



Miriam Alegría

FOTOS NAVIDEÑAS

Con Smartphone

ÍNDICE

ÍNDICE	2
Uno 4	
OH, OH, OH	4
Dos 8	
OH! NOCHE DE LUZ	8
Tres 12	
NAVIDAD, SEXY NAVIDAD	12
Cuatro 19	
JINGLE LOOK	19
Cinco 21	
ALL I WANT FOR XMAS	21
Seis 23	
IS YOU, SEÑORA	23
Siete 25	
RECURSOS	25
Ocho 26	
RECURSOS	26



OH, OH, OH

¡Bienvenida a esta guía navideña para sacarle partido a tus fotos de móvil en las próximas semanas! Antes de empezar, me presento. Me llamo Miriam Alegría, soy fotógrafa profesional y en estos tiempos locos he tenido que dejar de lado forzosamente la fotografía de boda, y reinventarme con mi escuela online. ¡La formación es otra de mis pasiones!

Actualmente tengo tres cursos disponibles:

- ★ Fotografía con Smartphone, donde te enseño todas las posibilidades que tiene tu teléfono inteligente como cámara. Es un curso online, que puedes hacer a tu ritmo desde mi escuela.
- ★ Triunfar en Instagram. El curso donde cuento mis secretos y la estrategia que seguí para crecer 150000 seguidores en poco más de un año, este es online pero presencial. Es para grupos reducidos, y lo hago una vez al mes por zoom. Además incluye una auditoría de tu marca personal o profesional, donde te digo que debes mejorar y cuales son tus fortalezas.
- ★ Cómo salir genial en tus fotos, un curso en formato ebook, donde te enseño a verte favorecida en tus fotografías. Hablamos de poses, estilismos, tipos de iluminación, encuadres y te doy muchas ideas para tus fotos. Este ebook lo tienes disponible también en mi escuela online.

Además de la escuela, creo contenido bonito para marcas chulas en mi perfil de Instagram, donde tengo la comunidad más bonita del planeta con mis Señoritas. En mi perfil comparto trucos de Instagram, y trucos de fotografía. Además en Stories suelo contar más de mi día a día junto a mi chico Jorge y mi perro Mojito. Intento potenciar el amor propio, y sobre todo ipasarlo bien! Así que si esta guía ha llegado a ti por otro lado, te invito a que me sigas en www.instagram.com/miriamalegria inos reiremos mucho seguro!



Todas las fotografías de este ebook han sido realizadas con Smartphone, por la autora Miriam Alegría.

Bajo las sanciones establecidas en las leyes, queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita del titular del copyright, Miriam Alegría, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos. Todos los derechos reservados.



OH! NOCHE DE LUZ

Lo primero que necesitamos para hacer una fotografía bonita es una buena luz. Si has hecho alguno de mis cursos anteriores sabrás que mi favorita es la **luz natural**.

Usa siempre una **luz frontal**, como si te colocaras frente a tu ventana si quieres salir más favorecida con un efecto de piel más aterciopelado, pero ten cuidado de no proyectar sombra sobre ti misma, con tu mano y el móvil.

También puedes usar una **luz lateral**, como si tuvieras la ventana a tu derecha o izquierda. Este esquema de iluminación se usa más para sacar textura, si quieres enfatizar arrugas o sacar la textura de un producto puedes usar este.

Si estás haciendo un bodegón de navidad, una composición de elementos con temática navideña, puedes montar el set cerca de una **ventana** para aprovechar la luz natural.

Pero, ¿qué sería de la navidad sin sus luces? En esta época del año es imprescindible fotografiarte con ellas. Por eso inclúyelas en tus escenarios, o interactúa con ellas. Para que queden bonitas es importante que sólo tengas encendidas las luces que quieres fotografiar y que lo hagas en una hora donde **la luz sea tenue**. Si hay mucha luz natural, apenas se verán.

Si quieres conseguir el efecto **desenfoco** tienes que colocar tus luces más atrás del sujeto que vas a fotografiar. Al enfocar a la persona u objeto protagonista que están más próximos al objetivo de la cámara, las luces de atrás se desenfocan.



JURGE

Si haces la fotografía con Iphone, pon la cámara en modo retrato. Ahora pon luz natural y ajusta el desenfoque pulsando el botón F que verás arriba a la derecha. Desliza el cursor hasta el 1,4 para crear más profundidad. Si tienes poca luz puedes ayudarte de un **trípode** para que no se te mueva la escena y salga súper nítida la imagen. Pulsa en la pantalla del teléfono el objeto o ser que quieres fotografiar para que de manera automática, la cámara exponga y enfoque a ese punto. El resto se verá difuminado.

Si no tienes trípode, puedes improvisar uno apoyando el teléfono con cualquier cosa, o bien intenta no mover tu mano para que no quede desenfocada. Si vas a hacer fotos en grupo en las que te quieres incluir, usa un **mando de control remoto** para no mover el teléfono. Estos mandos van por bluetooth y son muy económicos, te lo dejo al final.

Cómo la luz parpadea a una velocidad inferior a la velocidad que tu cámara capta la escena, es posible que unas luces que tu ojo ve “encendidas” salgan apagadas. Para evitar esto, cuando estés fotografiando haz **ráfaga**. Así te aseguras que en alguna imagen tendrás todas las luces funcionando.

Si estás en la calle y te falta luz, puedes aprovechar la de los **escaparates** de las tiendas, o la de tu propio móvil. Si la fotografía no queda súper bonita de color como esperabas, puedes pasarla a **blanco y negro** para disimular los defectos.

Usa el **modo noche** que traen la mayoría de los smartphones actuales, para obtener mejores condiciones de luz. Si tu no tienes un modo especial para fotografía nocturna, pero si el **modo manual** sube el ISO al máximo sin que produzca demasiado ruido, esto ensucia mucho la imagen. Baja la profundidad con el botón F al mínimo y compensa la velocidad a lo que te deje, procura no bajar de 1/250 porque si el sujeto se mueve te saldrá desenfocado.

Si estás en casa puedes **jugar con las luces** que tengas, las del árbol de navidad, puedes incluir velas para añadir luz extra y jugar con la dirección de la iluminación, o incluso la linterna del móvil, si tienes otro con el que hacer la fotografía. ¡Creatividad al poder!



NAVIDAD, SEXY NAVIDAD

Aunque suene obvio, las fotografías de navidad son temáticas porque contienen elementos navideños, por ello es importante que tengamos un buen **escenario** antes de empezar.

No es necesario que montes el mismísimo *Winterland* en el salón de casa, pero si debes tener algunos elementos para conseguir el resultado que buscas. Te dejo una lista de ideas de **atrezzo** y escenario que puede ayudarte mucho sin hacer una gran inversión.



Árbol de navidad. Apostemos por los sintéticos y reutilizable año tras año. Si estas cansada de ver el mismo pino cada navidad, puedes comprar nieve seca en spray y nevar a tu árbol. Esta nieve la venden en cualquier bazar, y conseguirás un aspecto diferente. Si tienes la oportunidad, te recomiendo que compres en una tienda de barrio o un comercio local. Si no la encuentras allí, te dejo al final del ebook un apartado de “recursos” con una carpeta con enlaces directos de alguna tienda online por si te es útil. En esta foto se ve el truco “nevado” de mi árbol.



M₃ I₁ R₁ I₁ A₁ M₃

A₁ L₁ E₁ G₂ R₁ I₁ A₁



Acebo o Ramas navideñas con ilex (las bolitas rojas), puedes encontrarlo sintético o natural. En la fotografía anterior he creado una composición súper sencilla con una cartulina rosa en una fuente de luz natural, unas letras tipo Scatergory y unas ramas de acebo. En Colvin algunos ramos llevan, puedes comprar un ramo para decorar, dejarlo secar para seguir decorando y usar sus ramas de bolitas para cuando tengas que hacer fotos tipo bodegón. Yo suelo aprovechar las ramas de los ramos para. Incluir algunas en mis fotografías y darle ese toque natural. (Si lo compras en Colvin, tengo descuento con el código *miriamalegria*).

Toques **dorados**, espumillón color oro, o accesorios navideños los que tengas. Te recomiendo que compres los accesorios dentro de la misma gama cromática. Céntrate en cuatro colores que combinen: blanco, rojo, dorado y marrón por ejemplo. Cuando te hablo de blanco, no tiene porque ser exactamente blanco, puede ser nude, beige, gris claro... Igual para el resto de colores. Limitar tus fotos a cuatro colores te ayudará mucho a componer y que queden imágenes equilibradas cromáticamente.

Mensajes. Pizarras, un marco de fotos, o un panel de letras, cualquier base donde puedas incluir un texto en forma de mensaje, puedes usarlo como felicitación de navidad o cómo texto de promoción o info para marca personal o profesional. Este recurso en composición queda super bien.





Adornos del propio árbol. La propia decoración que tengas para el árbol, la puedes usar como atrezzo en tus fotografías de producto, o para tus fotos de marca personal como he hecho en la fotografía anterior. Eso sí, si vas a hacer una composición de producto, tipo bodegón como la del inicio del ebook, fíjate que si usas bolas metalizadas, no salgas reflejada en la propia bola. Para ello prueba con algunas que no reflejen o con textura que no sea brillante.

Una o varias **mantas y/o alfombras** de pelo sintético que tengas por casa, te recomiendo colores neutros, blancos, grises, beiges suelen quedar muy bien en las composiciones fotográficas. También los tejidos como el terciopelo o la lana. Puedes tener varias para usarlas como base para tus composiciones de fotografía de producto. La más vista en redes es la Toftlund de Ikea (10€), pelo sintético y no ocupa mucho espacio. También las puedes usar como fondo fotográfico como hicimos nosotros para algunas fotos. Simplemente atamos un cordel y pusimos la manta como si estuviéramos secando tras la colada. Ten cuidado de que no se vean los márgenes al hacer la foto.




Piñas del suelo. Sal a pasear por una zona de pinos, y recoge algunas piñas que estén en el suelo de la base de los pinos naturales. Estas piñas puedes usarlas directamente como atrezzo para tus fotografías de producto, o como adornos para el árbol. También puedes darle un toque nevado, con pintura blanca. No compres piñas adicionales, si las tienes para decorar el árbol usa esas mismas para tus composiciones.

Luces. Seguro que las encuentras de mil formas y diferentes precios, yo te recomiendo que aunque te gastes un poco más compres led que consumen menos. Si vas a poner luces en exterior, tienes opciones de iluminación solar que no consume energía eléctrica, tan sólo una pila. En cuanto al color, siempre mejor amarilla. Las luces cálidas aporta a tu casa ese toque hogareño, que tanto buscamos en esta época del año. Las mismas luces que tengas para el árbol, las puedes reutilizar para otros escenarios, por ejemplo, puedes poner una pared entera con las luces a modo de cortina para conseguir un fondo de luces desenfocadas. Ese efecto bokeh que tanto gusta.

Alguna tabla de **madera** rústica o con textura, los colores tierra y las texturas naturales son bien recibidas en estas composiciones. Si tienes una marca de joyas, puedes apoyar sobre el tronco o trozo de madera la pieza que quieras fotografiar.

Brillos. Confeti, escarcha, pompas, purpurina, la navidad es magia y un toque glitter o festivo nos aportará mucho carisma a nuestras fotos. Una foto que me encanta es la típica soplando escarcha hacia la cámara, quedan unos destellos y de nuevo ese efecto desenfocado que tanto gusta en redes sociales. Si tienes la oportunidad de estar en un lugar nevado, puedes hacer esto mismo soplando **nieve**. Si pones menos cara de concentración como la mía, mucho mejor, jeje.

Atrezzo atemporal, que siempre queda bien. Estos son objetos que yo suelo tener a mano todo el año y que incluyo en muchas de mis fotografías, como **libros**, si tienen años mucho mejor porque aporta misterio a la fotografía. **Cámara de fotos**, si es vintage le dará ese toque retro de añoranza por el pasado. **Plantas**, somos seres vivos, incluir algo de vegetación le dará un toque bucólico a tus imágenes. Una joya o **accesorio personal**, unos pendientes, o un pañuelo, ese tipo de objetos en la fotografía de bodegón le da un toque femenino que nos habla de la personalidad de la persona a la que corresponde esa fotografía. Todos los objetos nos ayudan a contar una historia.

A close-up photograph of a woman with long brown hair, wearing a white knit beanie and a white and black striped sweater. She is blowing a stream of small, iridescent confetti particles from her mouth. Her hands are cupped together in front of her, and she is wearing a gold ring on her left ring finger. The background is a textured, grey surface.

TUDO ES MAGIA

JINGLE LOOK

Ya hemos visto el escenario, que sería el look de la fotografía, ahora demos un repaso a tu propio look. Obviamente, esto es sólo para los que viven la navidad en Invierno, si tienes la suerte de estar en un punto del planeta con clima tropical ¡por favor no me hagas caso y no te abrigues con mis propuestas de outfits!

Colores, como anteriormente vamos a centrarnos en cuatro colores como máximo porque árbol de navidad ya hay uno, recuerda que aunque sea navidad y sea el momento de los excesos, también en tu outfit, menos es más. Yo apostaría por colores claritos neutros para la base y protagonista del look como blanco, beige, nude, gris claro, rosa baby... con toques rojos. No abuses del rojo, que aunque es muy navideño podemos pecar de sacar una fotografía demasiado estresante con tanta intensidad de color. Añadiría un toque dorado, con los accesorios y luego negro, verde oscuro o marrón.

Estampados de navidad. Típicos jersey de navidad en lana con motivos geométricos estrellados. Cuadros en negro y rojo, súper habitual en sobre camisas, o pijamas. Rayas blancas y rojas que imitan los bastones de caramelo, para calcetas, sudaderas y también visto en pijama. Animales ilustrados en nuestra ropa, ya sea tejido en un jersey, como en forma de stamping en una sudadera.

Tejidos que necesitamos. Lana forever, ¡es su momento! Jerseys oversize, vestidos cortos de cuello alto con calcetas, bufandas, gorros de lana con pompón. Terciopelo, un batín en color granate. Un pijama, los cojines de la escena, un lazo para el pelo, o un vestido para fin de año. El terciopelo siempre tendrá un hueco en nuestro corazón. Paño, franela y tejidos calientes en general. Todos los textiles que aportan calidez a la escena encajan. El algodón, que es atemporal y maravilloso. Y no podían faltar las lentejuelas y tejidos con acabados metálicos o brillantes.



F, E, L, I, Z

N, A, V, I, D, A, D

ALL I WANT FOR XMAS

¡Es una cámara! Pero yo siempre recomiendo a mis señoras que no se gasten dinero en una cámara que acabará al fondo del armario, olvidada. Mucho mejor que inviertas en un móvil con buena cámara. Te dejo diez pautas para hacer la foto perfecta con tu smartphone.

1. Si tu móvil tiene la opción de **configurar** la cámara de fotos en la máxima calidad ¡hazlo!
2. Activa la **parrilla** para ver la pantalla dividida en nueve, esto te ayudará mucho a componer mejor. Si eres iPhone tienes que entrar en configuración / cámara / activar cuadrícula. Si eres Android abre tu cámara y en la ruedecita de configuración, dale a activar parrilla.
3. No envíes tus fotos por whatsapp como foto directamente eso hace que la imagen pierda calidad y se vea peor. Si la tienes que enviar por whatsapp hazlo adjunta como **archivo** para que no se comprima. Tampoco abuses de apps que la comprimen.
4. Procura trabajar con **luz natural** para que tu imagen se vea nítida.
5. Haz muchas fotos, procura hacer **ráfaga** para elegir después
6. Si tienes un teléfono de hace menos de tres años te recomiendo que en lugar de acercarte demasiado al sujeto, hagas **zoom** para evitar la deformación. Si tu teléfono es antiguo entonces no porque perderá calidad la imagen.
7. No importa que no hagas el **encuadre** perfecto en el momento de disparar, puedes encuadrar después en edición.
8. Si no tienes buen pulso usa un **trípode**. Si no tienes fotógrafo para hacerte fotos a ti misma, usa un mando a control remoto. Te dejo etiquetado los que yo uso al final del ebook.
9. **Edita** las fotografías antes de subirlas. No te pases editando. Usa siempre el mismo filtro si quieres tener una galería de Instagram uniforme. Yo uso la app Tezza, es de pago, pero es maravillosa.
10. No te olvides de **disfrutar** lo que estás haciendo y sobre todo ¡disfrútate!



IS YOU, SEÑORA

¡Gracias, gracias, gracias! No puedo estar más feliz con todas las señoras bonitas (y señores) que estoy conociendo este año gracias a Instagram. Para mi es muy importante ser generosa con el universo, porque en la **ley de la abundancia**, la cantidad de cosas buenas que recibas, es proporcional a la cantidad de cosas buenas que debes dar. Así que soy generosa, por puro egoísmo, para continuar en equilibrio con todo **lo que la vida me regala**.

Espero que tú también seas generosa, y al recibir este regalo por Navidad, tú también le hagas un regalo desinteresadamente a alguien que no se lo espere. El poder de regalar también tiene **efectos mágicos** en quien lo recibe, y sobre todo en el que regala.

Aunque para ti pueda parecer insignificante ese “*me gusta*” o ese comentario, para mi tiene mucho peso. Primero porque **valoro mucho** que dediques unos minutos de tu tiempo para interactuar conmigo, y segundo porque **me ayudas a cumplir uno de mis sueños**. Poder dedicarme en cuerpo y alma, a crear contenido de calidad para marcas bonicas. Así que este regalito, **es solo para darte las gracias por tu apoyo**.

Nos vemos en el próximo proyecto, ¡señora, señora, señora!

Gracias por apoyarme siempre,
Miriam Alegría.

hola@miriamalegria.com
www.miriamalegria.com - [@miriamalegria](https://www.instagram.com/miriamalegria)



RECURSOS

Te dejo mi carpeta de picker con todos los accesorios que yo utilizo para mis fotos de Instagram. www.picker.me/miriamalegria/collection/14640

Te dejo también una carpeta de Pinterest con Inspiración para tus fotos navideñas. Si haces alguna con estos trucos, me encantaría verla. Etiquétame en tu historia para que le eche un vistazo. <https://pin.it/2Wz4xDI>

Dentro de esa carpeta encontrarás toda esta inspiración, te comparo por aquí por si no tienes acceso a internet en este momento:
*estas imágenes son han sido realizadas por @miriamalegria



RECURSOS

Inspiración navideña etiquetada en Pinterest
*estas fotografías no han sido realizadas por @miriamalegria

