo se peina, se viste o se pone los zapatos, de como deja la mesa del desayuno cuando termina, de su cara sucia de tomate, de sus pies, de sus dedos con espuma, de la bañera con todos sus juguetes, de su biberón, de como se pone de puntillas para llegar a una balda. Busca los detalles que te hacen sonreír y que te gustaría recordar siempre. Este es un ejercicio que es un regalo para ti y para él. No te separes de la cámara en todo el día.

## Una foto al día durante un mes

Es un proyecto que realizan varias fotógrafas actualmente y que consiste en dedicar un mes al año a hacer una foto al día que represente la vida de tus niños. Se trata de captar un momento y una emoción diferente cada día.

Si lo quieres hacer perfecto, elige el mismo mes todos los años, y haz un álbum de cada año.



Cuando un niño empieza a gatear (o a reptar como en el caso de Samuel...) es algo muy significativo de lo que tienes que intentar conseguir una buena imagen. En esta foto, hecha encima de la cama ,se aprovechó el tamaño de la alfombra lisa para hacer un encuadre muy limpio.

## 52 Semanas

Es un proyecto que consiste en hacer una foto a la semana durante todo el año. Ahora algunas blogueras en España han empezado a hacerse una foto con sus hijos todas las semanas, pero si queréis ver ejemplos, algunas de las fotografías del 10 en el día 10, hicieron el año pasado este todos los viernes, como es el caso de [the red balloon photography](#).



## 365 días

Hay otras personas aún más dedicadas a esto que realizan proyectos de una foto al día durante un año. Es un proyecto maravilloso para mejorar nuestra técnica, pero requiere mucha perseverancia!

[Grethel van Epps](#) es una fotógrafa que hace este proyecto y [aquí](#) podéis ver el vídeo del 2011.



Aunque esta semana nos estemos centrando en el día a día, queremos recordaros que también hay que fotografiar esos momentos especiales de su vida. Cuanto más acostumbrados estéis a usar la cámara, más rápido haréis estas fotos y más tiempo podréis dedicar a disfrutar del momento.

## Los pequeños logros

El primer paso, la primera vez que se abrochan el zapato o cuando empiezan a montar en bici son momentos que a todos los padres les gustaría tener en fotos.

Si te acostumbras tú y les acostumbras a ellos a tener la cámara siempre encima, podrás hacer fotos del primer día que va en patinete o nada sin manguitos. No hay absolutamente nada como la felicidad y el orgullo que muestran en ese momento. Esta era la primera vez que Lluís usaba unas gafas de snorkel y estaba súper feliz. Se le nota, verdad?



Pero os repito, no forcéis la situación. No estropeéis el momento pidiéndole que te mire 20 veces, simplemente háblale, muéstrale tu emoción igual que lo harías sin la cámara en la mano. Y luego déjala y disfruta de ese momento con él.

## Sus aficiones

Si le gusta algún deporte o instrumento, o simplemente pintar, vestirse de princesa o de superhéroe, no te olvides de hacerle fotos. Aunque nos acostumbremos a que se pase el día en casa con su vestido de princesa y sus tacones o que duerma con sus zapatillas de fútbol, un día dejará de hacerlo...



## Los cumpleaños

Hay veces que hay tanto jaleo en los cumpleaños que es difícil hacer fotos de los niños y en el momento de soplar las velas que te sientas junto a él es casi imposible, pero si ya estás acostumbrando a manejar la cámara, será algo rápido, haz la foto y sigue con el momento. No es esta la situación para practicar y hacer 50 fotos. Haz 5 y sigue cantando y aplaudiendo después. Y si no, deja la cámara preparada y pídele a alguien que la haga.

Y no se te olvide observar, puede ser que tu sobrino o el hermano del cumpleaños este en su mundo disfrutando de la tarta y puedas hacer una foto del momento.



## Las funciones del cole

Son momentos muy importantes que te gustará recordar. Cuando veas estas fotos te emocionarás igual o más que el mismo día de la función. No hay padre o madre que no se le humedezcan los ojos al ver a sus pequeños en el escenario como auténticos artistas.



# LA FAMILIA

## 4.1 LA FAMILIA

En el tema de las fotos de familia ya no se trata sólo de los niños, sino de vosotros, los padres. Da igual que os veáis con barba, con el pelo descuidado o con unos kilos de más. Vuestros niños merecen tener fotos vuestras, fotos de la familia.



Cuando crezcan sólo van a ver lo bonito de ese momento, y como mucho os podréis reír del pelo despeinado o la cara de dormido ¿no lo hemos hecho todos eso de preguntar a nuestros padres en que pensaban llevándonos así vestidos o peinándose así?

Capta momentos divertidos que después seguro que os harán sonreír, y que os lleven a esa pregunta tan formidable: ¿te acuerdas de este momento?





Momentos únicos, donde unos primos se conocen y el mayor coge al pequeño en brazos por primera vez.

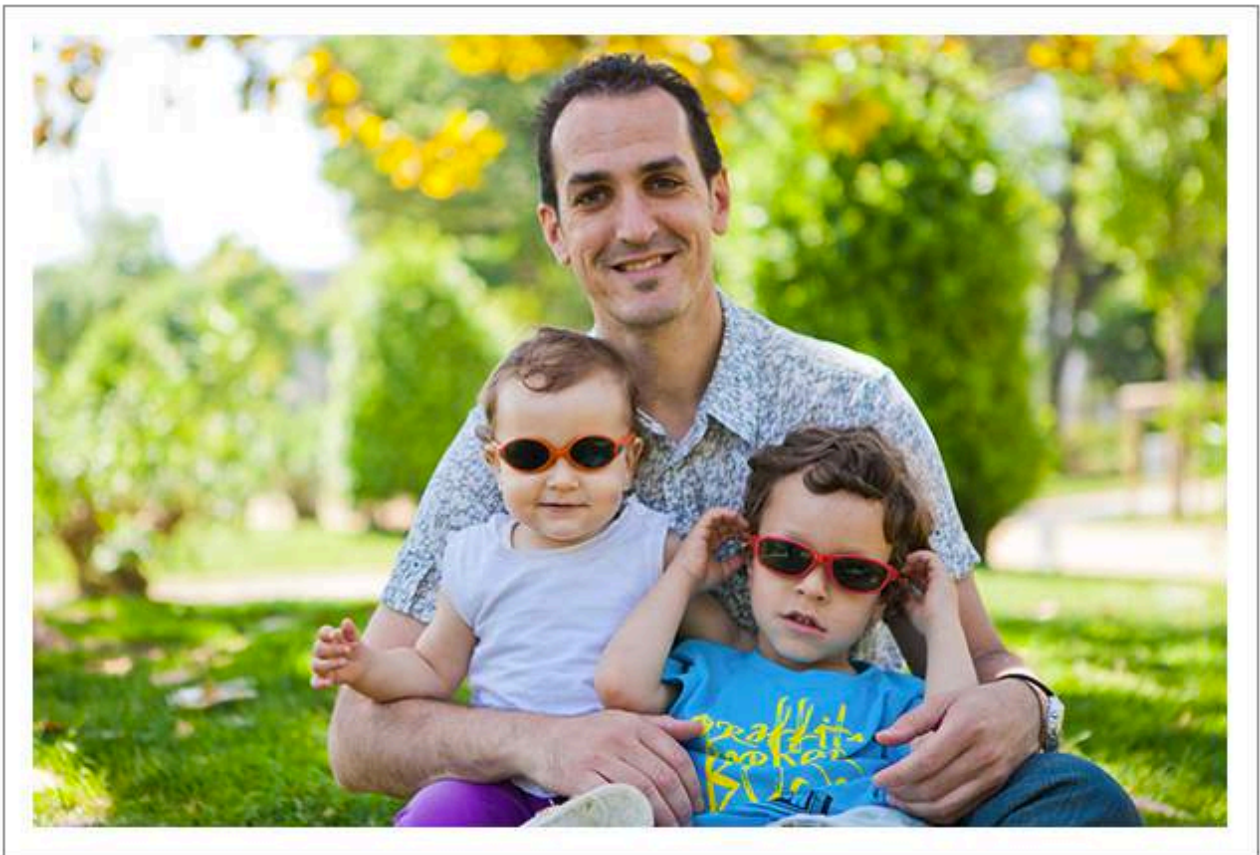


Vence la pereza y busca la manera de tener fotos de todos juntos o fotos en las que salgas tú que eres el que las hace siempre, prepara la cámara si hace falta para que te puedan hacer una foto como a ti te gusta, o déjate llevar y no busques que sea perfecta.



## Recomendaciones:

- \* Utiliza un número  $f$  a partir de 4 y vete aumentándolo (5.6, 8...) según el número de personas que haya y que quieras tener enfocadas.
- \* La profundidad de campo: recuerda que las personas que están en un mismo plano serán las que salgan enfocadas y hacia atrás o hacia delante del enfoque estará más o menos enfocados según el número  $f$  utilizado. Así que jugando con el número  $f$  en una foto con varias personas puede cambiar mucho la imagen.
- \* Trata de centrarte en hacer una foto de algo que hagáis juntos normalmente. No es necesario que consigáis un retrato perfecto, pero si una imagen perfecta de un momento vuestro. Puede ser el momento de leer el cuento, de jugar a los coches en la alfombra, de quedarse dormido en vuestros brazos.... Pero la foto la tienes que preparar tu y no pedirle a alguien que os la haga!
- \* Al centrarnos en más de una persona, esta semana es importante que prestes especial cuidado a la luz, y que trates de hacer la foto en un momento del día que te permita usar un número  $f$  más alto.
- \* Mucho cuidado con los cortes, al haber varias personas en la imagen, es fácil no darse cuenta de que hay una oreja cortada.
- \* Fíjate mucho en las luces y las sombras, no dejes que una persona este en la sombra y la de al lado al sol con marcas en la cara. Trata de que toda la luz sea lo más uniforme posible en la imagen, tanto en las personas que están en ella como en el resto del encuadre.
- \* Observa. Cualquier momento puede ser bueno, no esperes al momento perfecto. Esta foto de Alicia y Mateo se hizo mientras le ataba los zapatos.



\* Aprovecha los momentos en los que están distraídos para hacer fotos de esa relación tan especial. Si sabes que tu hijo se divierte jugando al escondite con su padre, coge la cámara y estáte preparada para captar su complicidad. Y a lo mejor con suerte, al ver la foto te das cuenta de que tienen la misma sonrisa picarona.

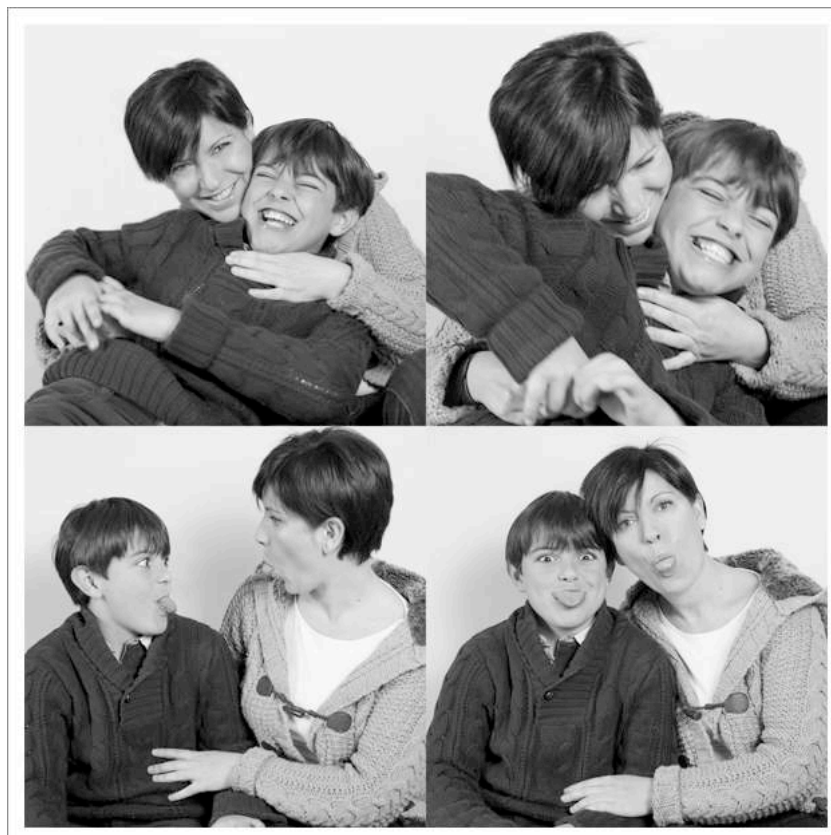


## 4.2 CONSEJOS E IDEAS PARA LAS FOTOS DE FAMILIA

### Consejos

#### Consejos para incluirte en las fotos

- \* Cámara apoyada en una mesa, en libros, en el sofá, en el suelo... pero siempre con seguridad.
- \* Si tienes trípode, utilízalo.
- \* Sujeta tú la cámara.
- \* Poneos delante de un espejo y haz la foto.
- \* Utiliza el self timer de la cámara.
- \* Compra un disparador remoto.
- \* Pide a alguien que os haga la foto, pero esta semana no, esto es sólo para recordaros que no pasa nada por pedirle a alguien que te haga una foto.





## Hacer fotos con otros familiares

\* Haz fotos de los **hermanos** jugando, peleándose y abrazándose. No muestres sólo un lado de su relación.



A veces, es que no hay nada como compartir tus galletas con tu mejor amigo y que alguien se esconda entre las plantas para hacerte la foto y contártelo cuando seas mayor...



Prepara una actividad al aire libre en un sitio que te guste para que estén distraídos y puedas hacerles fotos mientras juegan o les propones retos.



\* Si tus hijos tienen la suerte de tener **abuelos** no perdáis la oportunidad de hacerles fotos con ellos. La relación que los niños crean con ellos suele ser muy especial y a todos nos gusta tener fotos de esos momentos compartidos.



\* Lo más difícil es conseguir fotos de **la familia al completo**, siempre falta alguien, no sabéis cómo colocaros, etc. Así que nuestro primer consejo es que no haya más de dos filas para que no haya desenfoque entre unos y otros. Si estáis de pie, las personas de las esquinas que creen una curva en lugar de que sea todo una línea recta. No hace falta que todos miren, si hay interacción entre algunos de los miembros, mucho mejor.

## Las actividades familiares

Los paseos por el parque o los días que nos juntamos con más miembros de la familia son siempre una buena oportunidad para hacer fotos de todos juntos pues podemos pedirle a alguien que nos haga la foto. Estamos todos más relajados y nos apetece jugar y divertirnos.



Las actividades que hacemos los fines de semana como montar en monopatín, son una buena oportunidad de dejar en fotos tu presencia en su vida.

¿Y los juegos de mesa? Son perfectos! Deja la cámara a un lado y encárgalos los dos de ir haciendo fotos de vez en cuando!





## Las excursiones

Aprovecha esas visitas al zoo que tanto les gustan, para captarlos con cualquier expresión, o ensimismados observando el acuario de las focas.



Un día en el campo con amigos jugando a esconderse...

## Los viajes o vacaciones

Esta es la ocasión en la que estamos más acostumbrados a llevar la cámara, y a veces nos pasa lo contrario al resto del año, que queremos hacer fotos de todo! Pero hay que ser selectivo y que nuestro objetivo sea captar los momento especiales de esos días, y no sólo lo bonito que es el mar o lo guapos que iban para dar el paseo de la tarde. En estos días de descanso se trata de captar lo relajados y felices que estáis de pasar unos días juntos, ¿verdad?

Aprovecha esos días de playa al máximo y capta momentos divertidos y únicos que posiblemente no se vuelvan a repetir.

Lluís, como es un experto ya en snorkel, le enseñaba a su amiguita María a ponerse bien las gafas y a respirar por el tubo.





Las piscinas y las playas son lugares ideales para captar momentos únicos y de relación entre hermanos, primos o amigos...



# RETOQUE DE IMÁGENES

## ADOBE BRIDGE

Funcionamiento y clasificación de imágenes

## CAMERA RAW

Estructura y herramientas

Revelado en color

Reducción de ruido y enfoque

## PHOTOSHOP

La pantalla principal y sus herramientas

Herramientas de utilidad

Edición básica en color

Blanco y negro

Cómo crear un marco

Retoque de manchas e imperfecciones

Retoque de ojos

El enfoque

Acciones, qué son y cómo se utilizan

*(Haz clic en el título para acceder al tema que corresponda)*

# ADOBE BRIDGE

## Funcionamiento y clasificación de imágenes

Adobe Bridge va incluido dentro del paquete de Photoshop. Es su visualizador de imágenes y muy sencillo de utilizar.

Si seleccionamos la visualización Básica nos aparecerá a la izquierda (1) la lista de carpetas de nuestro ordenador y desde ahí podemos navegar para seleccionar las fotografías que queremos ver.

En el centro vamos viendo las imágenes que tenemos en dicha carpeta.

Y ya si vamos a la derecha (2) encontramos los Metadatos, que son como el DNI de la foto. Éstos nos cuentan cómo se ha tomado la foto (apertura, velocidad, ISO, tamaño, etc)



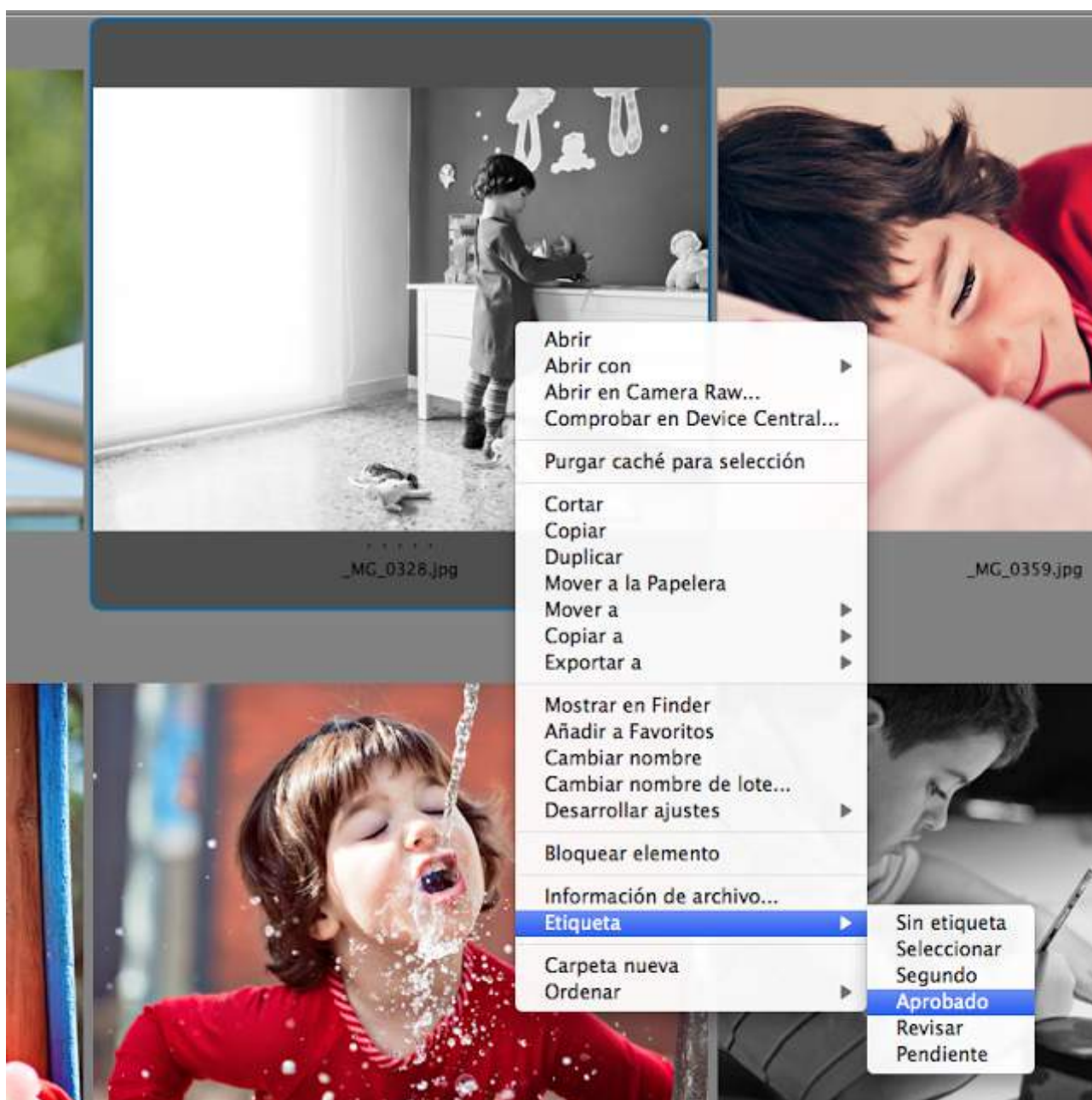
Ahora vamos por partes para que lo veáis mejor.

En la parte superior podemos seleccionar la visualización, girar las fotos o bien hacer búsquedas por estrellas o por nombre:

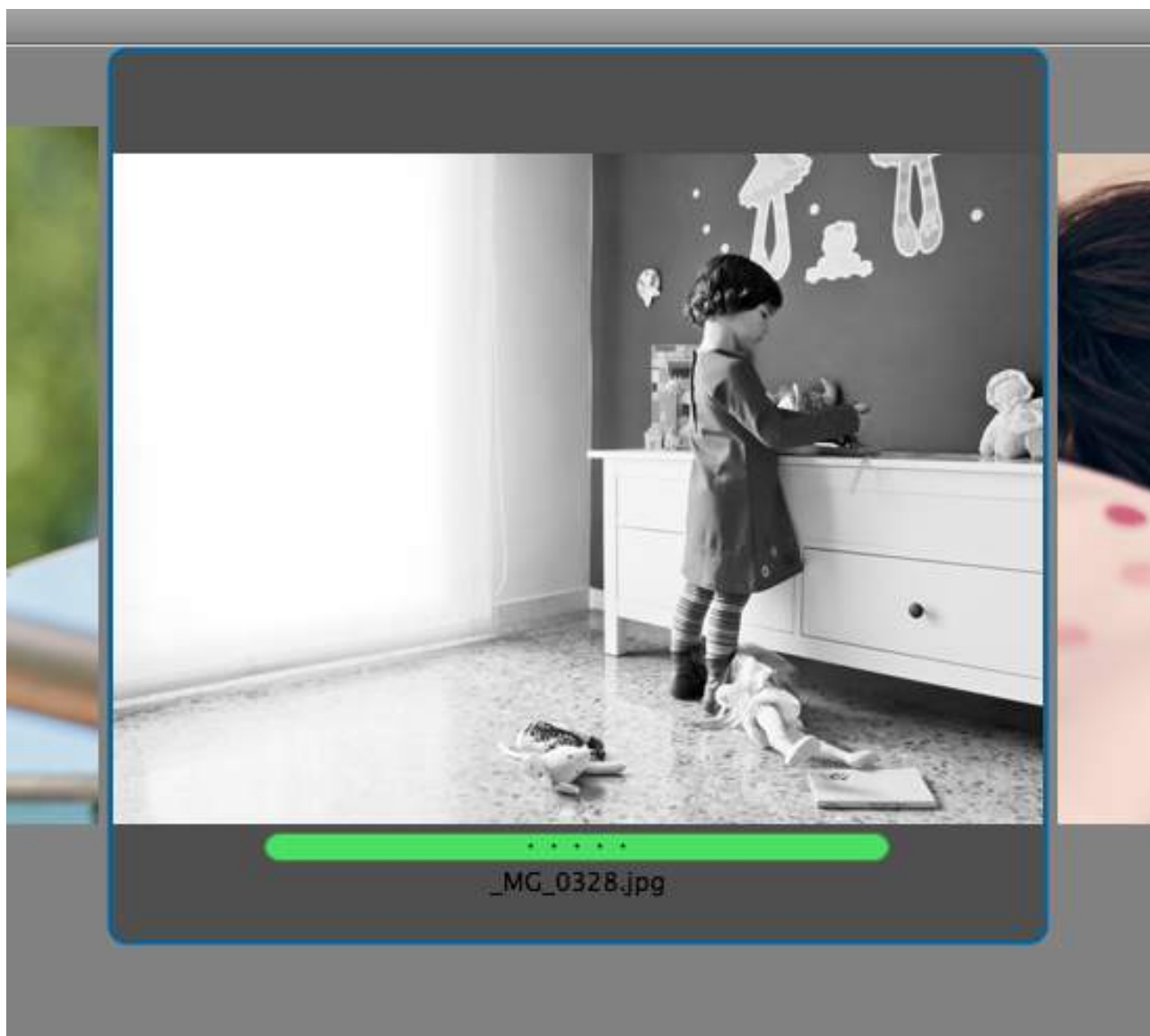


¿Qué son las estrellas o etiquetas? Las etiquetas nos permiten clasificar las imágenes y añadirles una etiqueta de color. De este modo, cuando descargamos la tarjeta de memoria de la cámara podemos hacer un primer visionado y marcar las que a una primera vista ya nos gustan o queremos editar.

Para añadir una estrella es muy sencillo, sólo tenemos que ponernos encima de la imagen que queremos, clicar con el botón derecho del ratón, seleccionar Etiqueta y allí escoger la que queramos.

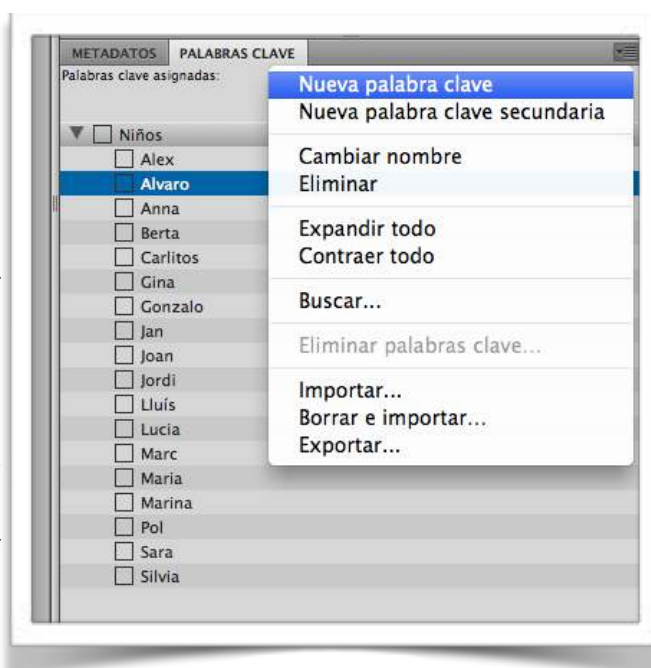


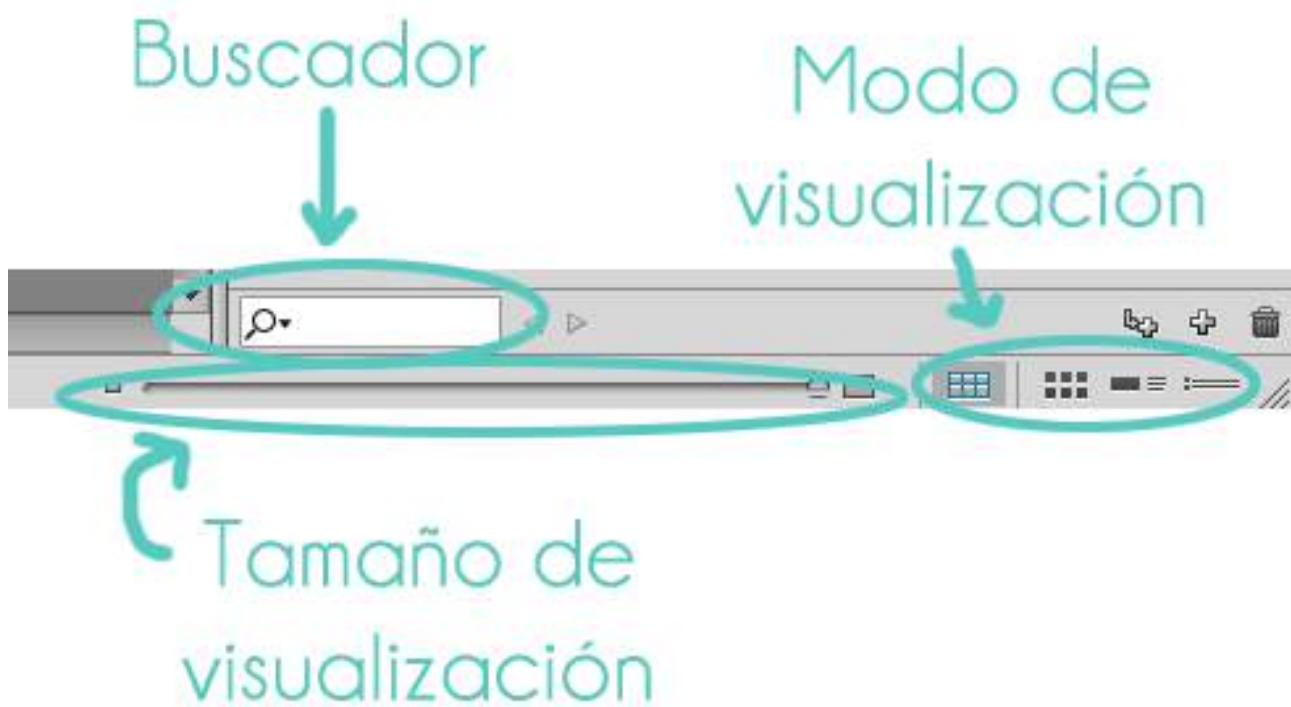




Podemos etiquetar varias fotos a la vez, no es necesario hacerlo una por una. Para ello seleccionamos las fotos a las que queremos añadir la misma estrella manteniendo pulsada la tecla Ctrl o Cmd.

También podemos clasificar las fotos por palabras. Junto a los metadatos vemos una pestaña que se llama Palabras Clave. En esta pestaña podemos añadir todas las palabras que queramos, así como crear un grupo. Seleccionando la palabra y añadiéndola a cada fotografía que seleccionemos, cuando busquemos por ejemplo fotos de Juan y las tengamos marcadas con su nombre, nos aparecerán todas en el visualizador.

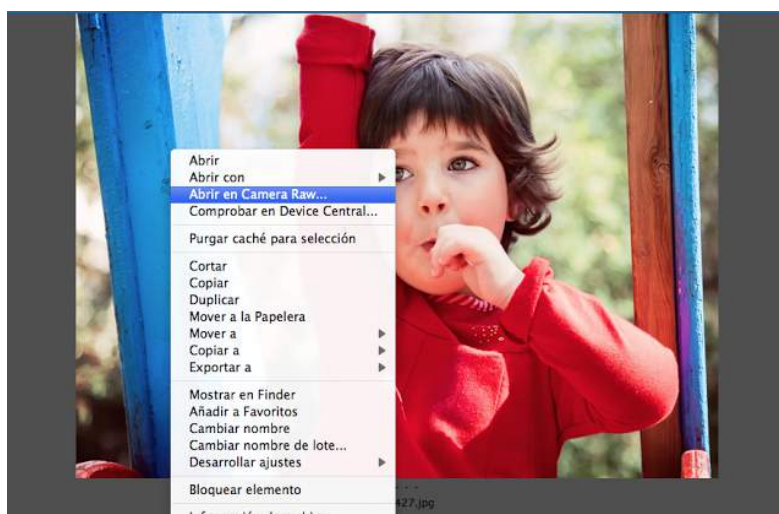




En la parte inferior de la pantalla, a la izquierda, también podemos variar el modo de visualización, el tamaño de las imágenes a la hora de verlas o hacer una búsqueda:

Como veis, Bridge es un visualizador muy sencillo y muy cómodo de utilizar, y es muy necesario para poder acceder a Adobe Camera Raw para poder revelar nuestras imágenes.

Para poder acceder a Camera Raw para revelar una imagen en Raw sólo tenéis que hacer doble click sobre la imagen y automáticamente el programa se os abrirá. Si vamos a revelar un jpg, lo más cómodo es ponernos encima de la imagen, clicar con el botón derecho del ratón e indicarle que la abra en Camera Raw:

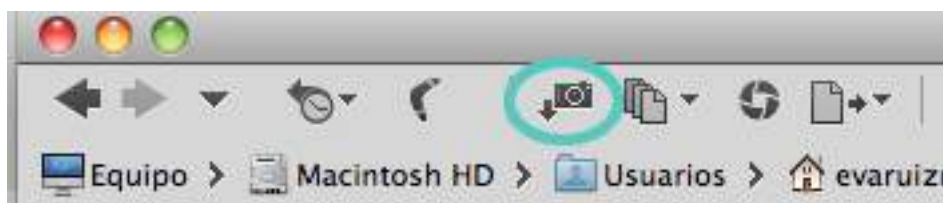


La edición en Camera Raw la veremos en el siguiente capítulo.

## Consejos

Uno de los problemas que solemos encontrarnos a la hora de descargar nuestra tarjeta de memoria en el ordenador, es que no sabemos cómo guardar esas imágenes ni donde. Lo más aconsejable es crearse una carpeta por evento, es decir, una carpeta para el cumpleaños, otra para el día a día, otra para el zoo, y todas las que sean necesarias. Una vez en cada carpeta siempre podemos cambiar el nombre del archivo manteniendo su extensión (jpeg, tiff, CR2, NEF, etc) para no tener problemas. También disponéis de las etiquetas y de los nombres clave como hemos explicado antes, que os facilitarán la búsqueda.

Podéis descargar vuestra tarjeta desde el mismo Bridge. En la parte superior veréis un icono para este proceso:



Os identificará al momento la cámara y os preguntará dónde queréis guardar las fotos, en qué carpeta, y si no existe aún, podéis crearla desde ahí mismo. También os puede crear una subcarpeta con la fecha de realización de las fotos, algo que es muy cómodo.

Lo que sí es muy importante es que una vez descargada la tarjeta de memoria eliminéis todas esas fotos que a primera vista ya veis que están mal o que no os gustan. Evitaréis así sobrecargar el disco duro de vuestro ordenador y consumiréis menos memoria. Si lo hacéis al momento (son 2 minutos) evitaréis estar guardando fotos que no sirven para nada y no se os acumularán.

# CAMERA RAW

## Estructura y herramientas

Antes de empezar con la edición en Camera Raw vamos a ver las partes que lo componen y para que sirven las más fundamentales, y sobre todo, las que vamos a utilizar en este taller.

Camera Raw permite hacer una edición completa, podemos variar el tono, la luz, el contraste, reducir ruido, enfocar, recortar, corregir distorsiones, viñeteados, etc, ya que es un revelador muy completo.

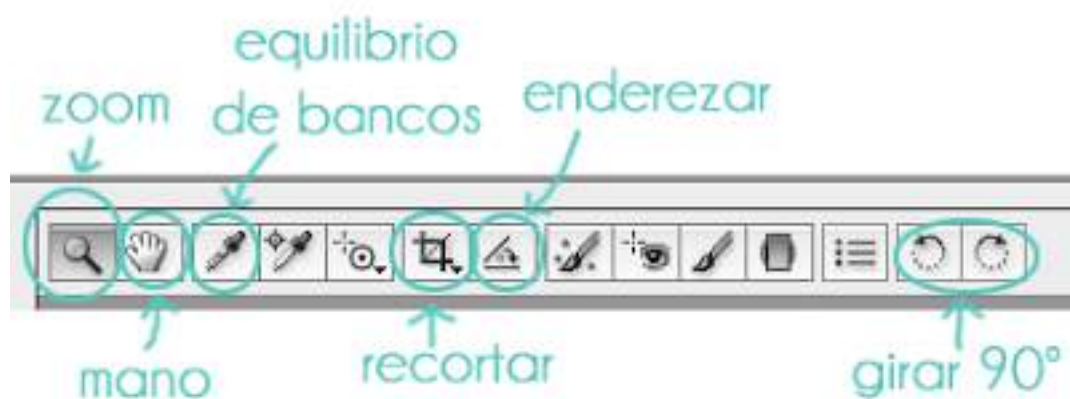
Cuando abrimos una imagen en Camera Raw nos aparece esta pantalla:



Vamos ahora a verla por partes.

En la parte superior izquierda tenemos varias herramientas:





**Zoom:** Nos permite ampliar la imagen en pantalla tanta como queramos. Manteniendo el ratón pulsado junto con la tecla Shift o alt en mac, podemos reducirla.

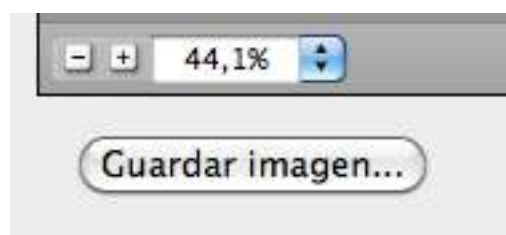
**Mano:** Cuando tenemos la imagen ampliada, la herramienta mano nos permite desplazarnos por toda la imagen.

**Equilibrio de blancos:** nos ayuda a equilibrar el tono de la luz, con esta herramienta hacemos click en una zona blanca de la imagen o en el blanco de los ojos y automáticamente nos variará el tono y se ajustará a la realidad.

**Recortar:** Permite recortar la imagen como queramos.

**Enderezar:** Si nuestra imagen está ligeramente inclinada o torcida, nos permite enderezarla. Lo que hace es girarla los grados que crea necesarios y recortarla, por lo que hay que tener en cuenta que perderemos zonas de nuestra foto.

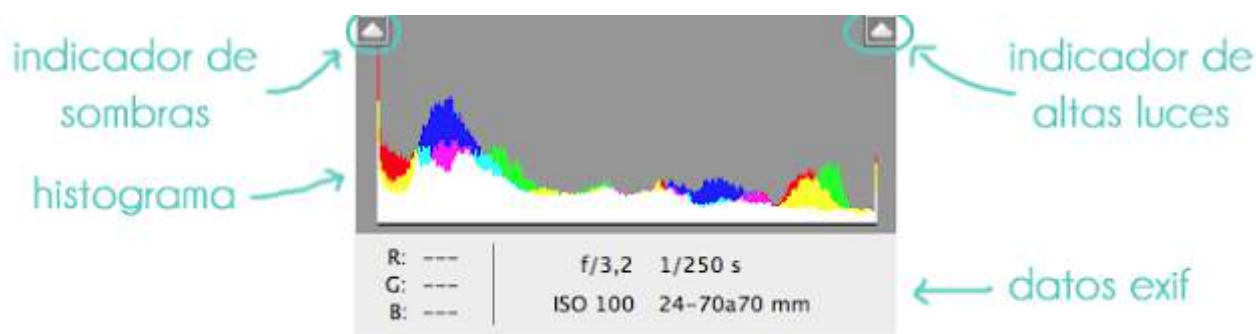
**Girar 90°:** Si en Bridge no hemos girado nuestra imagen, podemos hacerlo aquí.



En la parte inferior izquierda nos aparece el zoom, que podemos variar cuanto queramos, y el botón Guardar imagen. Este nos permite guardar la imagen en el formato que queramos y en la carpeta que seleccionemos sin necesidad de pasar por Photoshop.

Veamos ahora qué tenemos a la derecha.

En la parte superior, lo primero que nos aparece es el histograma con unos indicadores:



El **indicador de sombras** se manifiesta en la imagen tintando las zonas oscuras de color azul, y el **indicador de altas luces** marca las zonas quemadas en color rojo. Es muy recomendable tener estos indicadores seleccionados ya que nos ayudarán muchísimo en nuestro revelado.

El **histograma** es quien nos explicará cómo tenemos las luces y los tonos en nuestra imagen, si está subexpuesta, sobreexpuesta o correcta. Todo dependerá también de la cantidad de negros y blancos.

Los **datos exif** son lo mismo que los metadatos que ya vimos en Adobe Bridge. Éstos indican la apertura, velocidad, ISO y el objetivo que se ha utilizado así como la focal, para hacer la foto.

Bajo el histograma tenemos el menú de edición y revelado de Camera Raw. Trabajaremos fundamentalmente con el **Básico** y aquí podemos variar la temperatura de color, la luz, el tono, contraste, brillo, etc. tal como veremos en el artículo destinado al revelado.



Todos los valores desde inicio se encuentran a 0 excepto la Temperatura y el matiz, que siempre nos dará los mismos y deberemos ajustar, así como los Negros que siempre

estarán a 5, el Brillo a +50 y el Contraste a +25. Como decimos, estos valores son por defecto, después en el revelado los ajustaremos a nuestro gusto.

Continuemos en la parte inferior donde encontramos en el centro una serie de datos:

Adobe RGB (1998); bit 16; 3861 por 2574 (9,9MP); 240 ppi

Si clicamos sobre ellos se abrirá la pantalla de información. Ésta nos indica el perfil de color, profundidad en bits y tamaño de la imagen, así como la resolución. Es recomendable revelar siempre a 16 bits ya que éstos nos permitirán trabajar sobre más calidad. En el desplegable podéis variarlo sin problema:



Y para terminar, en la parte inferior derecha encontramos tres botones:

**Abrir imagen:** Una vez revelada en ACR (Camera Raw), podemos abrir la imagen en Photoshop para seguir editándola si lo deseamos.

**Cancelar:** Cancela todo lo que hayamos hecho y no guarda absolutamente nada, así que cuidado.

**Hecho:** Guarda los ajustes realizados en ACR en el mismo raw o jpeg que hemos abierto desde Bridge.



## CAMERA RAW

### Revelado en color

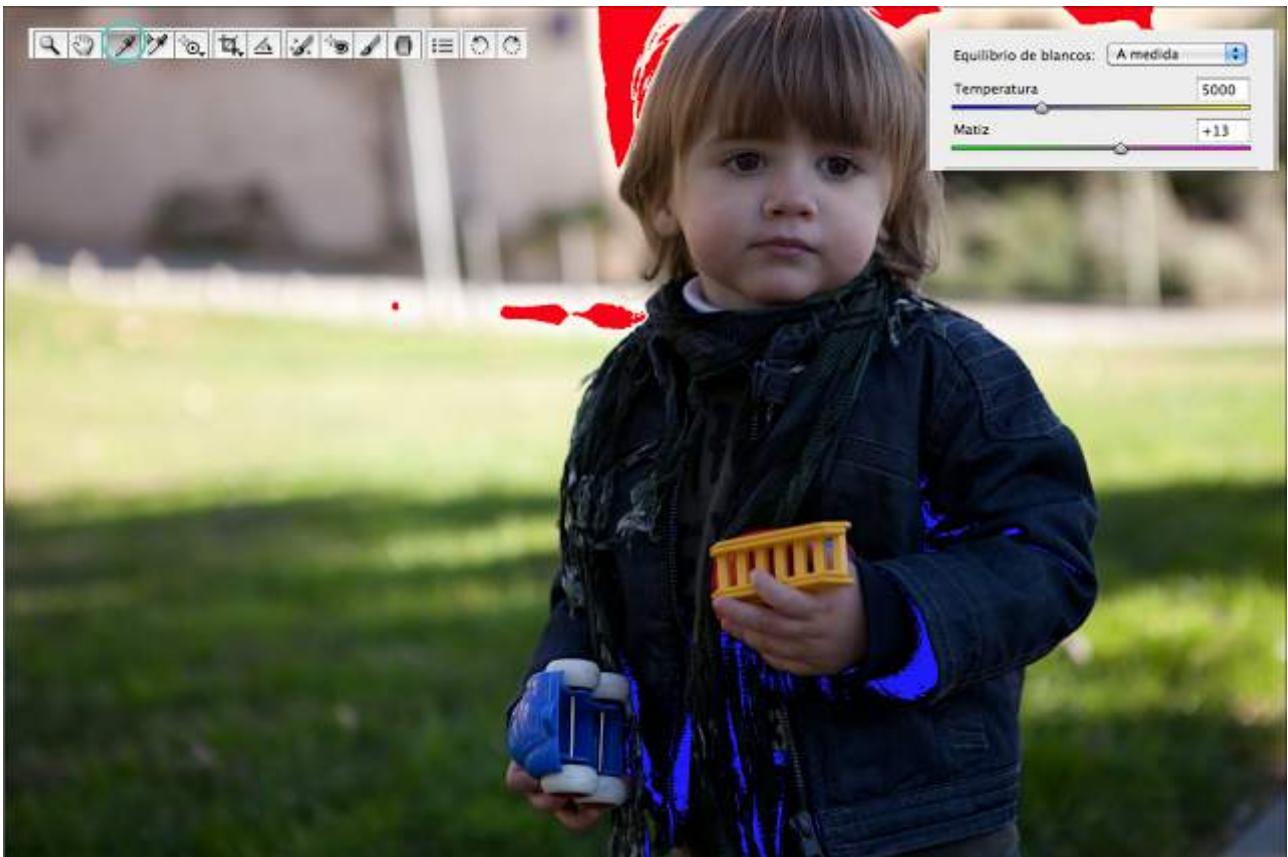
Vamos ahora a revelar una imagen en ACR (Camera Raw) variando varios ajustes. Para ello abriremos nuestra imagen desde Bridge como hemos explicado.



Como veis, al tener los indicadores de luces altas y sombras activados, automáticamente ACR me indica esas zonas que hay que mejorar.

Pero vamos a ir por orden, ya que lo primero que encontramos en el panel Básico es la temperatura (equilibrio de blancos) y el matiz.

Para equilibrar los blancos seleccionaremos el cuentagotas destinado para ello y haremos clic en una zona blanca de la imagen, en este caso lo haré sobre el blanco de los ojos del niño:



Si comparáis con la imagen anterior, el tono es ya más cálido, no tan azulado y frío.

Vamos ahora a hacer desaparecer esas señales de altas luces, para ello vamos a tocar la Recuperación:



Al aumentar la Recuperación eliminamos zonas quemadas, pero hay que ir con cuidado en no excederse ya que si no nos varía el tono convirtiendo los colores en muy pastelosos y sin vida.

Ahora vamos a dar luz para reducir las zonas de sombras duras que tenemos marcadas en azul, para ello utilizaremos la Luz de relleno, que nos iluminará las partes oscuras sin tener que aumentar la exposición y que se nos vuelvan a quemar las zonas de luz alta:



Ya tenemos las luces altas y las sombras duras arregladas. Ahora podemos dar algo de contraste a la imagen.

No he tocado nada de Brillo ni negros que ya no me interesa oscurecer ni aclarar más. Al dar contraste marcamos más los relieves, pero debemos ir con cuidado de no pasarnos porque oscureceríamos mucho las partes oscuras y por el contrario, volveríamos a tener zonas quemadas en la imagen.

Una vez realizados todos estos pasos podemos aumentar un poco los colores. Se puede hacer de dos maneras, con Intensidad o con Saturación. Lo que diferencia una de la otra es que Intensidad, como la palabra indica, intensifica los tonos. La Saturación lo que hace es ir añadiendo píxeles de color y si nos pasamos pueden aparecer halos y distorsiones cromáticas que no nos interesan.





Veamos el antes y el después:







## Consejos

Cuando nos ponemos a revelar, muchas veces no sabemos por donde empezar. Es muy aconsejable fijarse en el histograma, éste debe mostrar una gráfica centrada si en la imagen no hay exceso de negros y blancos. También es muy importante tener en cuenta los indicadores de luces altas y sombras duras, nos ayudarán mucho como guía a la hora de revelar.

Debemos obtener siempre una imagen lo más real posible, sin colores demasiado estridentes ni negros muy marcados.

Si dudamos en tener la luz correcta no hay nada mejor que hacer varias pruebas deslizando los cursores de Exposición y luz de relleno para ver cómo varía la imagen de una manera u otra.

Pero no hay nada mejor que la práctica, así que os aconsejamos que reveléis varias imágenes distintas para ver cómo afecta cada valor y cada ajuste.

# CAMERA RAW

## Reducción de ruido y enfoque

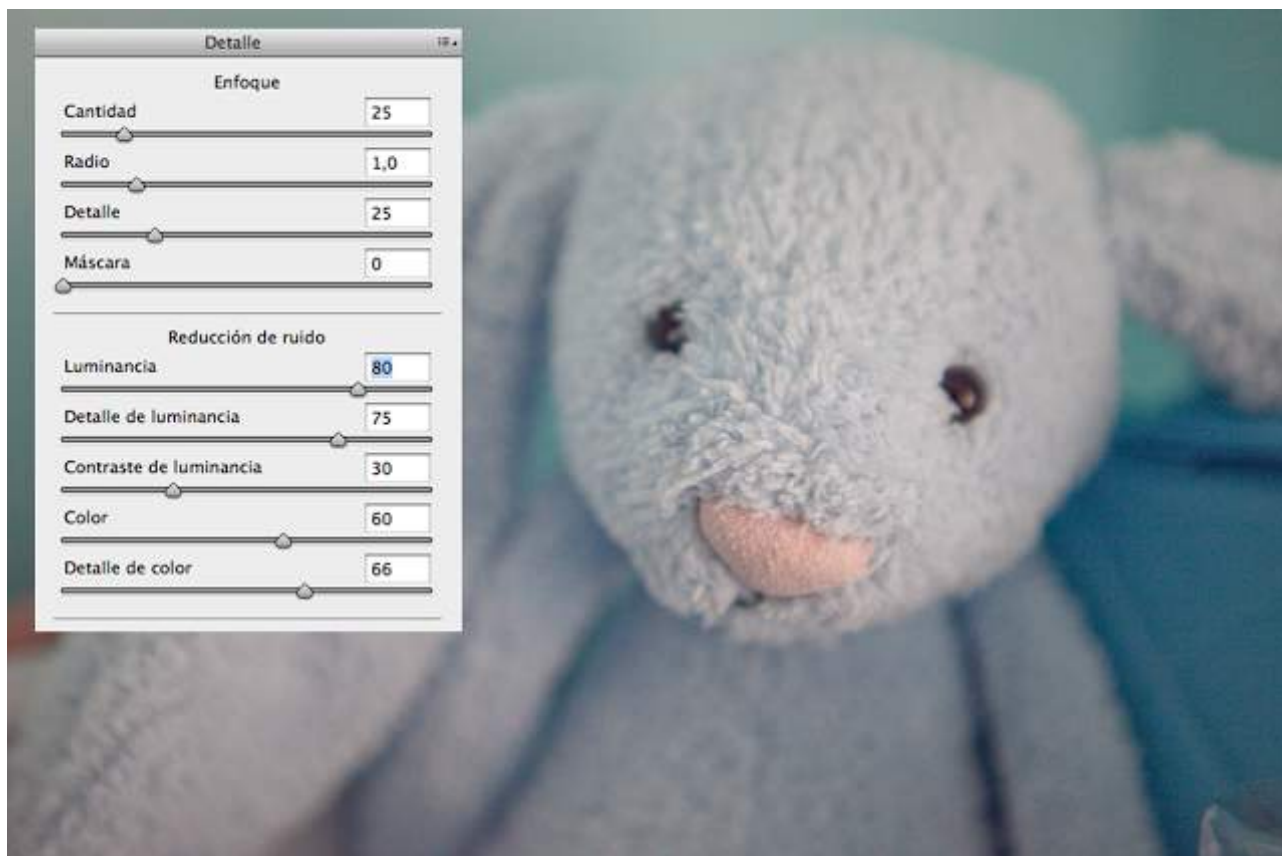
### Reducción de ruido

Como ya hemos explicado en el tema de los [componentes de la exposición](#), si utilizamos un ISO muy alto nos puede aparecer ruido o grano en nuestra imagen. A veces este grano puede estropear la foto pero podemos solucionarlo en el revelado.

Para este ejemplo he utilizado esta imagen con un ruido aumentado ya que mi cámara, aunque utilice un ISO elevado, la cantidad de grano que aparece es muy poca.



Una vez hemos ajustado los valores de nuestra imagen en la pestaña [Básico de ACR](#), iremos a la pestaña [Detalle](#). Allí encontraremos dos apartados, Enfoque y Reducción de Ruido en Luminancia. Vamos a ver cómo funciona la reducción de ruido.



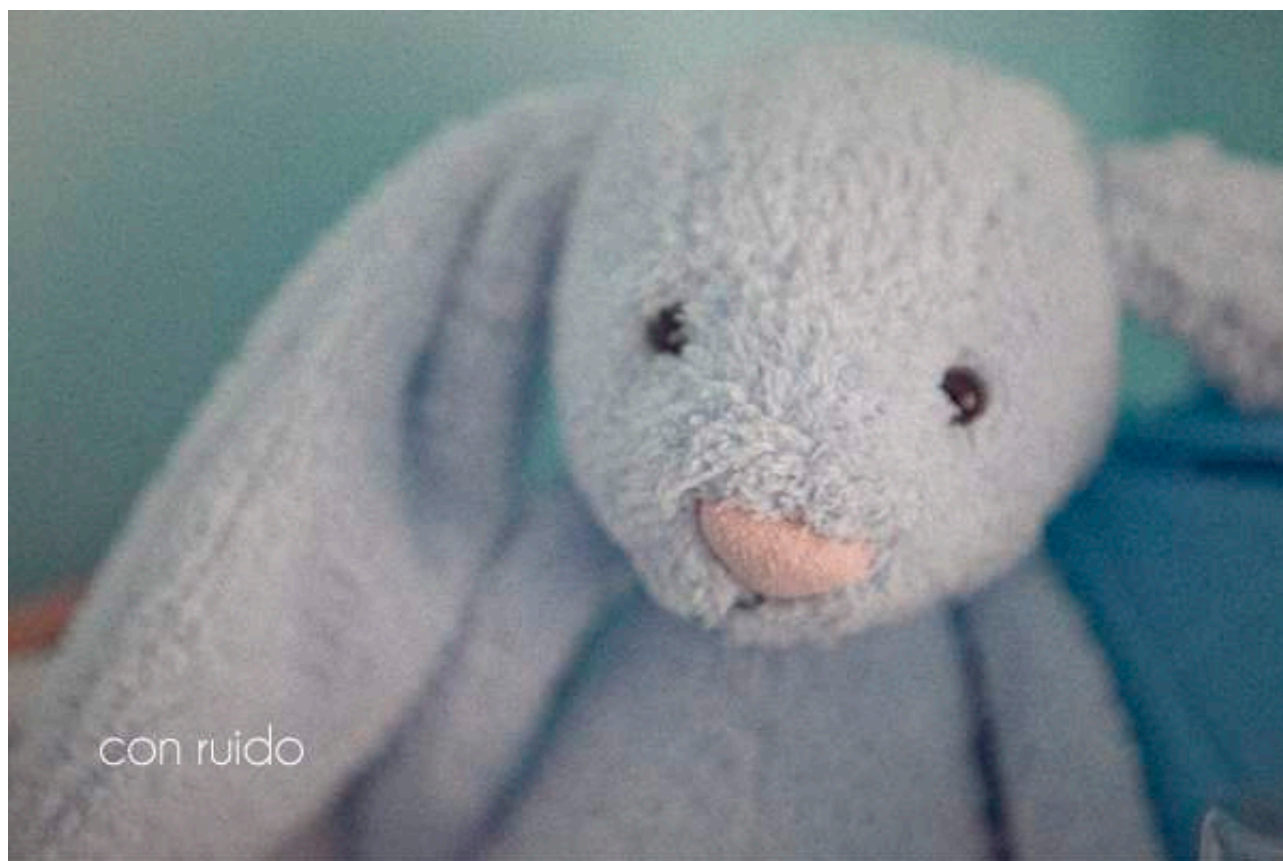
Los valores que tenemos de Enfoque no los vamos a tocar de momento, ya que nos interesa es reducir el ruido en la imagen. Para poder realizarlo variaremos estos valores:

**Luminancia:** La reducción en luminancia actúa con un simple desenfoque para suavizar el grano.

**Detalle de luminancia:** Lo aumentaremos un poco para que el desenfoque aplicado en el valor anterior no nos haga perder detalle de la imagen.

**Contraste de luminancia:** Ocurre lo mismo que con el Detalle, así que lo aumentaremos un poquito para no perder información.

**Color y Detalle de color:** También podemos aumentarlo un poco para no perder así información con la reducción de ruido.





## Enfoque

Como ya sabemos, un archivo RAW es una imagen en bruto por lo que necesitaremos, además de revelarla, aplicar un poco de enfoque.

Partiremos de esta imagen donde ya vemos que falta enfoque, sobre todo en los ojitos de la niña:



Para ello volveremos a la pestaña [Detalle](#) y allí enfocaremos de la siguiente manera:



Aumentaremos la Cantidad sin tocar el Radio, ya que si variamos el Radio pueden aparecer aberraciones. El Detalle podemos aumentarlo también aunque ACR ya nos da unos valores prefijados que suelen funcionar. Y en Máscara lo dejaremos a 0 para que no aparezcan distorsiones.

Aquí podéis ver la diferencia con el antes y después del enfoque en la zona de los ojos, que es donde más nos interesa aquí:



## Consejos

Nunca enfoquéis antes de reducir el ruido ya que cuando enfocamos, enfocamos todo. Por lo que el ruido también se enfocará. Así que primero reduciremos el ruido si es necesario y después enfocaremos.

# PHOTOSHOP

## La pantalla principal y sus herramientas

Hemos superado ya el revelado en ACR así que vamos a adentrarnos en el mundo de Photoshop. Es un programa que, si no se conoce, puede asustar un poquito pero ya veréis que no es tan fiero el león como lo pintan.

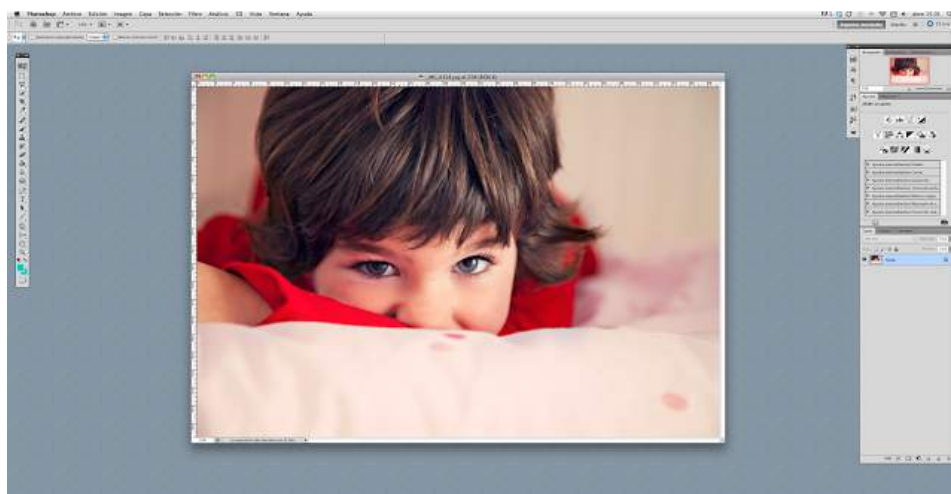
En este taller vamos a ver sólo lo más básico, pero veréis que es sencillo y os será de mucha utilidad.

Cuando abrimos Photoshop nos encontramos con varias herramientas y menús:



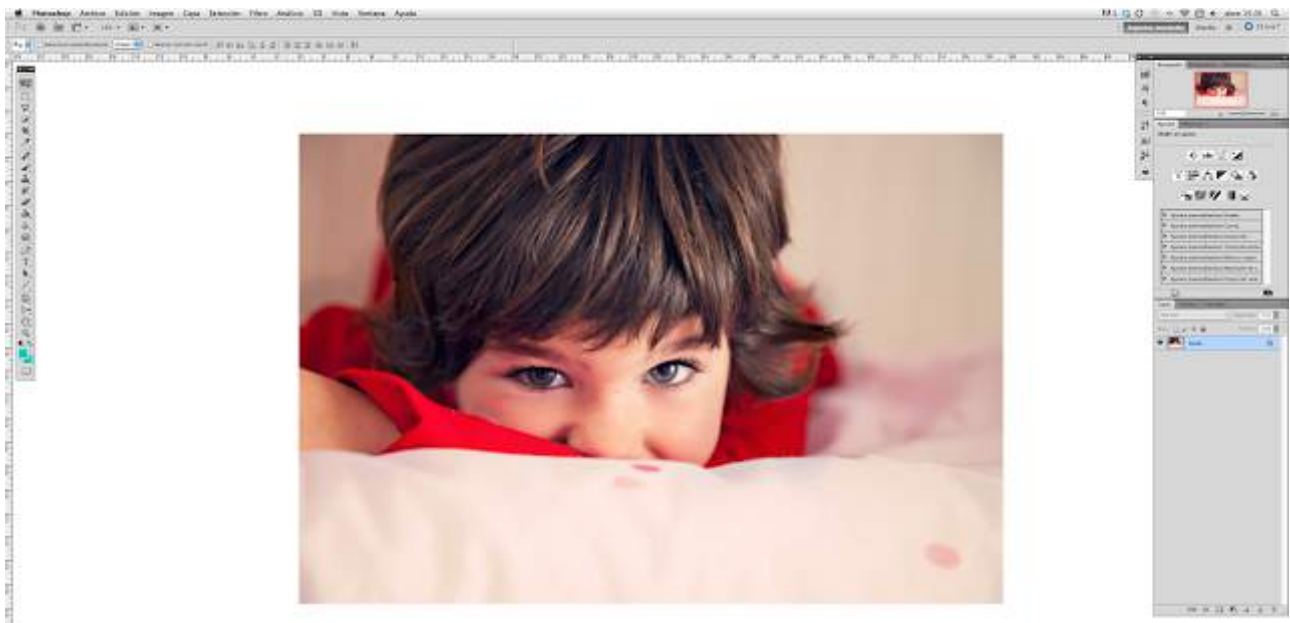
La pantalla principal se puede presentar de 3 formas distintas y para verlas sólo debemos pulsar la letra F.

Pantalla con imagen flotante y menús:





Pantalla con imagen a pantalla completa y menús:



Pantalla con imagen a pantalla completa y SIN menús:



Vamos ahora a ver todo por partes.

#### - Menú superior:



Navegando por este menú podremos realizar varios ajustes que también nos los permitirán las herramientas de la barra lateral. Para no extendernos demasiado analizaremos mejor esas herramientas y en la parte de edición donde os explicaremos el paso a paso de los ajustes que aprenderéis lo veréis mucho más claro.

#### - Menú lateral de herramientas:



Os he marcado algunas que serían las principales en fotografía, pero en este taller no las utilizaremos todas. En cada tutorial veréis cuáles utilizamos y cómo lo hacemos.

## - Paletas:

Se encuentran a la izquierda y aquí podemos ver el Navegador, Histograma, así como ajustes por capas y la paleta de capas.

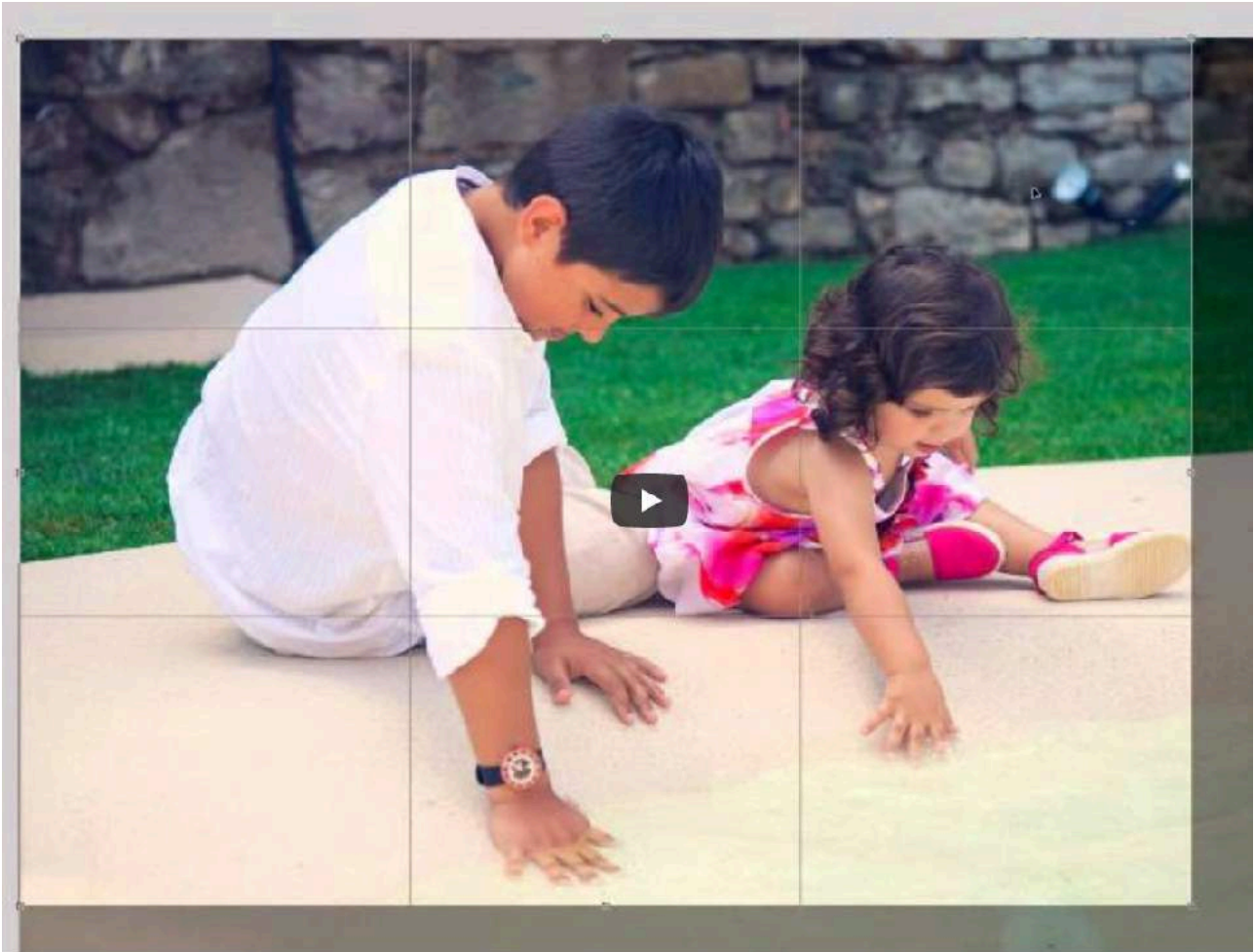


Esto sería lo principal en Photoshop. No vamos a adentrarnos a explicar herramienta por herramienta ya que necesitaríamos para ello mucho tiempo. Lo esencial es que practiquéis con los tutoriales que veréis a continuación. Éstos os ayudarán a aprender a navegar por Photoshop sin problema. Os animamos también a que practiquéis por vuestra cuenta y hagáis y deshagáis a vuestro gusto para que podáis ver cómo afecta cada ajuste y herramienta que seleccionáis en una imagen.



# PHOTOSHOP

## Herramientas de utilidad



[CLIC AQUÍ PARA VER EL VIDEO](#)

Todos los videotutoriales de este curso son privados y de uso exclusivo de los alumnos. Se agradece que no se compartan ni se distribuyan sin mi permiso.

# PHOTOSHOP

## Edición básica en color

La edición básica en Photoshop se podría resumir en luz, tono y contraste. Para nuestro tipo de fotografías no necesitamos mucho más.

Vamos a ver un ejemplo:

Partimos de una imagen que ya hemos revelado en ACR, por lo que podríamos darla por buena. Pero vamos a ver cómo afecta si variamos la luz, el tono y el contraste en Photoshop, ya que le podemos dar más vida aquí.

Esta es la imagen original solo con revelado en ACR tal como hemos visto en el tema correspondiente:



En la edición básica vamos a utilizar tres capas de ajuste:



Vamos a darle primero un poco más de luz. Para ello seleccionamos **Curvas** en el panel de capas de ajuste que está encima de la paleta de capas.

Como queremos dar solo un poco de luz a la niña, seleccionamos la manita con las flechas. Nos colocamos en la imagen y situamos el ratón en la zona que queremos levantar la luz. Con el ratón pulsado arrastramos un poco hacia arriba. Si quisiéramos bajar luz lo haríamos al contrario, arrastraríamos hacia abajo:





Ahora vamos a cambiar un poco el color, vamos a saturar los tonos. Primero lo haremos en todos y para ellos seleccionaremos la capa de ajuste **Tono / Saturación**:



Ahora queremos subir un poco más el tono del azul de la blusita. Para ello, como hemos hecho con curvas, seleccionamos la manita con flechas y sobre la imagen clicamos en la zona de color azul. Le estamos diciendo al Sr. PS que queremos que nos sature los azules. En la barra de deslizamiento de Saturación aumentaremos hasta conseguir el tono deseado:





Para terminar vamos a Saturar las plantitas del fondo, por lo que haremos lo mismo: clicaremos en la manita y sobre la imagen haremos click con el ratón en la zona de los verdes y amarillos.



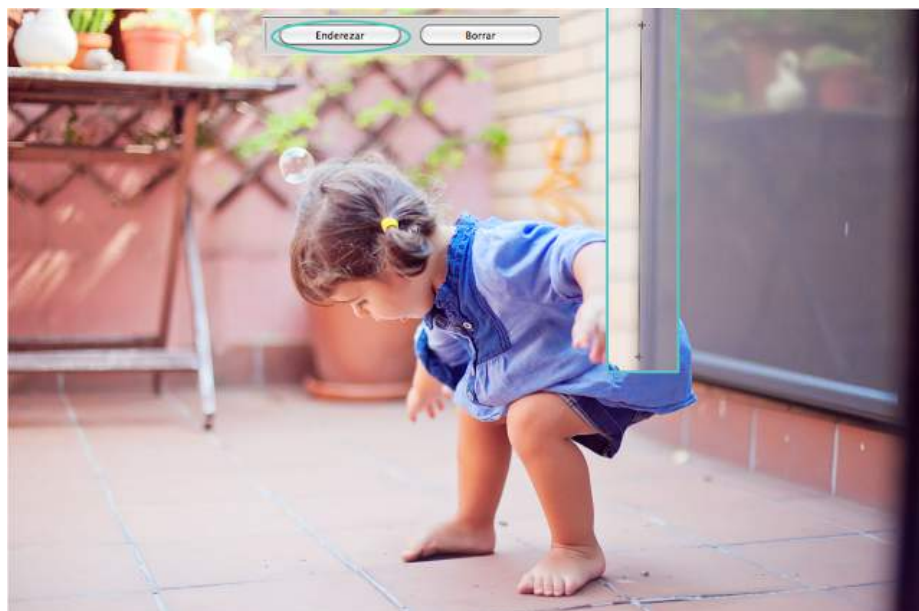
Bien, ahora ya tenemos los tonos como queríamos. Vamos a darle contraste. En la misma paleta de capas de ajuste, seleccionaremos la capa de **Brillo / Contraste** pero daremos solo contraste ya que si aumentamos el Brillo se nos quemará la imagen, no lo necesitamos.



Ya tenemos nuestra imagen editada pero podemos ir un poco más allá. Si os fijáis, está ligeramente inclinada hacia la derecha, así que vamos a enderezarla. Seleccionamos la herramienta **Regla** de la barra lateral asegurándonos de estar situados sobre la capa Fondo en la paleta de capas.



Con el ratón situamos el inicio de una línea en un punto de donde queremos guiarnos para enderezar y el punto contrario de la línea en un final, de modo que trazamos una línea recta. Una vez la tenemos hacemos click en **Enderezar** que se encuentra en la barra superior.



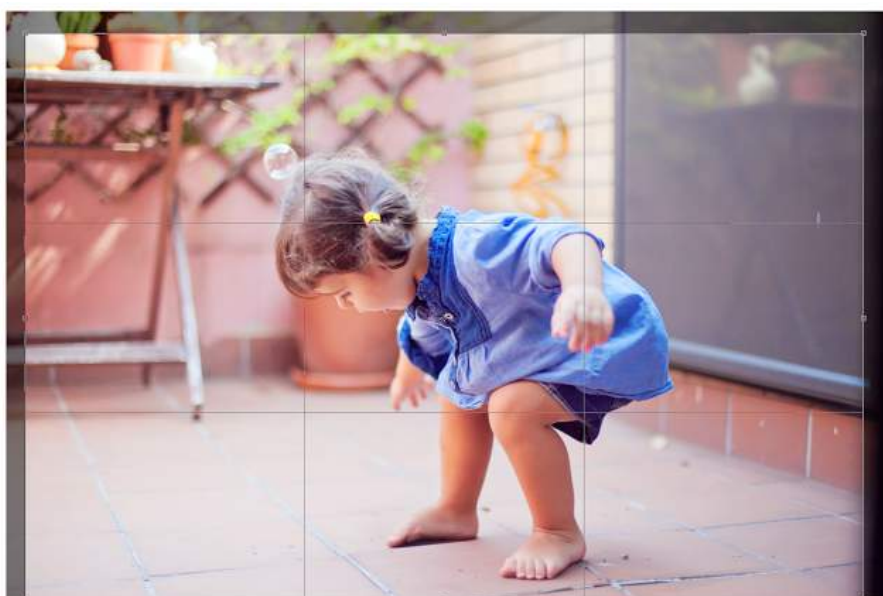


Lo que hace PS cuando enderezamos es girar la imagen los grados necesarios para que esté lo recta que le hemos indicado y después la recorta él mismo. Debemos ir con cuidado ya que al recortar podemos perder zonas de la imagen que no deseamos.

Como aún seguimos viendo una sombra a la derecha de ese marco de la puerta y que nos molesta un poco, vamos a quitarlo. Para ello recortaremos la imagen seleccionando la herramienta **Recortar** del menu lateral.



Nos situaremos en la imagen haciendo click en la zona de inicio donde queremos recortar y arrastraremos con el ratón formando un rectángulo en toda la zona de recorte:



Una vez tenemos la zona señalada, pulsamos Intro y el cambio quedará guardado recortándose la imagen.

Si queréis recortar una imagen en cuadrado solo tenéis que mantener pulsada la tecla Shift mientras arrastrais el recuadro con el ratón.

Veamos el antes y el después de nuestra edición:

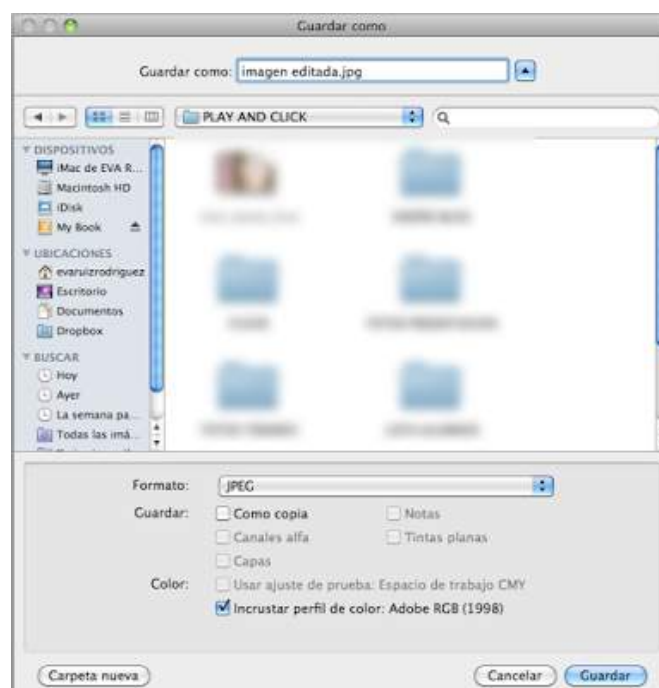




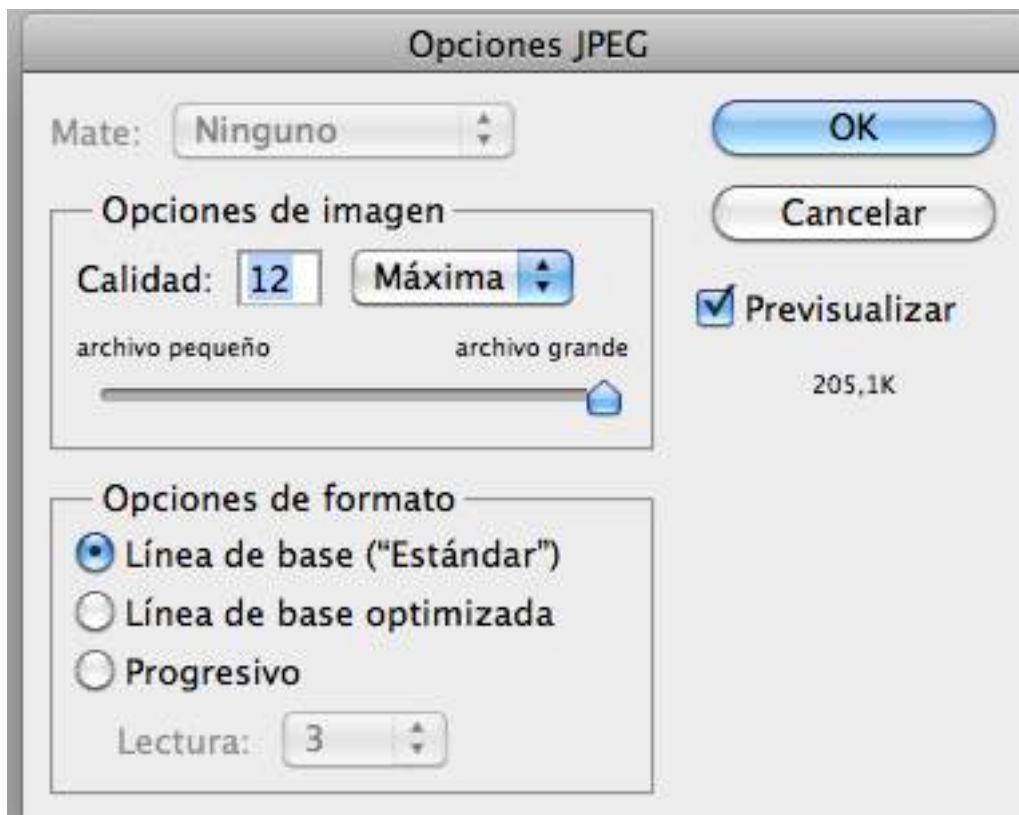
Ahora veamos cómo guardar nuestra imagen. Haremos lo siguiente:



Indicaremos la carpeta de destino en nuestro ordenador y le daremos un nombre a nuestro archivo si lo deseamos. Una vez todo indicado, clicamos en Guardar.



Se nos abrirá una nueva ventanita en PS donde deberemos indicarle la calidad:



Click en OK y listo! ya tenemos nuestra imagen editada y guardada en nuestro ordenador.

# PHOTOSHOP

## Blanco y negro

Pasar una imagen en Photoshop de color a blanco y negro es de lo más fácil que existe y que podemos hacer con este programa.

Vamos a explicarlo paso a paso para que lo veáis.

Partimos de esta imagen en color ya revelada en ACR:



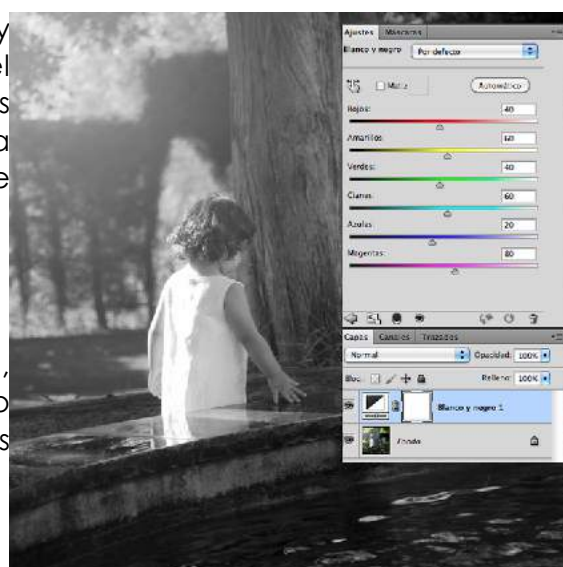
Para pasar a blanco y negro sólo vamos a necesitar una capa de ajuste, la de Blanco y negro:



Una vez la seleccionamos automáticamente nuestra imagen pasará a blanco y negro pero vemos que podemos variar algunas opciones:

En la opción de Blanco y negro, si abrimos el desplegable veremos que tenemos varios tipos de filtros u opciones de aplicar. Por ejemplo, elegimos el Filtro verde negro muy suave.

O por el contrario, la opción de Blanco y negro, donde los blancos y los negros serán más puros y contrastados:

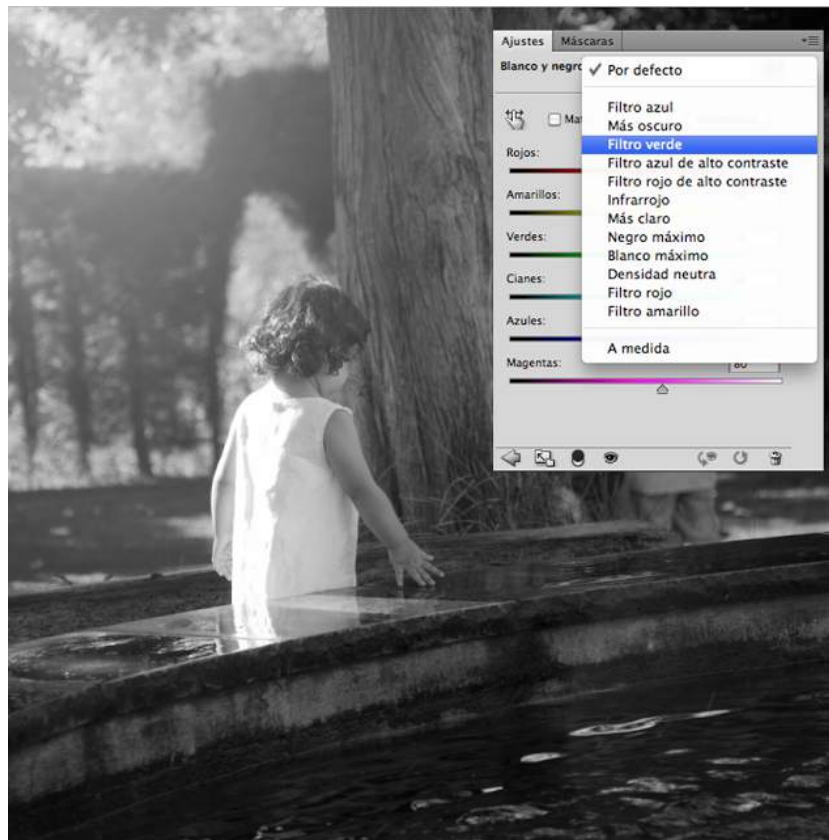


negro donde indica Por desplegable veremos de filtros u opciones de aplicar. Por ejemplo, que nos da un blanco y

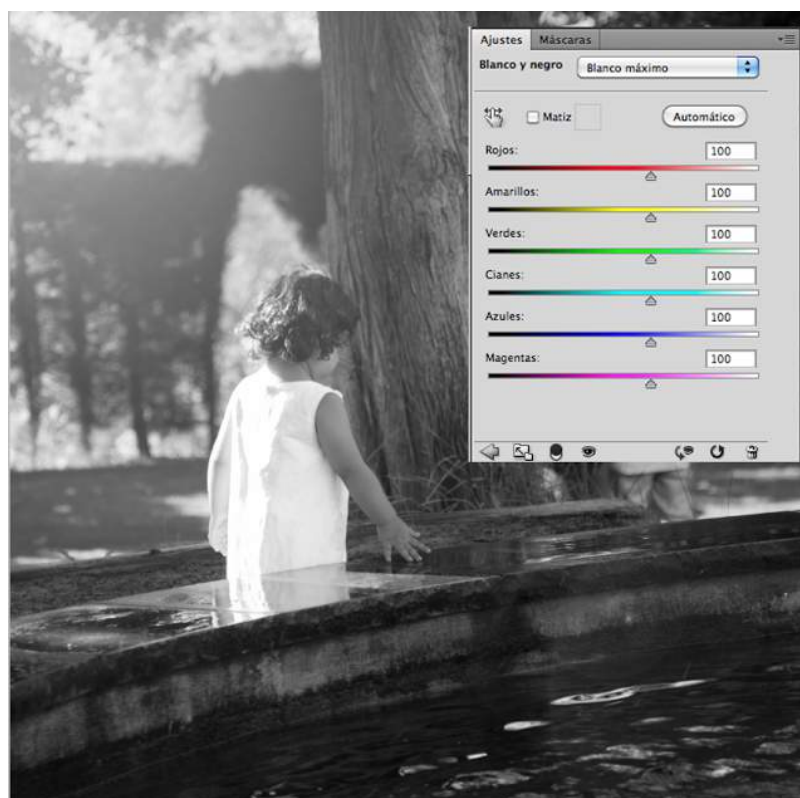
podemos elegir la opción de Blanco y negro 1, donde los blancos y los negros serán más puros y



Si os fijáis, cada vez que solicitamos un filtro, los cursores de color van variando. Así nos indican que van variando la tonalidad por color. Estos valores los podemos retocar tanto como queramos.

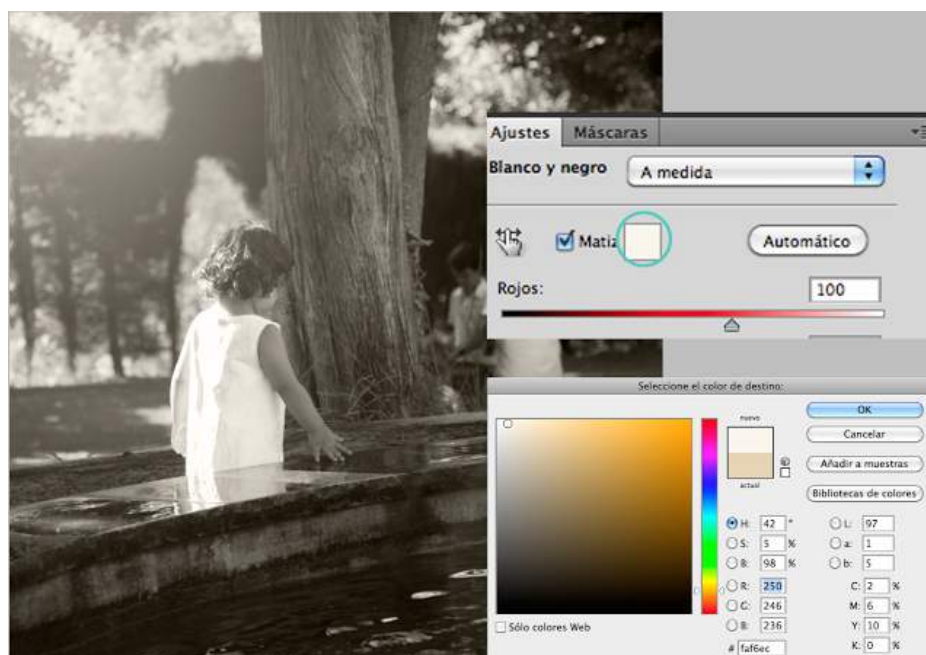
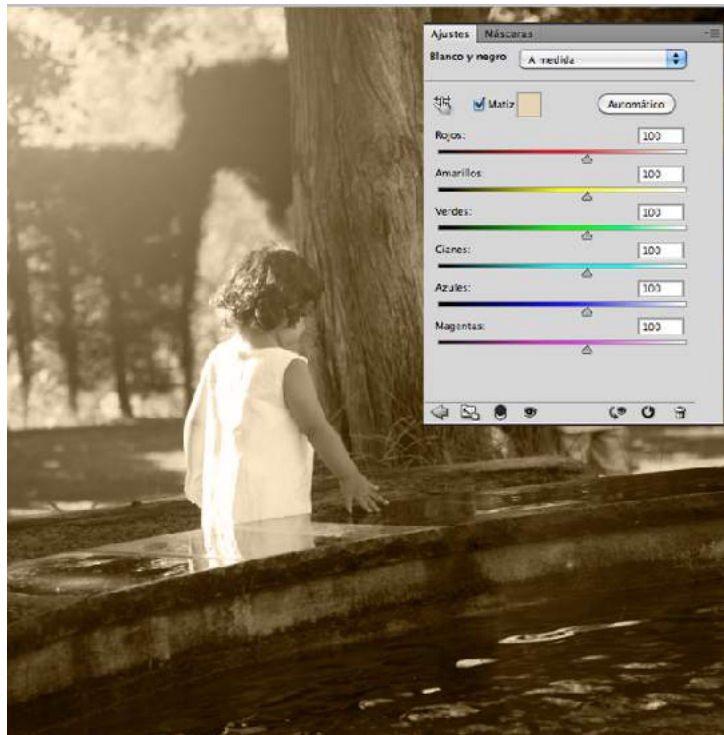


En esta capa de ajuste también podemos añadirle un matiz a la imagen, por ejemplo para darle un tono sepia. Para ello marcaremos la opción Matiz:



Si no nos gusta el tono que nos da como predefinido podemos variarlo también. Sólo tenemos que hacer click en el recuadrito de color y automáticamente se nos abrirá la paleta de colores, donde podemos elegir el tono deseado. En este caso escogemos el mismo tono pero más claro, para que la imagen no quede tan amarillenta:

Aquí podemos ver la diferencia de un blanco y negro sencillo con un blanco y negro con un ligero tono sepia:





Blanco y  
negro



Blanco y  
negro con  
matiz de  
color

¿Verdad que quedan bonitas las fotos en blanco y negro?



## Consejos

- El blanco y negro es una buena opción cuando tenemos tonos muy dispares, fondos molestos o luces muy duras.
- También puedes usar el blanco y negro en esos días grises donde el cielo está blanquecino y afea nuestras fotos.
- El blanco y negro hace que nos centremos más en las sensaciones y en lo que transmite la imagen, ya que el color siempre es un elemento que tiende a distraer. Así que no dudes en usar el blanco y negro en tus fotos familiares.



# PHOTOSHOP

## Cómo crear un marco



[CLIC AQUÍ PARA ACCEDER AL VÍDEO](#)

Todos los videotutoriales de este curso son privados y de uso exclusivo de los alumnos. Se agradece que no se compartan ni se distribuyan sin mi permiso.

# PHOTOSHOP

## Retoque de manchas e imperfecciones

Partimos de la base que la piel de los niños es una delicia y no es necesario retocarla en exceso ya que perdería naturalidad. Pero hay momentos en que nos encontramos con intrusos en nuestras fotos que si los hiciéramos desaparecer, éstas mejorarían. Manchitas, moquitos, arañazos, pequeñas costras, marcas de la varicela... Todo afecta a la piel y puede suavizarse en nuestras fotos si lo deseamos.

Os vamos a mostrar un método muy sencillo, sin ninguna complicación ni teniendo que pasar por ediciones rebuscadas para poderlo solucionar.

Para mostrároslo vamos a partir de esta imagen de base:



Marc tenía apenas 24 horas de vida y ya apuntaba maneras. ¿Verdad que es guapísimo? yo me hubiera comido esa naricita de un mordisco. Vemos en su carita unas manchas rojizas que bien pueden ser arañazos, así como algo de escamitas de recién nacido.



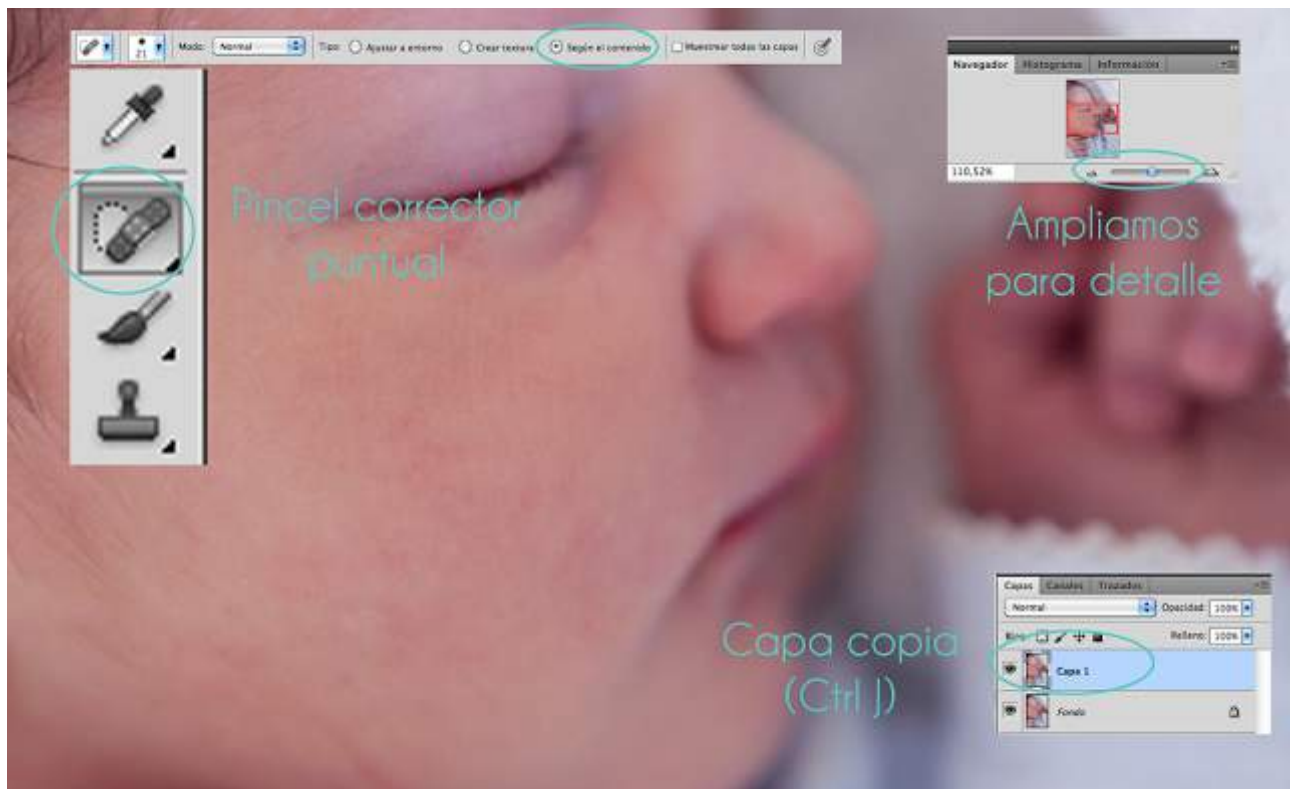
Manchitas  
e  
imperfecciones

Estas imperfecciones se pueden suavizar. Para ello vamos a utilizar una sola herramienta, el Pincel corrector puntual.

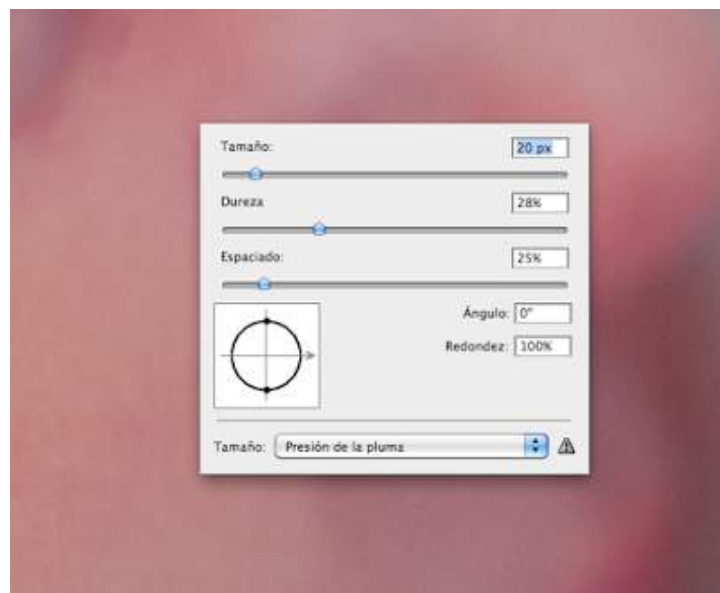
Para utilizarlo debemos asegurarnos de que no estamos trabajando sobre la capa Fondo, sino sobre capa Copia. Para conseguirla nos situaremos sobre la capa Fondo y haremos Ctrl J o bien Cmd J si estamos en Mac. Al trabajar con capa Copia y no sobre la imagen de Fondo original siempre podremos volver atrás sin tener que volver a abrir la imagen. Eliminando la capa Copia podemos volver a empezar si lo necesitamos.

También ampliaremos la imagen todo lo que podamos desde el Navegador y con el ratón podremos desplazarnos por donde queramos. De ese modo veremos bien las imperfecciones en la pantalla y las podremos corregir mejor.

Seleccionando el Pincel corrector puntual marcaremos en la barra superior 'Según el contenido', de ese modo cuando pasemos el pincel por la manchita el Sr. PS automáticamente adivinará qué es lo que hay debajo y lo pondrá él solito.



Usar este pincel es muy sencillo. Sólo debemos ir pintando o haciendo click en esas zonas que queremos mejorar o borrar la mancha o el moquito. Para poder cambiar el tamaño del pincel se puede hacer desde la misma barra superior o bien haciendo click sobre la imagen con el botón derecho del ratón. Aparecerá un menú donde podemos variar el pincel:





Una vez seleccionado vamos corrigiendo todas las imperfecciones que queramos.

Veamos un antes y un después de la carita de Marc:



Las manchitas de su piel y los pequeños arañazos se han suavizado pero la piel no ha perdido naturalidad.

## Consejos

- No te excedas en el retoque de piel. La piel de los niños es bonita y agradable de por sí. No conviertas a tu hijo en un muñeco.
- Usa un pincel de tamaño pequeño para aproximarte más a la imperfección, de ese modo no te quedarán manchurroneos en la imagen.

# PHOTOSHOP

## Retoque de ojos

Cuando nuestra fotografía está bien expuesta y nuestro retrato bien realizado, no solemos necesitar retocar los ojos. Pero a veces, cuando las fotografías que hacemos a nuestros hijos son en exterior donde no podemos controlar tanto la luz porque están en movimiento, nos podemos encontrar que a la hora de pasar esas fotos a nuestro ordenador, veamos los ojos oscuros.

Podemos aclararlos un poco con edición y os vamos a explicar cómo.

Partimos de esta fotografía tomada en el parque, aunque había buena luz no se pudo evitar que los ojos salieran algo oscuros.

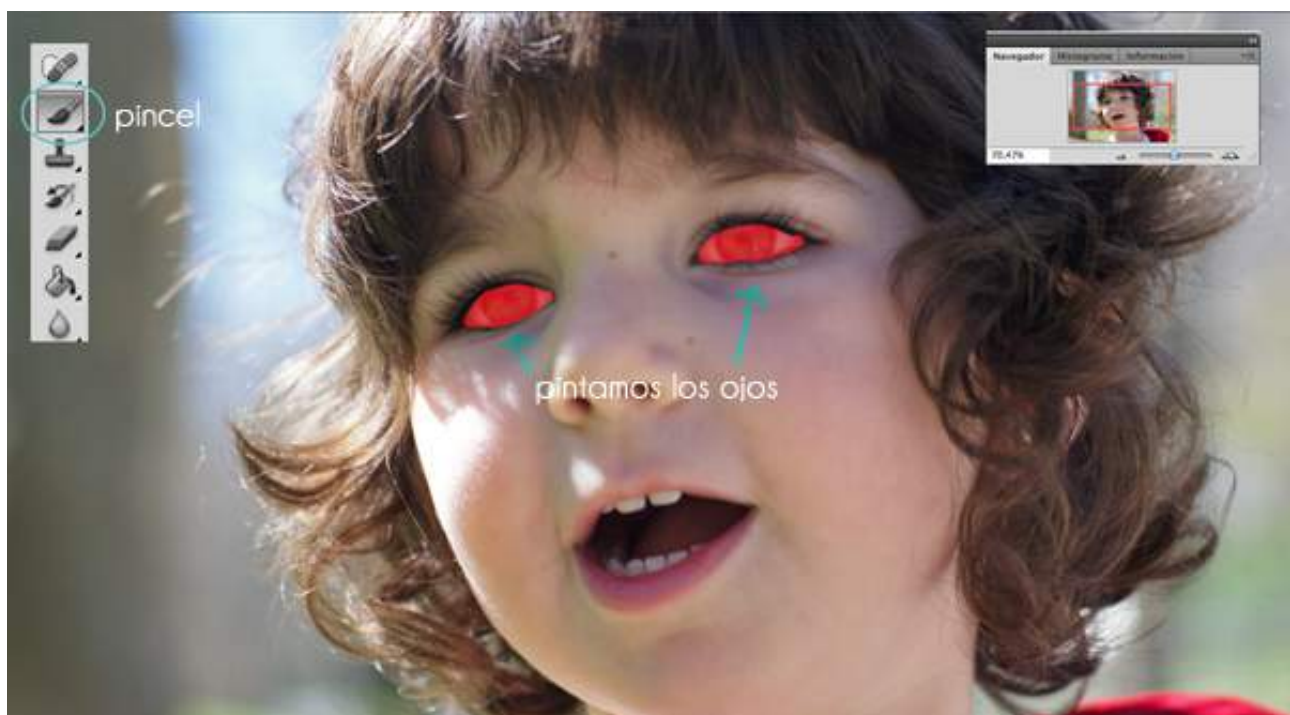


Abriremos nuestra imagen en PS y lo primero que haremos será duplicar capa para no trabajar sobre la capa Fondo. Al trabajar sobre una capa Copia, si nos equivocamos siempre podemos eliminarla. Si trabajáramos para estos retoques sobre la capa Fondo y nos equivocáramos, deberíamos cerrar y volver a abrir la foto en PS y empezar de nuevo.

Duplicaremos capa entonces, con Ctrl J o Cmd J. Después pulsaremos la tecla Q o bien el icono de Máscara rápida que se encuentra en la barra lateral, abajo del todo.



Ahora ampliaremos la imagen para acercarnos a los ojos y seleccionaremos el pincel. Pintaremos sobre los ojos. Veréis que pintáis en rojo, no os asustéis, es el efecto de la máscara rápida.

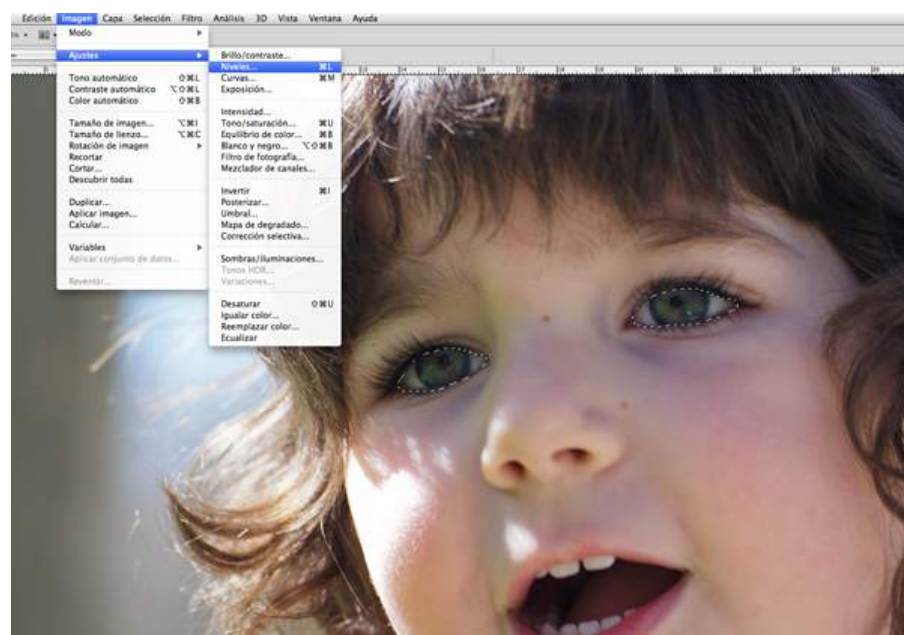




Una vez tenemos los ojos pintados volvemos a pulsar la tecla Q para volver a modo normal, sin máscara rápida, y veréis que aparece una línea discontinua alrededor de lo que hemos pintado. Nos está marcando una zona que PS cree que está excluida. Para decirle que queremos editar sólo esa zona marcada deberemos invertirla:

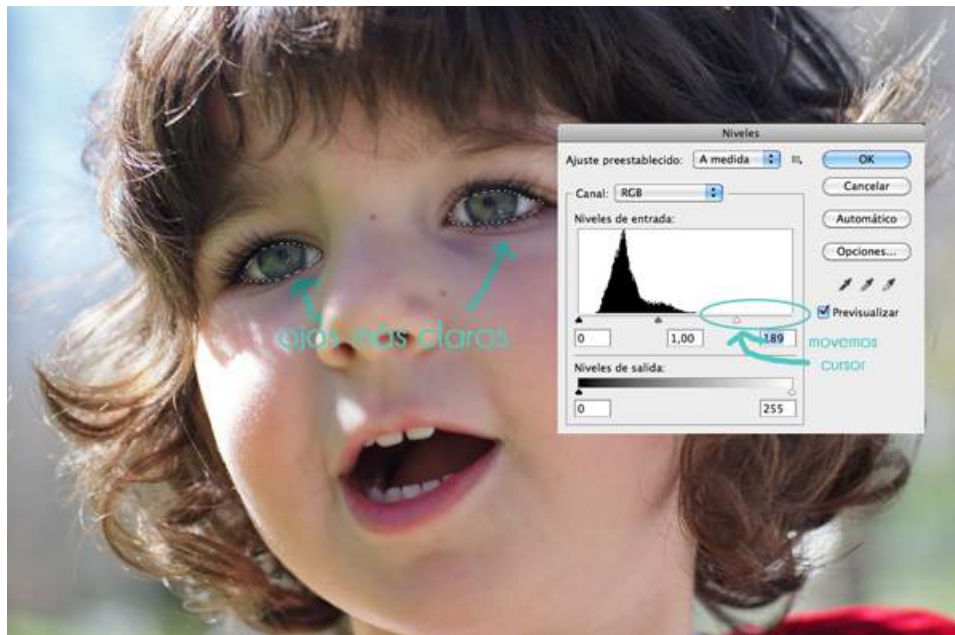


Y ahora vamos ya a dar un poco más de luz a esos ojos que tenemos seleccionados. Para ello vamos a utilizar el ajuste de Niveles:



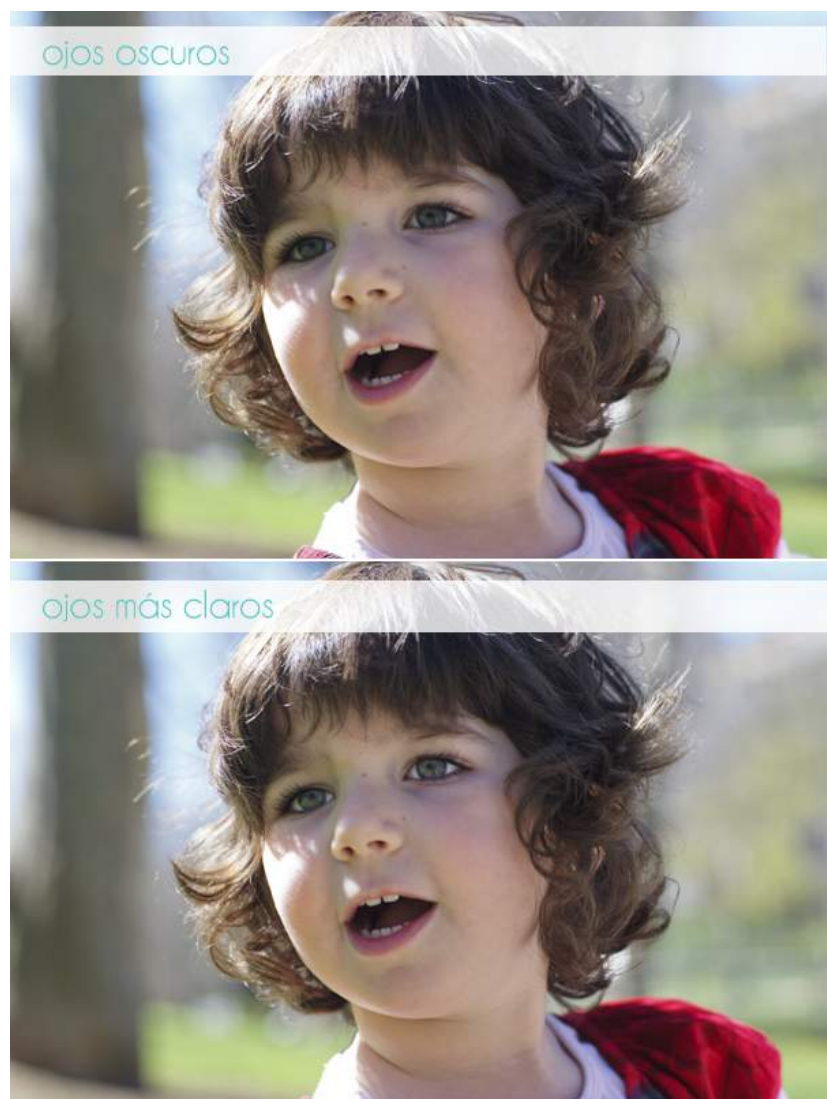


Y se nos abrirá automáticamente la pantallita de Niveles. Moveremos el cursor de derecha a izquierda para aclarar.



Clicamos en OK y ya tenemos esos ojitos más aclarados. La línea discontinua (selección) desaparecerá si hacéis Ctrl D o Cmd D.

Veamos la diferencia:





## Consejos

- Como con cualquier edición sobre las fotografías de nuestros hijos, debemos ir con cuidado. Si queréis dar más brillo y blanquear los ojos con este método debéis procurar no excederos. Siempre debe primar la naturalidad por lo que si los ojos son demasiado blancos y llamativos serán irreales. No convirtáis a vuestros hijos en extraterrestres.
- Este método de edición de máscara rápida os puede servir para muchas otras cosas, como por ejemplo, aclarar una zona concreta de una imagen o saturarla.
- Como trabajáis con Capa Copia, si véis que os habéis excedido no tenéis porqué volver a empezar, simplemente bajad la opacidad de esa capa.

# PHOTOSHOP

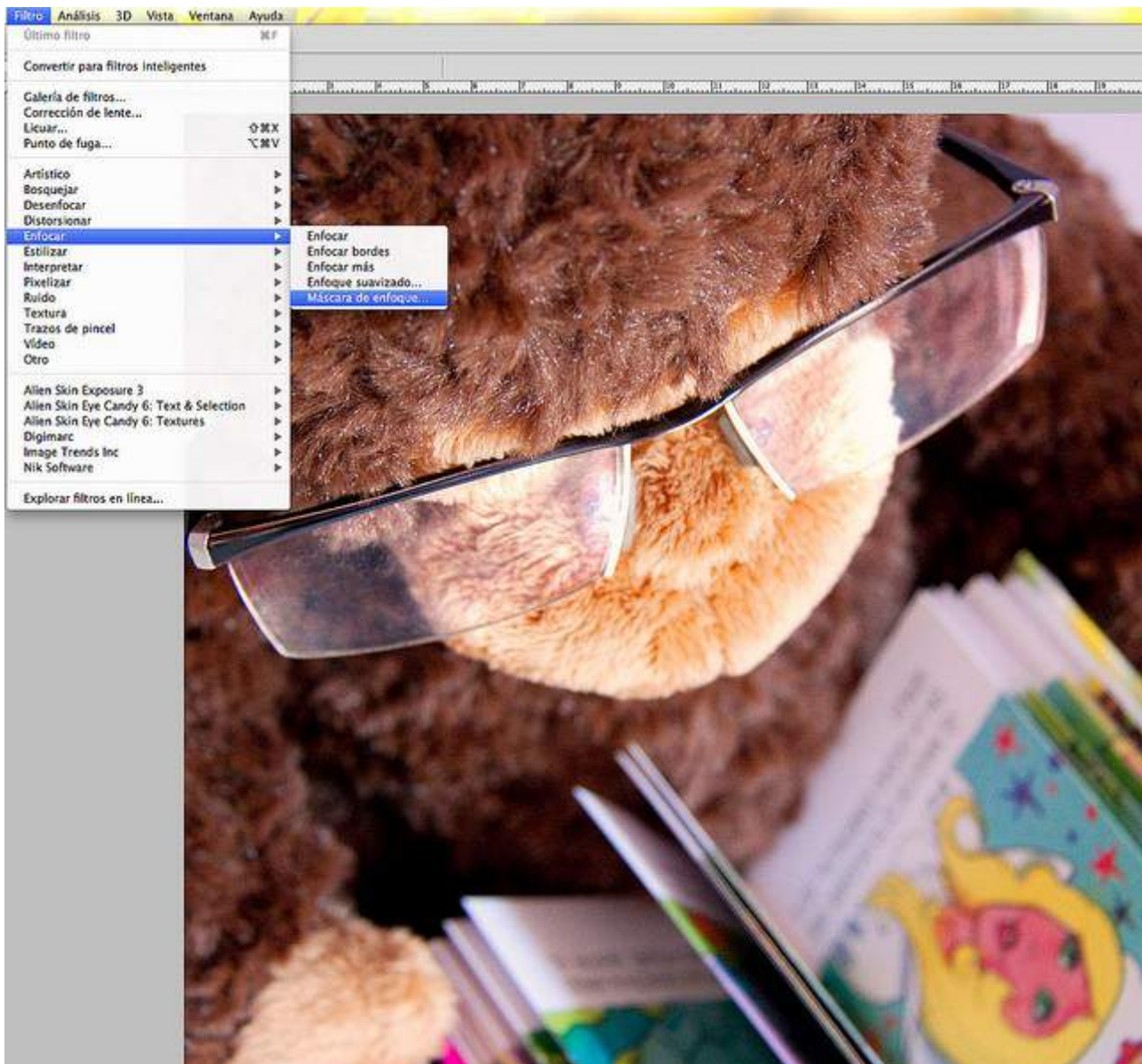
## El enfoque

Es importante que tengamos en cuenta que el enfoque añadido a nuestras fotografías en Photoshop debe ser el último paso a realizar ya que si aplicáramos cualquier procedimiento tras éste, lo que conseguiríamos sería perderlo o distorsionarlo. También es necesario saber que el enfoque no nos va a solucionar una fotografía trepidada, movida, algo fuera de foco, etc.

La máscara de enfoque se utilizará siempre en fotografías que desde un inicio están bien enfocadas sólo que tras la edición es posible que ese foco haya quedado algo blando debido a las capas que hemos añadido en la edición.

Vamos a ver cómo se hace:

Trabajando siempre sobre capa Copia: Filtro > Enfocar > Máscara de enfoque





Veamos las partes que componen la máscara de enfoque:

**Cantidad:** Lo que hace la máscara de enfoque en este aspecto es añadir contraste a los elementos que ya existen, nunca va a recuperar nada perdido. Este punto controla la cantidad de contraste que vamos a añadir.

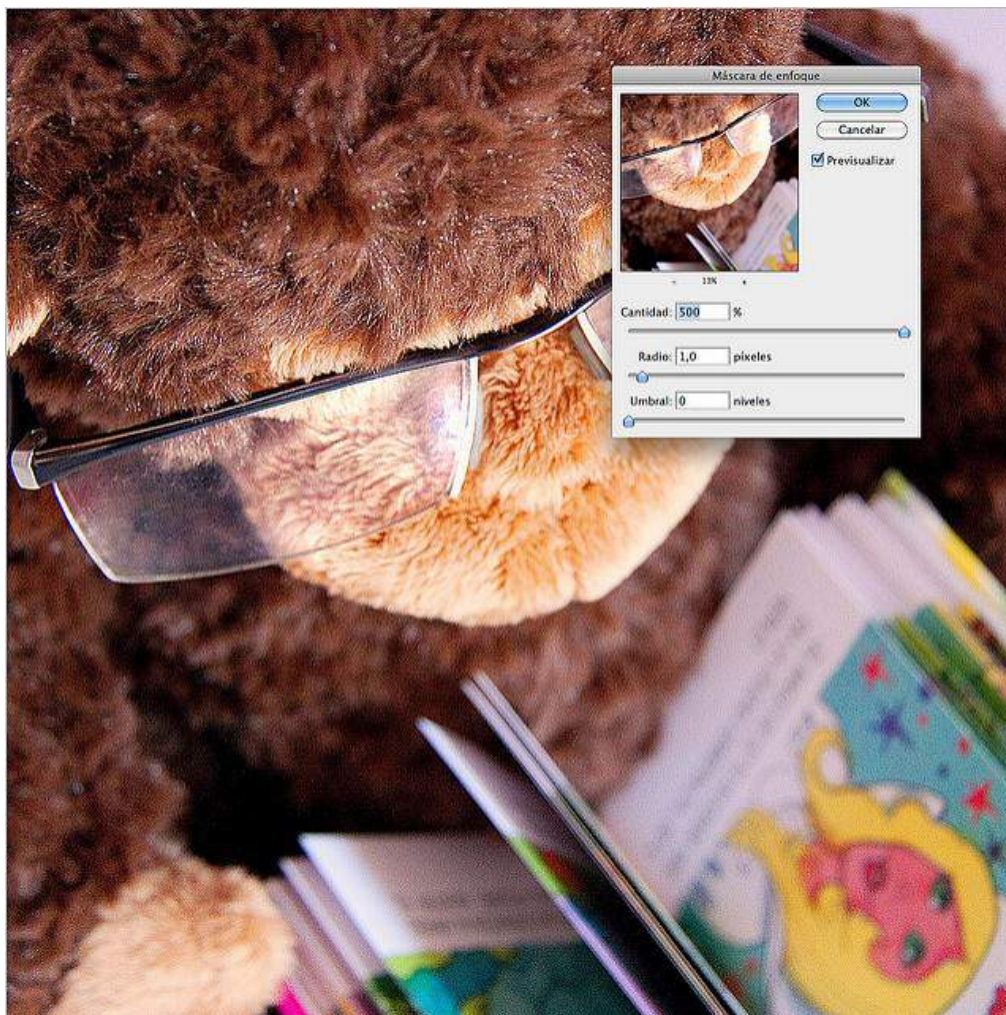
**Radio:** Determinará cuantos pixels del borde van a verse afectados por ese contraste. Utilizar valores muy elevados de radio nos puede provocar que en nuestra fotografía aparezcan esos halos molestos. La manera de evitarlo es utilizar valores de radio bajos.

**Umbral:** Determina los valores de tono de los pixels adyacentes ante la transición de luz a sombra. Cuanto más bajo sea su valor mayor número de pixels tendremos enfocados.

Y ahora vamos a ir añadiendo valores para que veáis cómo afecta.

Cantidad 500% / Radio 1,0 pixels / Umbral 0 pixels. Como se puede apreciar los pelitos del mono que hay encima de las gafas aparecen con un enfoque muy acusado pareciendo hasta irreales.

A la vez, el ruido que teníamos en la zona de desenfoque que antes era casi imperceptible ahora se ve mucho más acusado.

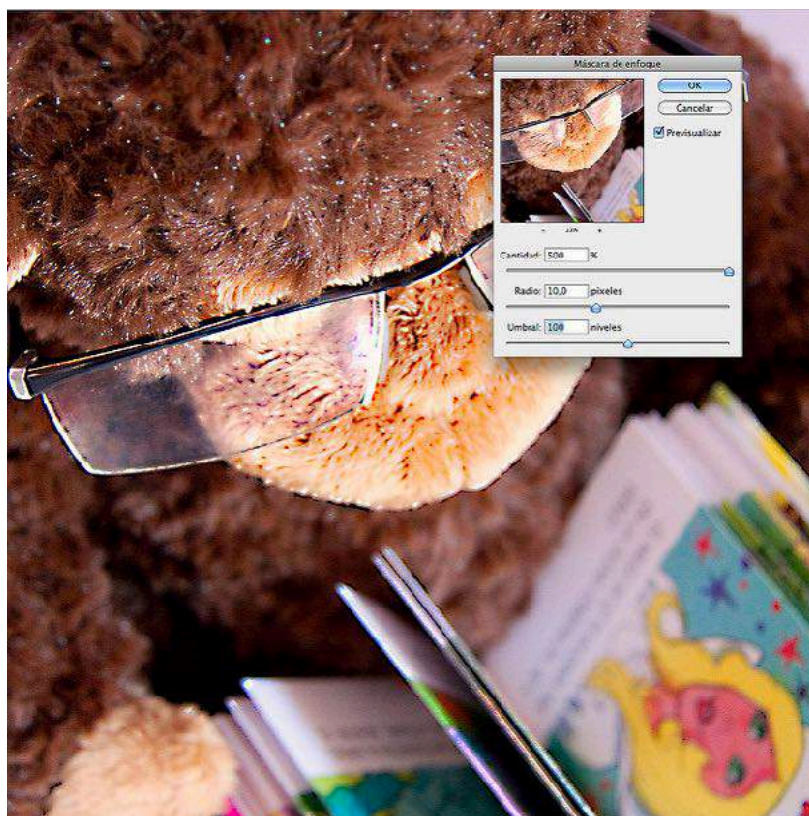




Cantidad 500% / Radio 10,0 pixels / Umbral 0 pixels. Al elevar el valor de Radio estamos distribuyendo luz alrededor de los pixels perdiendo definición.



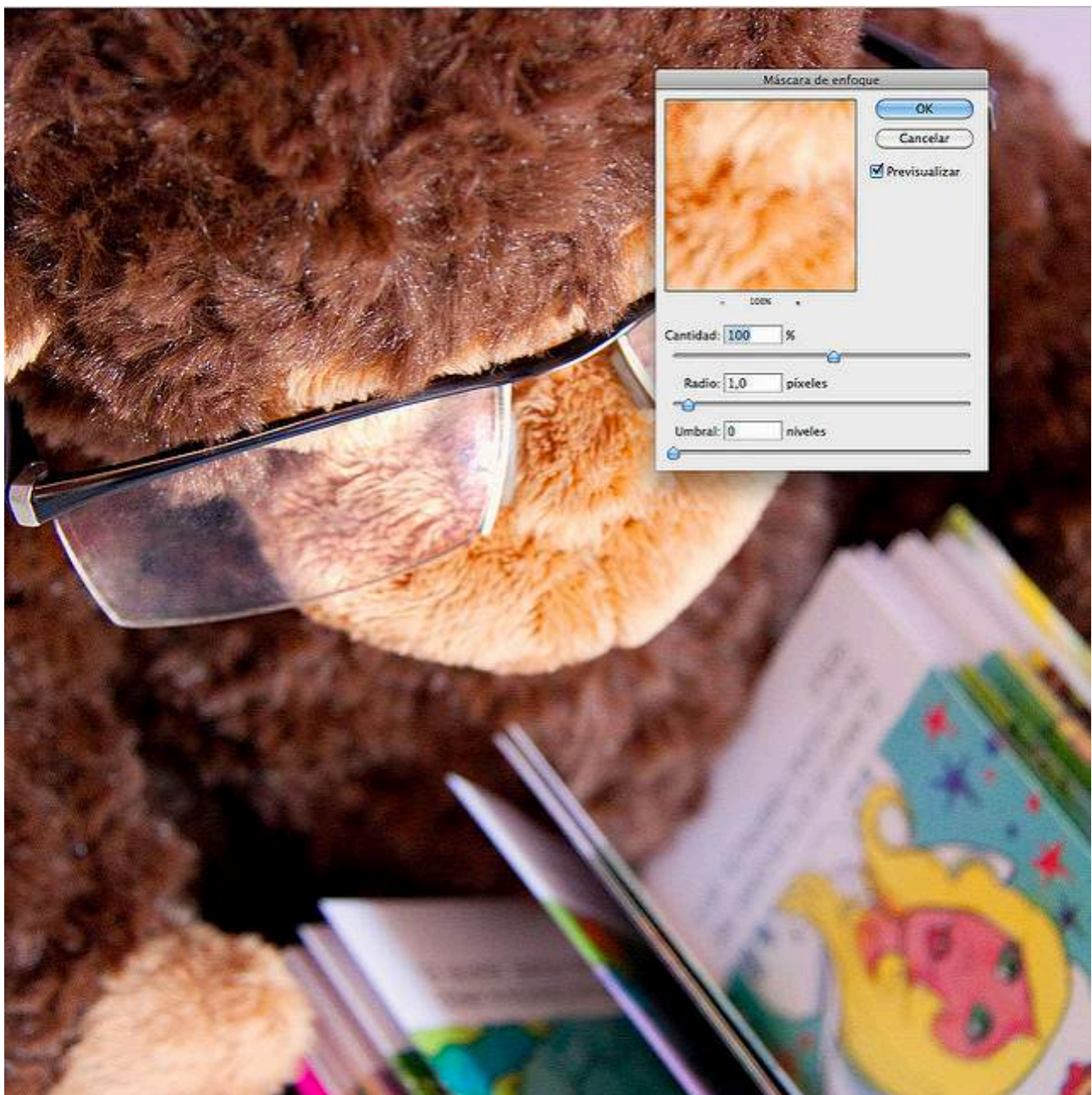
Cantidad 500% / Radio 10,0 pixels / Umbral 100 pixels. Si aumentamos el Umbral vemos que nos aparecen unos puntitos, son pixels que de algún modo se han vuelto locos y los estamos perdiendo.





Y ahora con unos valores que en este caso serían los correctos:

Cantidad 100% / Radio 1,0 pixels / Umbral 0 pixels



Debéis tener en cuenta que cuando enfocamos se enfoca todo, es decir, si nuestra fotografía tiene ruido este ruido también se enfocará con lo que tenemos que ir con cuidado o bien reducir el posible ruido existente en nuestro primer paso de revelado en Adobe Camera Raw.

No hay nada establecido para los valores a ajustar en Máscara de enfoque, sencillamente sólo debéis ir probando hasta encontrar la combinación deseada teniendo en cuenta para qué sirve cada valor y como afectará a nuestra imagen. Como estamos trabajando con capas recordad que podemos jugar con la opacidad de éstas. Si una vez aplicada la máscara de enfoque viéramos que por algún motivo nos hemos pasado en la Cantidad siempre podremos bajar un poco la opacidad de la capa para reducir ese efecto.

# PHOTOSHOP

## Acciones, qué son y cómo se utilizan

Seguro que la mayoría de vosotros habéis oído hablar de las Acciones de Photoshop, e incluso muchos de vosotros las utilizáis o las habéis utilizado alguna vez.

Una Acción no es más que una edición completa grabada en un comando de modo que cuando la activamos Photoshop edita nuestra fotografía por sí mismo.

Podéis encontrar infinidad de acciones para Photoshop en la red, algunas son gratuitas y otras son de pago.

Veamos cómo se utilizan.

Para empezar tomaremos esta fotografía de base que sólo ha sido revelada en ACR:



Para usar una acción debemos abrir la paleta de acciones, o si no la tenemos disponible acceder a ella desde Vista > Acciones, y se nos activará:





Ahora vamos a seleccionar una acción. En este caso usaremos la acción Vida de La Bicicleta Vermella que son completamente gratuitas. La seleccionamos y pulsamos el botón 'play' en forma de triángulo para que actúe:



Ya tenemos nuestra acción aplicada. Lo veremos en la paleta de Capas como aparece encima de la capa Fondo:



Ahora podemos ajustar las capas de la acción a nuestro gusto. Aquí por ejemplo vamos a reducir un poco ese tono anaranjado que nos da esta acción. Para ello abriremos el desplegable de la acción en la paleta capas e iremos a la capa de ajuste que nos interesa.

Para poder ver cómo afecta cada capa en la acción solo tenéis que seleccionar y des-seleccionarla, haciendo click en el ojo que aparece al lado de cada capa de ajuste. Si está el ojo es que está activa, si no está el ojo es que está desactivada y no afecta a nuestra imagen:





Como podéis ver lo que he hecho ha sido bajar la opacidad de la capa de Relleno de color, donde está el naranja, para suavizarlo un poco.

Una vez tenemos todas las capas ajustadas a nuestro gusto ya podemos guardar nuestra imagen como siempre y la tenemos editada sin apenas complicaciones ni esfuerzo.





## Consejos

- Adapta siempre la acción a tu gusto a través de sus capas de ajuste.
- Fíjate bien en cada capa de ajuste y cómo actúa sobre la imagen, es una muy buena manera de aprender a editar.
- Usa acciones que proporcionen tonos reales para las fotografías de tus hijos.



## Inconvenientes

- Idioma de la acción: A la hora de descargar una acción y utilizarla, podemos encontrarnos que ésta no funciona correctamente ya que a cada paso que da nos aparece un mensaje de error. Esto suele ser debido a que la acción se creó en inglés y hay un conflicto con nuestro Photoshop si lo tenemos en español. Simplemente hay que pulsar 'Continuar' en el mensaje y la acción seguirá actuando.
- Cuidado con las acciones que incluyen muchos procesos, capas de ajuste y sobre todo capas de color. Cuanto más distorsionemos los tonos de nuestra fotografía más difícil será imprimirla correctamente ya que no parecerá real.