

## CAPÍTULO 4

### FOTOGRAFÍA DE BEBES Y NIÑOS

#### 1. FOTOGRAFÍA DE BEBÉS

Tener un bebé en casa te facilita la oportunidad de hacer esas fotos para toda la vida.

Muchos de los consejos para hacer fotos a niños son aplicables en fotografías de bebés, pero la diferencia fundamental entre los recién nacidos y los niños a partir de un año de edad radica fundamentalmente en su movilidad, por lo que algunas técnicas son específicas a la hora de retratar bebés.

##### 1.1. TEN LA CÁMARA SIEMPRE A MANO

Si acabas de tener un bebé, posiblemente tengas ahora más tiempo para estar con el recién nacido. Aunque las atenciones que requieren hacen que no puedas dedicar demasiado tiempo a la fotografía, no te faltarán momentos en los que poder hacer un buen uso de tu cámara.

Ten la cámara siempre a mano. En lugar de tenerla guardada en un armario, si puedes, déjala en algún sitio en la habitación donde más tiempo pases, donde no moleste pero esté a tu alcance. Puede ser en el salón o en el comedor.

Teniendo tu cámara a mano y con la batería bien cargada podrás hacer muchas más fotos que si tienes la cámara guardada y tienes que levantarte a por ella cuando quieras hacer fotos.

##### 1.2. HAZ MUCHAS, MUCHAS FOTOS

<http://www.flickr.com/photos/pgoyette/416900181> Un problema muy frecuente es que hacemos muchas fotos en las primeras horas o días de vida de un bebé, y relajamos luego la práctica de la fotografía, dejando pasar meses sin fotografiar a los niños.

Un recién nacido cambia día a día cuando tiene pocos meses. Para quien vive con él, los cambios son inapreciables, pero cuando una persona los ve con menor frecuencia, nota los cambios de semana en semana.



No tengas problema en hacer fotos a los bebés continuamente. Aunque todas las fotos te puedan parecer iguales, con el tiempo descubrirás lo que había cambiado tu hijo en el pasado al revisar las fotos antiguas.

### 1.3. CAMBIA EL PUNTO DE VISTA

Huye del clásico punto de vista en el que mantienes tu posición de pie, erguido, con la cámara a la altura de los ojos.

Baja hasta la altura donde esté el bebé, o incluso sitúate por debajo de él. Estando a su altura conseguirás planos mucho más interesantes.

### 1.4. ACÉRCATE MÁS

<http://www.flickr.com/photos/pgoyette/310682540> No tengas miedo de hacer primerísimos planos. Acércate todo lo que tu cámara te permita.

Puedes acercarte con tu cámara o, si dispones de un buen zoom, utilizar focales largas para sacar todo más cerca sin necesidad de estar demasiado pegado al bebé.

Utilizando estas focales largas evitarás las distorsiones molestas que se pueden llegar a producir cuando te acercas demasiado con la cámara utilizando focales más cortas.



### 1.5. ENFOCA A LOS OJOS...

Si estás sacando la cara del bebé, no olvides, como en cualquier retrato, enfocar a los ojos.

El elemento que se encuentra más enfocado de la fotografía es el que atrae la atención, y los ojos son el elemento que más sensaciones transmite en un rostro.

De nada sirve una buena composición, unos colores fantásticos, una iluminación maravillosa, ... si los ojos quedan desenfocados.

## 1.6. CÉNTRATE EN ALGÚN DETALLE DE SU CUERPO

<http://www.flickr.com/photos/48745248@N00/149580816> Los bebés son sumamente pequeños y frágiles. Una manera especial de hacerles fotos es centrarse en el detalle. Una mano, un pie, una oreja... Trabajando en modo macro, si tu cámara o tu objetivo lo permiten, te permitirá centrar la atención en esos pequeños detalles que de otro modo podrían pasar desapercibidos en un retrato convencional.

Permítete el lujo de hacer muchas fotos, y una vez tengas las más clásicas, céntrate en macros de distintos detalles de su cuerpo. Podrás conseguir fotografías muy interesantes e incluso hacer composiciones o collages con varias fotos.



## 1.7. USA EL MODO DE DISPARO DE RÁFAGA

Si tu cámara lo permite, utiliza el modo de disparo de ráfaga. Este modo permite hacer varias fotos seguidas, una a continuación de la otra.

Los bebés cambian continuamente de expresión, se mueven, pestañean, ... No tengas miedo de hacer fotos de sobra, aunque aparentemente sean todas iguales. Haciendo muchas fotos seguidas, es más probable que en alguna de ellas consigas inmortalizar una expresión "especial". Si haces una única foto, puede que te des cuenta tarde, al verla en el ordenador, de que la fotografía no es como esperabas.

## 1.8. USAR EL FLASH, ¿SI O NO?

Lo cierto es que hay diversidad de opiniones a la hora de utilizar el flash. Todos parecen coincidir en que los bebés no tienen completamente desarrolladas sus facultades visuales al nacer, y la evolución de su vista se va produciendo con el paso del tiempo.

Sin embargo, en cuanto al efecto de la incidencia de la luz directa a los ojos del bebé no acaba de haber consenso. Hay pediatras que consideran que el uso del flash directamente sobre los ojos del bebé afecta directamente al desarrollo futuro de la capacidad visual de la criatura, mientras que otros profesionales consideran que esto no afecta en absoluto.

Sea como fuere, y ante la posibilidad de que afecte, es preferible rebotar la luz del flash en lugar de hacer incidir la luz directamente sobre el bebé, y a ser posible, no abusar del uso del flash.

## 1.9. USA LA LUZ INDIRECTA

<http://www.flickr.com/photos/pgoyette/306986179/> Si no quieres usar flash, o simplemente no tienes un buen flash externo y el de la cámara no es suficiente, prueba a utilizar la luz natural de forma indirecta.

Prueba a hacer fotos al bebé junto a una ventana si estás en el interior de una casa, de modo que la luz incida lateralmente sobre su rostro. En los retratos, la luz lateral es uno de los recursos más utilizados, ya que permite destacar muy bien las formas y relieves.



Solamente necesitarás comprobar que las condiciones de luz son suficientes para poder hacer las fotos con garantías de que no salen movidas. Para ello, revisa que las condiciones de apertura, velocidad y sensibilidad ISO permiten tomar las fotos con la suficiente luz y nitidez.

## 1.10 PRUEBA EN BLANCO Y NEGRO

<http://www.flickr.com/photos/gustty/7140075/> La fotografía en blanco y negro tiene un encanto especial. No dejes de trabajar el blanco y negro en tus fotos.

Recuerda que es preferible, eso sí, hacer las fotos en color para luego convertirlas posteriormente a blanco y negro. Aunque tu cámara lo permita, si utilizas el modo de blanco y negro o sepia de la cámara estarás perdiendo información que tal vez necesites al hacer la foto.

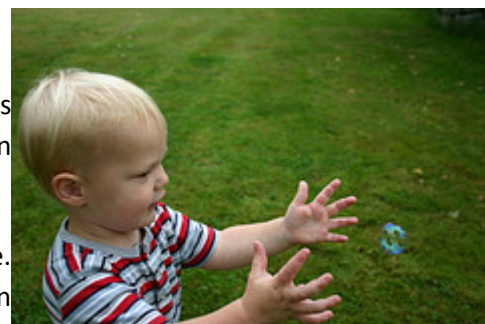
## 2. FOTOGRAFÍA DE NIÑOS

No es necesario que pase mucho tiempo para que las sesiones de fotografía con lo que hasta hace poco era un bebé cambien drásticamente.

### 2.1. CONVIÉRTELO EN UN JUEGO

<http://www.flickr.com/photos/jenni61/> Aunque los niños pequeños muestran más predisposición que los adultos para que les hagan fotos, también se cansan rápido.

A su edad no piensan en otra cosa más que en jugar y divertirse. Por ello, es una buena práctica convertir la sesión fotográfica en un juego.



Debes conseguir que tanto tú como ellos sean parte del juego. Llama su atención, pídeles que hagan algo, pero de forma natural. Olvídate de que les estás haciendo fotos e intenta que ellos se diviertan. Si perciben la sesión como un juego y consigues que participen en él, la predisposición para que les hagas fotos será mucho mayor.

## 2.2. HAZLES REÍR

<http://www.flickr.com/photos/schani/> Hemos dicho que a los niños les gusta jugar. Debemos conseguir hacerles reír por dos motivos principales.

Si ellos se divierten, estarán más distraídos, se lo estarán pasando bien, y será más fácil hacerles fotos. Y este es el objetivo que perseguimos.

Si los niños se ríen saldrán mucho mejor en nuestras fotos. Hay niños más llorones que otros, pero seguro que nos gusta recordar los buenos momentos en lugar de los malos. Cuanto más se ríen, mas guapos saldrán en las fotos, y más podremos presumir de lo guapos que son nuestros niños. ¿O acaso no sois ese tipo de padres que muestran orgullosos las fotos de sus hijos?



## 2.3. PRUEBA A CANTAR

Una manera de jugar con ellos y conseguir que participen en el juego es cantar. A la práctica totalidad de los niños les gusta cantar. Elige una canción que conozcan y canta con ellos, de modo que se centren en recitar la canción y participen de lleno en la actividad que les estás planteando.

Se sentirán bien participando, con lo que no solo conseguirás que se centren en una actividad, sino que además se mostrarán alegres en las fotos.

## 2.4. VE A SU RITMO

<http://www.flickr.com/photos/joseluisrodriguez/> No todo va a ser un camino de rosas. Los niños se distraen con cualquier cosa y cambian de actividad a cada instante. Se darán la vuelta, se tapan la cara, se moverán...

Que sea agradecido hacer fotos a los niños no significa que vaya a ser nada fácil. Vas a necesitar mucha paciencia. Ve a su ritmo, tómatelo con calma, no tengas prisa con ellos. Seguro que a lo largo de la sesión vas a conseguir buenas fotos, pero te va a llevar más de cinco minutos conseguirlo.



Si tienes prisa porque tienes algo que hacer, es mejor que dejes la sesión fotográfica para más tarde. Resuelve todas las tareas pendientes que tengas antes, y sólo dedícate a hacer las fotos cuando hayas resuelto el resto de temas, porque necesitarás algo de tiempo para poder trabajar a gusto.

## 2.5. APROVECHA EL TIEMPO

Tienes que reservarte tiempo para la sesión, pero una vez que dispongas de ese tiempo, tienes que aprovecharlo. Que tú cuentes con media hora no significa necesariamente que el niño te la vaya a conceder. Es probable que se canse pronto porque tenga hambre o sueño, o simplemente se aburra con los juegos.

Ten todo el material fotográfico preparado a la hora de comenzar la sesión. Si te dedicas a configurar la cámara o el flash después de empezar, es probable que desaproveches buenas ocasiones para tus fotos.

## 2.6. AYÚDATE DE ALGO

<http://www.flickr.com/photos/savannahgrandfather/> Apóyate en cualquier objeto que pueda servir para distraer al niño. Puede ser su juguete favorito, aunque no tiene que ser necesariamente un juguete. También sirven otros elementos de su vida cotidiana, como los accesorios que usas habitualmente para darles la comida.

Recuerda, eso sí, que el objeto que le des para que se distraiga no debe poner en peligro su seguridad.

## 2.7. AYÚDATE DE ALGUIEN

Es probable que no puedas tu solo con ellos. Un elemento con el que te puedes ayudar es con algún familiar cercano. No solo distraerás su atención de la sesión fotográfica, sino que además te permitirá conseguir instantáneas familiares muy bonitas.

Así que, si tienes a mano a padres, abuelos o tíos y no les importa colaborar y salir en las fotos, es probable que consigas un bonito recuerdo familiar de la sesión.

## 2.8. UTILIZA FLASH O VELOCIDADES RÁPIDAS

Los niños se mueven muy rápido, por lo que necesitarás disparar con velocidades de obturación suficientemente altas como para que las fotos no salgan movidas.

Para ello necesitarás un extra de luz. En caso de disponer de una cámara réflex, esa luz la puedes conseguir con objetivos luminosos, esto es, con aperturas de diafragma suficientemente grandes, o, mejor aún, mediante el uso de un buen flash.

Probablemente quieras hacer fotos en interiores, con lo que es posible que una inversión en buenos objetivos no sea suficiente. Ya hemos dicho alguna vez que el flash que viene incorporado en las cámaras

suele ser de poca ayuda, por lo que tal vez haya llegado el momento de que te plantees la compra de un buen flash externo. Ten en cuenta además que también te será de ayuda cuando fotografíes a los niños al aire libre, ya que lo podrás utilizar como flash de relleno, suavizando las sobras que se producen con la luz dura en las horas centrales del día.

Si no puedes o no quieres invertir en flashes externos ni ópticas adicionales, siempre tienes la opción de subir la sensibilidad ISO de la cámara. Esto te permitirá trabajar con menos luz sin sacrificar la velocidad de obturación, evitando que las fotos salgan movidas.

## 2.9. SITÚATE CERCA

<http://www.flickr.com/photos/bethcanphoto/> Una de las reglas más básicas de composición fotográfica es la de rellenar el encuadre. ¿Estás fotografiando a un niño, o una habitación en la que hay un niño? Si la foto no es suficientemente buena, probablemente no estás suficientemente cerca.



Acércate lo que necesites. Con la cámara o con el zoom. Cuando mires a través del visor, pregúntate si todos los elementos que estás viendo deben salir en la foto. En caso de duda con alguno, sácalo del encuadre.

En función del tipo de retrato que estés haciendo, puedes acercarte más o menos. Prueba con diferentes distancias y más tarde podrás quedarte con la que te guste más.

## 2.10 PRUEBA DESDE DIFERENTES ÁNGULOS

¿Piensas hacer la típica foto aburrida desde la misma posición de siempre? Tírate al suelo, gira la cámara, ponte boca abajo... Puedes cambiar el punto de vista desde el que haces las fotos a la vez que participas en el juego.

La mayoría de las veces las mejores fotos se toman desde puntos de vista inusuales. así que no pierdes nada por hacer la prueba.

## 2.11. HAZ MUCHAS FOTOS

Recuerda que tienes entre las manos una cámara digital. Ya no tienes que cambiar carretes o pagar costosos revelados.

Haz todas las fotos que puedas. Los niños son rápidos, y en la mayoría de las ocasiones cambiarán de gesto o estropearán la foto. Pero haciendo muchas fotos, seguro que alguna fotografía se salva de la quema.

Cuando las pases al ordenador, borras las que te sobren y listo.

## 2.12. ENFOCA A LOS OJOS

<http://www.flickr.com/photos/pgoyette/> Esta es una regla de oro en fotografía de retratos, no solo en niños.

Cuando estés enfocando para hacer la foto, enfoca siempre los ojos.



Puedes utilizar una profundidad de campo tan pequeña como quieras siempre y cuando mantengas los ojos enfocados. Sin embargo, si los ojos no salen enfocados, habrás arruinado la foto.

La excepción es el tipo de retrato en el que queremos centrar la atención de quien observa la fotografía en otra parte del cuerpo, como por ejemplo las manos. En ese caso, no hay problema en no enfocar los ojos, pero debemos tener en cuenta que estaremos haciendo un retrato de las manos del niño, y no del niño en sí.

## 2.13. HAZ FOTOS COMO SI FUERAS BAJITO

Si haces las fotos de pie, los niños saldrán vistos desde arriba. Conseguirás que se acentúen las posibles distorsiones de la óptica de tu cámara, además de conseguir un efecto no demasiado bueno en las fotos.

Agáchate, ponte de rodillas, haz lo que necesites para situarse a su misma altura. Haz las fotos como si fueras un niño más que contempla la escena, de igual a igual.

Las fotos saldrán mucho más naturales e interesantes.

## 2.14. HAZ FOTOS EN PAREJAS O GRUPOS

Solo hay una cosa más difícil que fotografiar a un niño: fotografiar a dos niños.

Vas a tener que multiplicar la paciencia para conseguir una buena foto de grupo si se fijan en tí. Pero en el momento que consigas pasar desapercibido para ellos, se presentarán ante tu cámara situaciones la mar de interesantes. Es tan curioso como bonito observar cómo los niños se relacionan e interactúan entre ellos.

Si puedes, no pierdas la ocasión de recoger ese momento.