

Fotografía desde cero.

Fascículo 9: La luz en la práctica:
Tipos de luz, direcciones y atmósferas.

- *Guía completa para principiantes.*



Autor: Arcaion

INTRODUCCIÓN: LA MATERIA PRIMA DE LA FOTOGRAFÍA.

La fotografía significa literalmente escribir con luz.

Todo lo que vemos en una imagen —formas, colores, volúmenes, atmósferas— depende de cómo la luz baña la escena y de cómo la cámara la registra.

Aprender a ver la luz es más importante que cualquier ajuste de cámara.

Una foto técnicamente correcta puede ser plana o aburrida si la luz no acompaña, mientras que una escena sencilla puede convertirse en algo extraordinario con la luz adecuada.

La buena noticia es que la luz está en todas partes: en la ventana de casa, en la calle, en el parque, en un amanecer.

No necesitas equipo costoso para empezar a entenderla, solo práctica y atención.

TIPOS DE LUZ: NATURAL Y ARTIFICIAL.

Luz natural

Sol directo: ilumina con fuerza, genera sombras duras y contrastes intensos. Muy útil para resaltar formas, pero puede resultar poco favorecedora en retratos

- Cielo nublado: funciona como una enorme pantalla difusora. Las sombras casi desaparecen y los colores se muestran más saturados. Es la luz más fácil para empezar.
- Luz reflejada: cuando el sol rebota en una pared clara, en el suelo o en el agua. Es más suave y envolvente, perfecta para retratos o para iluminar detalles en sombra.

Luz artificial

- Bombillas incandescentes o halógenas: tienden a ser cálidas, con tonos amarillentos.
- Fluorescentes: frías, azuladas o verdosas. Suelen dar problemas en retratos, pero se pueden aprovechar creativamente.
- LEDs: muy variadas, desde cálidas hasta frías, e incluso de colores.
- Flash: intenso, breve y controlable. Se usa tanto para congelar movimiento como para iluminar en condiciones difíciles.

DIRECCIONES BÁSICAS DE LA LUZ.

La dirección desde la que llega la luz cambia radicalmente el resultado. Aquí tienes los cuatro esquemas principales.

Frontal.

- La luz incide desde delante del sujeto, detrás de la cámara.
- Ventaja: todo bien iluminado, colores vivos.



Autor: Jonas Wilson

- Desventaja: aplanan los volúmenes, las sombras casi desaparecen.
- Ejemplo: un retrato al mediodía, con el sol detrás del fotógrafo.

Lateral.

- La luz entra desde un lado del sujeto.
- Ventaja: crea volumen, resalta texturas, da sensación de tridimensionalidad.
- Desventaja: puede ser demasiado dura si no se suaviza.
- Ejemplo: una ventana lateral iluminando medio rostro.

Contraluz.

- La luz está detrás del sujeto, frente a la cámara.
- Ventaja: genera siluetas, halos y atmósferas mágicas.
- Desventaja: riesgo de subexponer al sujeto si no se mide bien la luz.
- Ejemplo: un árbol al atardecer con el sol escondiéndose detrás.

Cenital (desde arriba).

- La luz incide en ángulo vertical, como el sol al mediodía o una lámpara de techo.
- Ventaja: útil para escenas dramáticas o para destacar un punto concreto.

- Desventaja: crea sombras duras bajo los ojos, la nariz o el mentón.
- Ejemplo: una persona caminando bajo una farola.

CALIDAD DE LA LUZ: DURA VS. SUAVE

Más allá de la dirección, la luz puede ser dura o suave.

Luz dura: sombras bien definidas, alto contraste. Aparece cuando la fuente de luz es pequeña o está muy lejos (sol en un día despejado, una bombilla desnuda).

Luz suave: sombras difusas, transiciones graduales. Ocurre cuando la fuente es grande o la luz pasa por un difusor (cielo nublado, ventana con cortina, pantalla de luz).

El truco está en identificar qué tipo de luz necesitas según la emoción que quieras transmitir:

- Dura = fuerza, dramatismo, contraste.
- Suave = calma, delicadeza, naturalidad.

LA LUZ A LO LARGO DEL DÍA.

La luz natural cambia constantemente.

Aprender a leerla es uno de los mejores ejercicios para un principiante:

- Amanecer y atardecer (horas doradas): luz cálida, direcciones bajas, sombras largas. Ideal para paisajes y retratos con atmósfera íntima.
- Mediodía: luz blanca, intensa y dura. Complicada para retratos, pero útil si quieres contrastes extremos o siluetas urbanas.
- Días nublados: luz uniforme, sin sombras marcadas. Perfecta para fotografía de colores intensos, flores, retratos naturales.
- Hora azul (tras la puesta de sol): luz fría, mágica, con un equilibrio muy atractivo entre cielo y luces artificiales.

PRIMEROS RECURSOS PARA CONTROLAR LA LUZ.

No necesitas flashes ni estudios profesionales para experimentar:

- Reflectores caseros: una cartulina blanca, una sábana clara o incluso un folio pueden devolver luz al rostro en sombra.
- Difusores improvisados: una cortina translúcida suaviza la luz de una ventana.
- Bloqueadores: una cartulina negra sirve para restar luz y crear más contraste.

- Mueve al sujeto: a veces, basta con dar dos pasos y situarse a favor o en contra de la luz para transformar una foto.

EJERCICIOS PRÁCTICOS.

Un mismo objeto con cuatro luces.

Coloca una taza o una fruta en una mesa. Fotografía con luz frontal, lateral, contraluz y cenital. Compara resultados.

Un lugar a distintas horas.

Elige un rincón de tu barrio. Haz una foto por la mañana, otra al mediodía, otra al atardecer. Observa cómo cambia todo.

Día soleado vs. nublado.

Fotografía una persona o un objeto en un día de sol fuerte y en otro de cielo cubierto. Analiza las sombras y el color.

Ventana mágica.

Coloca un objeto junto a una ventana. Haz la misma foto con cortina corrida (luz suave) y sin cortina (luz dura).

Crea tu propio estudio casero.

Usa una lámpara de mesa. Mueve la luz alrededor del objeto y observa cómo cambia la escena.



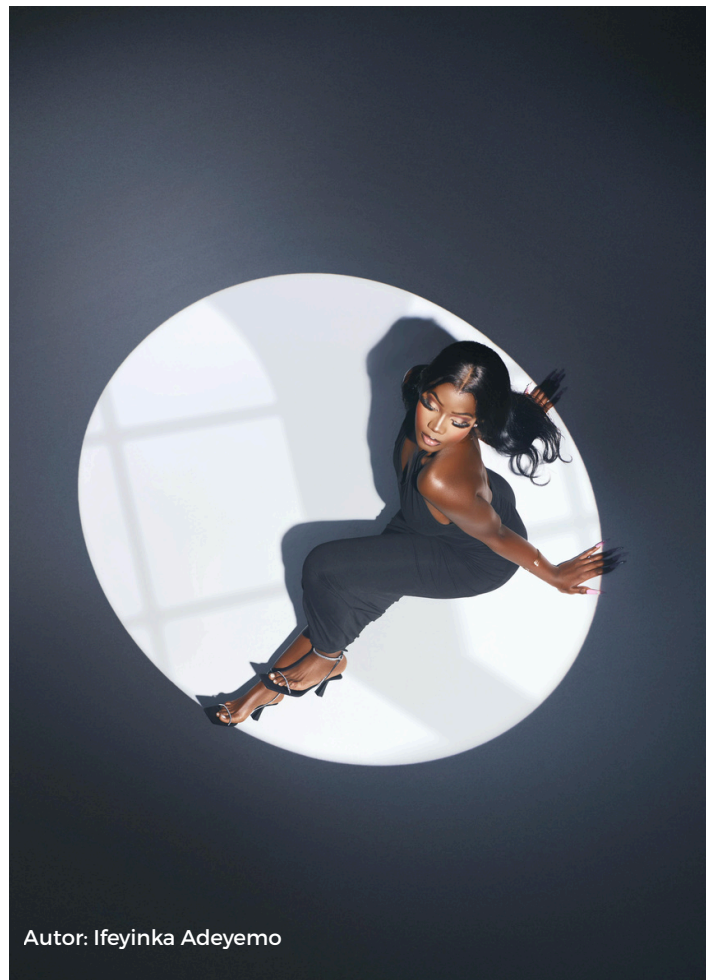
Dominar la luz no significa controlarla siempre, sino aprender a leerla y decidir cómo usarla.

La luz es un lenguaje: puede ser dura y agresiva, suave y delicada, misteriosa en contraluz o íntima en penumbra.

Como fotógrafo principiante, tu tarea no es solo aprender a manejar la cámara, sino entrenar el ojo para ver la luz antes de disparar.

Cada día ofrece oportunidades de práctica: la sombra de una farola en el suelo, el reflejo del sol en una ventana, la atmósfera de una tarde nublada.

Cuando entiendas la luz, descubrirás que la técnica deja de ser un obstáculo y se convierte en una aliada. Porque no se trata solo de iluminar una escena, sino de utilizar la luz para contar la historia que quieres transmitir.



Autor: Ifeyinka Adeyemo