



PAOLA JIMÉNEZ
fotografía

ILUMINACIÓN DE ESTUDIO

FUNDAMENTOS BÁSICOS

MENTORÍA 1:1

La iluminación es más que un aspecto técnico.

Sirve para:

- Definir un concepto.
- Dar intención, calidad, textura, volumen y fuerza.
- Resaltar u ocultar elementos/inseguridades.

Errores comunes:

- NO fijarse en las sombras.
- Iluminar de frente sin intención.
- No definir concepto / qué quiero transmitir.



Conceptos básicos:

- **Luz dura:** sombras marcadas, más dramatismo (ej: sol directo, foco sin difusor).
- **Luz suave:** sombras difusas (ej: ventana con cortina, softbox).

Dirección de la luz:

- **Frontal** → aplanar el rostro.
- **Lateral** → volumen y textura.
- **Cenital** → dramática, poco favorecedor en retrato.
- **Contraluz** → siluetas y atmósfera.

Antes de mover luces, observar cómo cambian las sombras.



Rembrandt

- Triángulo de luz bajo el ojo.
- Efecto: clásico, dramático, da carácter, formal, genera contraste y profundidad en el rostro, resaltando la estructura ósea.
- Posición: luz a 45° lateral + ligera inclinación hacia abajo.
- Transmite fuerza, madurez, liderazgo o seriedad.



Loop

- Característica: pequeña sombra junto a la nariz. (media luna)
- Posición: luz a 30-40° respecto al sujeto, un poco elevada.
- Efecto: versátil y favorecedor, retratos más naturales y ligeros.
- Da volumen al rostro sin endurecerlo demasiado.



Butterfly | Paramount

- Característica: sombra en forma de mariposa bajo la nariz.
- Posición: luz frontal y alta (encima de la cámara).
- Efecto: glamour, belleza, moda.
- Resaltar pómulos y simetría.



Iluminación con varias luces

Luz principal (Key light): define la atmósfera, las sombras, carácter emocional.

Marca tridimensionalidad, puede ser dura/suave, Rembrandt, Loop, Butterfly.

Luz de relleno (Fill light): suaviza sombras, aporta naturalidad, reduce contraste de luz principal, complementa.

Puede ser suave o más intensa, puede ser flash, luz continua, rebote o reflector.



ACCESORIOS

- **Foam blanco/cartón** → refleja y rebota luz.
- **Foam negro** → controla luz y evita rebotes no deseados.
- **Espejo** → rebota luz y refleja una luz suave.
- **Reflector plateado** → más contraste y brillo.
- **Reflector dorado** → tono cálido en piel
- **Pared blanca** → funciona como un reflector gigante.
- **Cortinas, telas, etc.**



CONSEJOS

Observar la luz: Mirar cómo se comporta luz/sombra, experimentar con ella.

Menos es más: dominar primero los esquemas básicos.

La intención es clave: no importa tanto el equipo, sino cómo se usa la luz.

Enriquecer biblioteca visual: alimentar la mente y el ojo con buenas referencias. Mientras más fuerte sea nuestra biblioteca visual, más originales y poderosos serán nuestros propios conceptos.

