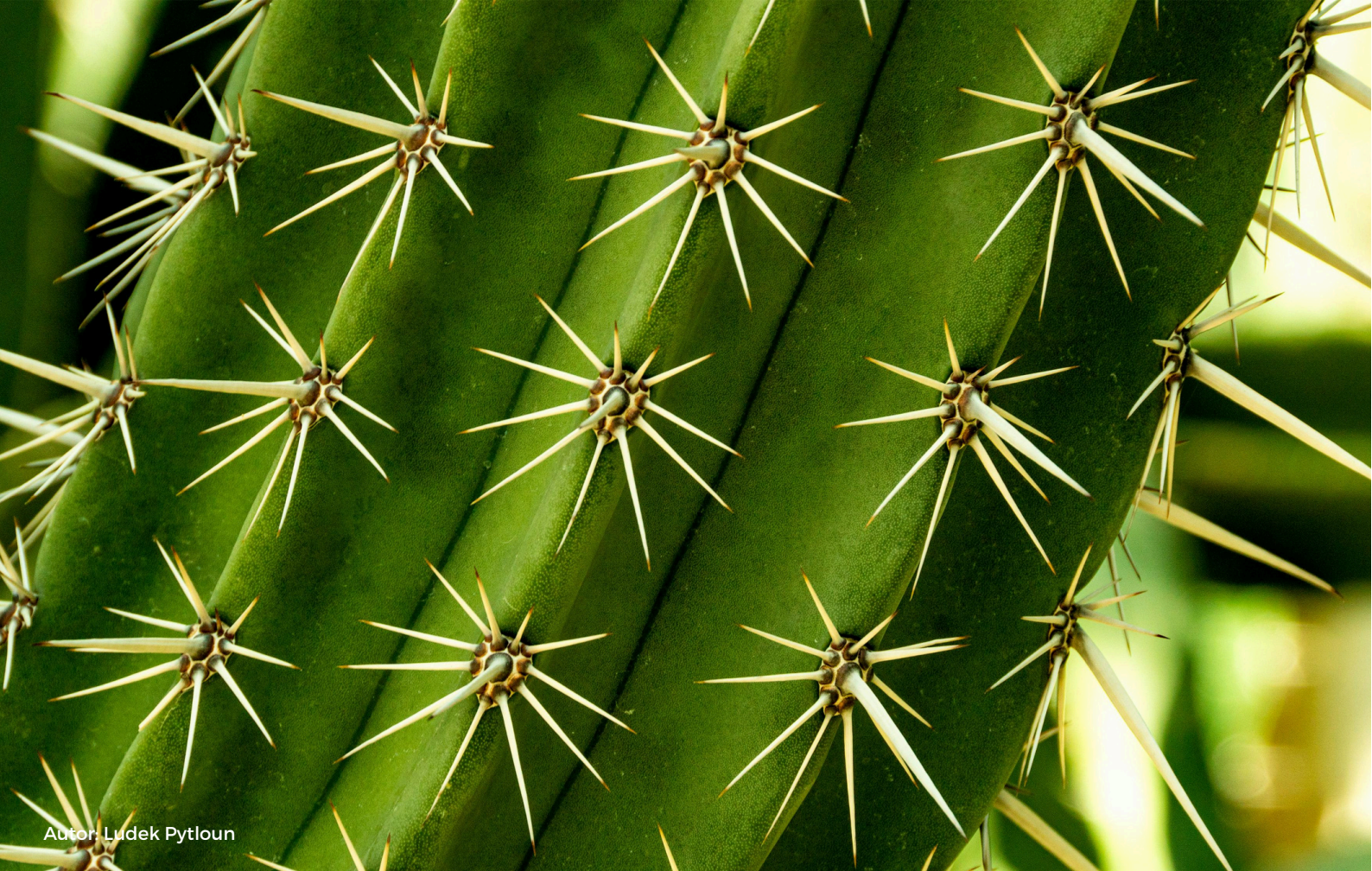


Fotografía desde cero.

Fascículo 19. Enfocar bien: cómo
conseguir fotos realmente nítidas

- *Guía completa para principiantes.*



Autor: Ludek Pytloun

Una de las frustraciones más habituales cuando empezamos en fotografía es llegar a casa, abrir las imágenes en el ordenador y descubrir que muchas no están tan nítidas como parecían en la pantalla de la cámara.

En pequeño se veían bien. La composición parecía correcta. La luz era aceptable. El momento estaba ahí.

Pero al ampliar la fotografía aparece el problema: la cara no está enfocada, el fondo está más nítido que el sujeto, los ojos están blandos, la imagen está movida o todo parece ligeramente borroso.

Lo primero que solemos pensar es que la cámara ha fallado. O que el objetivo no es suficientemente bueno.

A veces puede ser así, pero muchas veces el problema está en otra parte: no hemos enfocado donde debíamos, hemos usado una velocidad demasiado lenta, hemos elegido mal el modo de enfoque, hemos disparado con demasiada prisa o no hemos entendido qué parte de la imagen podía salir nítida y cuál no.

Enfocar bien no consiste solo en que la cámara “pille foco”. Consiste en decidir qué parte de la fotografía debe estar nítida y trabajar para que eso ocurra.

La nitidez empieza antes del disparo.

QUÉ SIGNIFICA ENFOCAR.

Enfocar es hacer que una zona concreta de la escena aparezca nítida.

Cuando enfocamos, no hacemos que toda la imagen sea nítida automáticamente.

Elegimos una distancia. Todo lo que esté aproximadamente en esa zona puede verse claro; lo que esté por delante o por detrás puede ir perdiendo nitidez.

Esto es importante porque muchas veces pedimos a la cámara algo imposible.

Queremos que una persona muy cercana salga nítida, que el fondo también lo esté, que el primer plano no se desenfoque, que disparemos con poca luz, que la velocidad sea lenta y que todo salga perfecto.

Pero la fotografía siempre es una negociación entre luz, distancia, apertura, velocidad, movimiento y enfoque.

La cámara puede ayudar mucho, pero no puede decidir por nosotros qué es importante en la imagen. Esa decisión es del fotógrafo.

En un retrato, normalmente queremos que los ojos estén nítidos.

En un paisaje, quizá queremos nitidez desde el primer plano hasta el fondo.

En fotografía de calle, tal vez necesitamos que una persona en movimiento quede clara.

En macro, puede que solo una parte mínima del sujeto pueda estar enfocada.

En deporte o fauna, el reto será mantener el foco sobre algo que se mueve.

Cada situación exige una estrategia distinta.

No es lo mismo desenfoque que foto movida. Antes de corregir el problema, hay que saber qué problema tenemos. Muchas fotografías que llamamos “desenfocadas” en realidad están movidas.

Muchas fotos que creemos movidas están mal enfocadas.

Una foto desenfocada ocurre cuando el punto de enfoque está en el lugar equivocado. Por ejemplo, fotografiamos a una persona y la pared del fondo está nítida, pero la cara no.

Cuando hacemos un retrato y la oreja está más nítida que los ojos. La cámara enfocó, pero no donde debía.

Una foto movida ocurre cuando durante el disparo se ha producido movimiento. Puede moverse la cámara, puede moverse el sujeto o pueden moverse ambas cosas. En ese caso, la imagen no tiene una zona claramente enfocada, sino una sensación de arrastre o vibración.

También existe una tercera posibilidad: la foto está “blanda”. No está claramente desenfocada ni claramente movida, pero le falta fuerza.

Puede deberse a una velocidad algo justa, a una apertura poco adecuada, a un ISO muy alto, a mala calidad óptica, a falta de contraste, a humedad en la lente, a un filtro sucio o a una edición incorrecta.

Por eso conviene revisar las fotos ampliadas al 100 %. No para obsesionarse con la perfección, sino para entender qué ha pasado.

Si hay una zona nítida, pero no es la zona importante, el problema es de enfoque.





Autor: Natalia Photo

Si no hay ninguna zona realmente nítida y todo parece arrastrado, probablemente hay movimiento.

Si la imagen está aceptable pero sin detalle fino, puede haber una mezcla de factores.

Diagnosticar bien evita cambiar ajustes al azar.

DÓNDE ENFOCAR.

La primera decisión es sencilla: hay que enfocar en la parte más importante de la imagen. Pero esa parte cambia según el tipo de fotografía.

En retrato, casi siempre debemos enfocar a los ojos. Si la persona está de frente, uno de los dos ojos suele ser suficiente si la profundidad de campo cubre ambos.

Si la cara está girada, conviene enfocar al ojo más cercano a la cámara. Una nariz enfocada y unos ojos blandos rara vez funcionan. Unos ojos nítidos pueden sostener incluso una imagen con otras zonas desenfocadas.

En fotografía de personas de cuerpo entero, puede bastar con enfocar al rostro o al torso, dependiendo de la distancia y la apertura.

Cuanto más lejos esté la persona, más margen tendremos.

En paisaje, normalmente buscamos una nitidez más amplia. No siempre hay que enfocar al infinito. Si tenemos elementos importantes en primer plano y fondo, hay que pensar en profundidad de campo.

Muchas veces conviene enfocar a una zona intermedia de la escena y usar una apertura adecuada, como $f/8$ o $f/11$, según la cámara, la focal y la distancia.

En fotografía de producto, hay que enfocar en la parte que debe entenderse primero: el logotipo, la textura, la zona frontal, el detalle principal o el punto de uso del objeto.

En fotografía de animales, el ojo vuelve a ser clave. Un ave con las plumas del cuerpo nítidas pero el ojo blando pierde mucha fuerza.

En fotografía de acción, deporte o niños, el problema no es solo dónde enfocar, sino mantener el foco mientras el sujeto se mueve.

Ahí entran los modos de enfoque continuo.

Enfocar bien empieza por una pregunta: ¿qué parte de esta fotografía no puede fallar?



PUNTO DE ENFOQUE: NO DEJES QUE LA CÁMARA ELIJA SIEMPRE.

Las cámaras actuales tienen muchos puntos de enfoque y sistemas muy avanzados.

Algunas detectan ojos, caras, animales, vehículos o aves. Eso es una ayuda enorme, pero no significa que debamos desentendernos.

Si dejamos que la cámara elija automáticamente cualquier punto, puede enfocar al elemento más cercano, al contraste más fuerte o a la zona que le resulte más fácil. Eso no siempre coincide con nuestro sujeto.

Por ejemplo, si fotografiamos a una persona detrás de unas ramas, la cámara puede enfocar las ramas. Si hay un cartel brillante detrás, puede irse al cartel.

Si el fondo tiene mucho contraste y el sujeto poco, puede equivocarse.

Si hay varias personas, puede elegir una que no es la protagonista.

Por eso es importante aprender a seleccionar el punto o zona de enfoque. No hace falta usar siempre el punto más pequeño, pero sí conviene tener control.

Para sujetos quietos, un punto único o una zona pequeña suele dar precisión.

Para personas, el enfoque al ojo puede ser muy útil si la cámara lo ofrece.

Para sujetos en movimiento, una zona más amplia o seguimiento puede funcionar mejor.

Para escenas complejas, cuanto más decida la cámara sola, más posibilidades hay de que elija algo que no queremos.

La tecnología ayuda, pero la intención sigue siendo nuestra.

ENFOQUE AUTOMÁTICO Y ENFOQUE MANUAL

La mayoría de las veces trabajaremos con enfoque automático. Es rápido, cómodo y muy eficaz. Pero conviene saber cuándo usar enfoque manual.

El enfoque automático es ideal para retratos, fotografía familiar, eventos, calle, deporte, fauna, viajes y casi cualquier situación en la que necesitamos rapidez.

Las cámaras actuales enfocan mejor que nunca, especialmente con buena luz y sujetos reconocibles.





Autor: usta Cabrera

El enfoque manual es útil cuando la cámara tiene dificultades: poca luz, escenas con poco contraste, fotografía nocturna, macro, paisajes con trípode, vídeo, fotografía a través de cristales, sujetos detrás de obstáculos o situaciones donde queremos máxima precisión sobre una zona concreta.

En fotografía nocturna, por ejemplo, el autofocus puede fallar porque no encuentra contraste suficiente. En ese caso, podemos ampliar la imagen en pantalla, enfocar manualmente una luz lejana, una estrella brillante o un detalle iluminado, y después no tocar el anillo de enfoque.

En macro, el margen de nitidez es tan pequeño que a veces resulta más eficaz mover ligeramente la cámara hacia delante o hacia atrás que girar el anillo de enfoque.

No hay que ver el enfoque manual como algo antiguo. Es una herramienta más. Lo importante es saber cuándo da más control que el automático.

AF-S, AF-C Y MODOS EQUIVALENTES.

Aunque cada marca usa nombres distintos, casi todas las cámaras tienen modos de enfoque similares. Los dos más importantes son el enfoque sencillo y el enfoque continuo.

El enfoque sencillo, llamado AF-S en muchas cámaras, sirve para sujetos quietos. Pulsamos el botón de enfoque, la cámara enfoca y mantiene esa distancia mientras disparamos.

Es útil para paisaje, producto, arquitectura, retratos tranquilos, objetos y escenas sin movimiento importante.

El enfoque continuo, llamado AF-C en muchas cámaras, sirve para sujetos que se mueven.

Mientras mantenemos pulsado el botón de enfoque o el disparador a medio recorrido, la cámara intenta seguir ajustando el foco.

Es útil para deporte, fauna, niños, personas caminando, eventos, vehículos o cualquier situación donde el sujeto cambia de distancia.

Usar AF-S con un sujeto que se acerca puede producir fotos desenfocadas. La cámara enfoca al principio, pero cuando disparamos el sujeto ya está en otra distancia.

Usar AF-C con un sujeto quieto no suele ser grave, pero puede resultar menos preciso en algunas situaciones si la cámara reajusta sin necesidad.

También hay modos automáticos que deciden entre enfoque sencillo y continuo. Pueden funcionar bien, pero al aprender conviene entender qué está pasando.

La regla básica es sencilla: sujeto quieto, enfoque sencillo; sujeto en movimiento, enfoque continuo.

ENFOCAR Y RECOMPONER: ÚTIL, PERO CON CUIDADO.

Una técnica clásica consiste en enfocar al sujeto, mantener el enfoque bloqueado y recomponer el encuadre antes de disparar.

Puede funcionar muy bien, sobre todo con sujetos quietos y aperturas moderadas.

Pero tiene riesgos.

Si estamos muy cerca del sujeto, usamos una apertura muy grande (por ejemplo $f/1.4$ o $f/1.8$) y recomponemos mucho, el plano de enfoque puede desplazarse lo suficiente como para que los ojos dejen de estar perfectamente nítidos. Esto se nota mucho en retrato cercano.

En esos casos es mejor mover el punto de enfoque hasta el ojo, usar detección de ojo si la cámara la tiene o cerrar un poco el diafragma para ganar margen.

LA APERTURA Y LA PROFUNDIDAD DE CAMPO.

La apertura del diafragma afecta mucho a la zona que aparece nítida. Cuanto más abrimos el diafragma, menor suele ser la profundidad de campo. Es decir, menos zona de la escena aparece enfocada por delante y por detrás del punto de enfoque.

Por eso un retrato a $f/1.4$ puede tener un fondo muy desenfocado, pero también exige mucha precisión. Si enfocamos a la pestaña en vez de al ojo, se notará. Si la persona se mueve un poco, se notará. Si recomponemos demasiado, se notará.

Cerrar el diafragma (por ejemplo a $f/4$, $f/5.6$, $f/8$ o $f/11$) aumenta la profundidad de campo. Esto ayuda en paisaje, grupos de personas, producto o escenas donde queremos más elementos nítidos.

Pero cerrar demasiado también tiene límites. A aperturas muy cerradas, como $f/16$ o $f/22$, puede aparecer difracción, que reduce la nitidez general.

No significa que nunca deban usarse, pero no conviene pensar que “cuanto más cerrado, más nítido” en todos los casos.





Autor: Airam Dato-on

La apertura debe elegirse según la intención:

- Si queremos separar un retrato del fondo, abrimos.
- Si queremos un grupo de personas nítido, cerramos algo más.
- Si queremos paisaje con profundidad, usamos aperturas medias o cerradas.
- Si queremos macro, cerramos para ganar algo de margen, aunque seguirá siendo limitado.
- Si buscamos máxima nitidez óptica, muchas lentes rinden muy bien en aperturas intermedias.

No siempre hay que disparar a la máxima apertura que permite el objetivo.

LA VELOCIDAD TAMBIÉN AFECTA A LA NITIDEZ.

Aunque enfoquemos perfectamente, la foto puede salir mal si la velocidad de obturación es demasiado lenta.

Cuando disparamos a pulso, nuestro cuerpo se mueve. Aunque intentemos estar quietos, hay pequeñas vibraciones. Si la velocidad es lenta, esas vibraciones quedan registradas y la imagen aparece trepidada.

Una regla orientativa clásica dice que la velocidad debería ser al menos equivalente a la focal utilizada.

Con un 50 mm, 1/50 s o más rápido. Con un 200 mm, 1/200 s o más rápido. En cámaras con sensores de distinto tamaño, estabilización o mucha resolución, esta regla puede variar, pero sirve como punto de partida.

La estabilización ayuda mucho, pero no hace milagros. Puede compensar el movimiento de la cámara, pero no congela el movimiento del sujeto.

Si fotografiamos a una persona caminando a 1/10s, la estabilización puede mantener el fondo estable, pero la persona saldrá movida.

Para personas quietas, muchas veces conviene no bajar de 1/125s si queremos seguridad.

Para niños, eventos o gestos rápidos, quizá necesitemos 1/250s o más.

Para deporte o fauna, podemos necesitar 1/500s, 1/1000s o velocidades más altas.

Para paisaje con trípode, podemos usar velocidades lentas sin problema si nada importante se mueve.

Una foto nítida necesita enfoque correcto y velocidad suficiente.



SUJETAR BIEN LA CÁMARA.

La técnica de sujeción parece básica, pero influye mucho. Una cámara mal agarrada produce más trepidación, especialmente con poca luz o focales largas.

Conviene sujetar la cámara con firmeza, pero sin tensión excesiva. La mano derecha agarra la empuñadura y dispara. La izquierda sostiene el objetivo desde abajo. Los codos deberían estar cerca o pegados al cuerpo, no abiertos sin control. Los pies, separados y estables.

Al disparar, es mejor hacerlo con suavidad, sin golpear el botón.

También ayuda controlar la respiración. No hace falta exagerar, pero sí evitar disparar justo en un movimiento brusco. Podemos inspirar, soltar un poco el aire y disparar con calma.

Si hay una pared, una barandilla, una columna o una roca, podemos apoyarnos. Si estamos de rodillas o sentados, ganamos estabilidad.

Si usamos teleobjetivo, cualquier movimiento se amplifica, así que la postura importa aún más.

La nitidez no depende solo de la cámara. También depende del cuerpo del fotógrafo.

EL TRÍPODE NO ES SOLO PARA Poca LUZ.

El trípode se asocia a fotografía nocturna o larga exposición, pero también es una herramienta de precisión.

Permite componer con calma, mantener encuadres estables, cerrar diafragma, trabajar con ISO bajo, hacer varias tomas iguales y revisar con más tranquilidad.

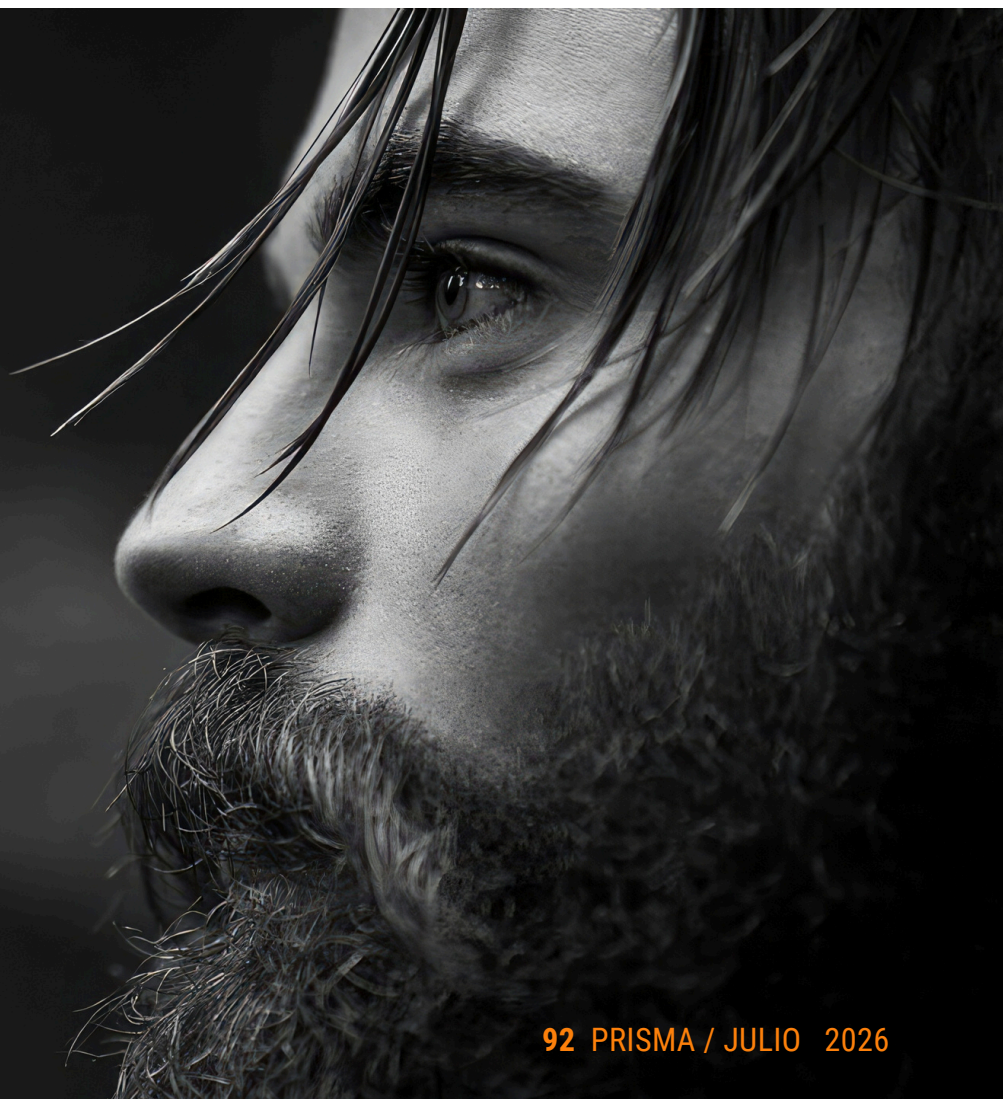
En paisaje, arquitectura, producto, macro o fotografía nocturna, el trípode puede marcar una diferencia enorme. Pero debe ser estable.

Un trípode débil, mal abierto o con una rótula floja puede producir vibraciones.

Cuando usamos trípode, conviene activar temporizador, disparador remoto o retardo de dos segundos para evitar mover la cámara al pulsar.

También conviene revisar si la estabilización de cámara u objetivo debe desactivarse sobre trípode, según el modelo y las recomendaciones del fabricante.

Un trípode no arregla una mala composición, pero elimina muchas causas de falta de nitidez.





Autor: Artur Didyk

CUIDADO CON EL SUJETO QUE SE MUEVE.

A veces el fotógrafo está estable, la cámara enfoca bien y aun así la foto sale borrosa porque el sujeto se ha movido.

Esto pasa mucho en retrato, niños, animales, eventos, calle y deporte. Una persona no está completamente quieta. Respira, parpadea, gira la cabeza, cambia el peso del cuerpo, mueve las manos.

Si la velocidad es demasiado lenta, ese pequeño movimiento se nota.

Por eso, en retrato con luz natural, no conviene confiarse demasiado con velocidades lentas. Aunque el objetivo tenga estabilización, el rostro puede moverse. Si buscamos ojos realmente nítidos, necesitamos una velocidad que congele a la persona.

En fotografía de niños o animales, hay que subir aún más. Es preferible aumentar ISO y conseguir una velocidad segura que mantener ISO bajo y volver con imágenes movidas.

El ruido se puede reducir. Una foto movida rara vez se salva.

LA LUZ AYUDA A ENFOCAR

Las cámaras enfocan mejor cuando hay luz y contraste.

En una escena oscura, plana o con poca textura, el sistema de enfoque puede tener problemas. No es necesariamente un fallo de la cámara; necesita información para trabajar.

En retrato, una luz bien colocada en el rostro ayuda al enfoque. En interiores oscuros, podemos buscar una zona con más contraste, acercar al sujeto a una ventana o usar una pequeña luz de apoyo.

En fotografía nocturna, podemos enfocar sobre una farola, una estrella brillante, la luna o un elemento iluminado.

El enfoque no depende solo de la tecnología. También depende de darle a la cámara algo claro sobre lo que trabajar.

REVISAR AMPLIANDO.

La pantalla de la cámara engaña. Una foto puede parecer nítida cuando se ve pequeña y revelar fallos al ampliarla. Por eso conviene revisar con zoom las imágenes importantes.

En retrato, amplía los ojos.

En paisaje, revisa primer plano y fondo.

En producto, revisa el detalle principal.

En fotografía nocturna, revisa estrellas o luces lejanas.

En fauna, revisa el ojo del animal.

No hace falta revisar cada disparo de forma obsesiva, pero sí las primeras fotos de una situación nueva.

Si detectas el problema pronto, puedes corregirlo. Si lo descubres en casa, ya no hay solución.

Revisar bien en campo es parte del proceso.

ERRORES FRECUENTES AL ENFOCAR.

Uno de los errores más habituales es dejar que la cámara elija el punto de enfoque sin supervisión. Puede funcionar en escenas sencillas, pero no siempre.

Otro error es usar siempre la máxima apertura. Un fondo muy desenfocado puede ser bonito, pero si perdemos nitidez en el sujeto principal, la foto falla.

También es común usar velocidades demasiado lentas por miedo a subir ISO. El resultado suele ser peor: una imagen limpia pero movida.

Otro fallo frecuente es no cambiar de modo de enfoque cuando el sujeto se mueve. Si usamos enfoque sencillo con alguien que camina hacia nosotros, la cámara puede quedarse con la distancia inicial.

También se falla mucho por no revisar ampliando. Confiar en la pantalla pequeña puede dar una falsa seguridad.

Por último, está el error de obsesionarse con la nitidez por encima de todo. Una foto debe estar nítida donde importa, pero la nitidez no sustituye a la luz, la composición, el momento o la emoción.

EJERCICIOS PRÁCTICOS.

Para aprender a enfocar mejor, conviene practicar de forma sencilla.

Ejercicio 1: mismo sujeto, distintas aperturas.

Fotografía un objeto cercano con aperturas diferentes: $f/1.8$, $f/2.8$, $f/4$, $f/5.6$ y $f/8$, si tu objetivo lo permite. Enfoca siempre al mismo punto y observa cómo cambia la zona nítida.

Ejercicio 2: retrato y ojo cercano.

Haz varios retratos de una persona con la cara ligeramente girada. Enfoca al ojo más cercano y revisa ampliando. Después enfoca al ojo lejano y compara. Verás cómo cambia la sensación de nitidez.





Autor: Knape

EJERCICIO 3: VELOCIDAD MÍNIMA A PULSO.

Fotografía un objeto quieto con la misma focal a diferentes velocidades: 1/250 s, 1/125 s, 1/60 s, 1/30 s, 1/15 s. Revisa en el ordenador y comprueba a partir de qué velocidad tu pulso empieza a fallar.

Ejercicio 4: sujeto en movimiento.

Pide a alguien que camine hacia ti. Prueba primero con enfoque sencillo y luego con enfoque continuo. Compara resultados. Este ejercicio ayuda a entender por qué el modo de enfoque importa.

Ejercicio 5: revisar el punto real de enfoque.

Haz una foto con varios objetos colocados a distintas distancias. Enfoca a uno concreto. Después revisa ampliando qué objeto ha quedado realmente más nítido. Es una forma muy útil de entrenar precisión.

Enfocar bien no consiste en apretar un botón y esperar que la cámara acierte. Consiste en saber qué parte de la imagen importa, elegir el modo adecuado, usar una velocidad suficiente, controlar la profundidad de campo, estabilizar la cámara y revisar cuando hace falta.

A veces necesitaremos precisión. A veces velocidad. A veces profundidad. A veces paciencia. A veces enfoque manual. A veces confiar en la detección de ojo. A veces cerrar un poco el diafragma. A veces subir ISO sin miedo.

Con la práctica, todas esas decisiones empiezan a ser naturales.

Entonces ocurre algo importante: dejamos de preguntarnos por qué nuestras fotos no salen nítidas y empezamos a decidir exactamente dónde queremos que lo sean.

