GUÍA GRATUITA · VISIÓN CREATIVA BE

Chuleta de ajustes de cámara

Los ajustes de partida que uso para foto, vídeo y dron, resumidos en 4 páginas. Imprímela o guárdala en el móvil: son puntos de partida, no reglas fijas. Ajusta siempre mirando el histograma.

El triángulo de exposición

Ajuste	Qué controla	Si lo subes…	Efecto creativo
Apertura (f/)	Cuánta luz entra por el objetivo	Número f más alto = menos luz	f bajo (f/1.8): fondo desenfocado. f alto (f/8–f/11): todo nítido
Velocidad	Cuánto tiempo entra la luz	Más rápida = menos luz	Rápida (1/1000): congela. Lenta (1/30): movimiento y estelas
ISO	Sensibilidad del sensor	Más ISO = más luz	ISO alto añade ruido: súbelo solo cuando lo otro no da más

Tres reglas que nunca fallan

1. Velocidad mínima sin trípode

Usa al menos 1/(focal × factor de recorte). Con un 50 mm en APS-C: 1/80 s o más rápido. El estabilizador te da margen, pero no congela al sujeto.

2. Regla del sol 16

A pleno sol: f/16 y velocidad = 1/ISO (con ISO 100, 1/100 s). Sirve para comprobar si tu fotómetro te engaña.

3. Expón para las altas luces

Activa las cebras o el aviso de altas luces. Una sombra se recupera en edición; un cielo quemado, no.

Ajustes de foto por situación

Valores de partida en modo manual o prioridad de apertura (A/Av). Con ISO automático, fija un límite máximo para controlar el ruido.

Situación	Apertura	Velocidad	ISO	Enfoque y clave
Retrato	f/1.8 – f/2.8	1/200 s o más	100 – 400	AF al ojo. Mejor un 85 mm: favorece el rostro y separa del fondo
Paisaje	f/8 – f/11	Según luz (trípode)	100	Enfoca a un tercio de la escena. Filtro polarizador para cielos y agua
Calle	f/5.6 – f/8	1/250 s	Auto (máx. 3200)	Enfoque por zona; anticipa la escena y espera al sujeto
Deporte y acción	f/2.8 – f/5.6	1/1000 s o más	Auto	AF continuo (AF-C) y ráfaga. Sigue al sujeto antes de disparar
Barrido (panning)	f/8 – f/11	1/30 – 1/60 s	100 – 400	Acompaña el movimiento con el cuerpo: sujeto nítido, fondo en estela
Interior con poca luz	f/1.8 – f/2.8	1/60 – 1/125 s	1600 – 6400	Prefiere ISO alto a foto movida; el ruido se limpia en edición
Hora dorada	f/2.8 – f/5.6	1/250 s	100 – 200	Sol a contraluz o lateral; subexpón un tercio para salvar el cielo
Nocturna / estrellas	f/1.8 – f/2.8	10 – 20 s (trípode)	1600 – 3200	Enfoque manual al infinito con zoom en pantalla. Gran angular
Producto	f/8 – f/11	1/125 s (con flash) o trípode	100	Luz suave lateral y reflector. Fondo limpio y sin sombras duras
Fuegos artificiales	f/8 – f/11	Bulb, 2 – 8 s	100	Trípode y disparador remoto. Enfoque manual

> **Truco rápido**
>
> Si dudas, empieza en prioridad de apertura, elige el f/ de la tabla y deja que la cámara calcule la velocidad. Si sale por debajo de lo recomendado, sube el ISO.

Vídeo: la regla de los 180°

Para un movimiento natural y cinematográfico, la velocidad de obturación debe ser el doble de los fotogramas por segundo. Con mucha luz, usa un filtro ND en lugar de subir la velocidad.

Fotogramas (fps)	Obturación	Uso típico
24 / 25 fps	1/50 s	Aspecto cine, YouTube, cortos
30 fps	1/60 s	Redes sociales, vídeo en Estados Unidos y Japón (NTSC)
50 fps	1/100 s	Acción fluida o cámara lenta suave al 50 %
60 fps	1/125 s	Cámara lenta al 40 % en línea de tiempo de 24 fps
100 / 120 fps	1/200 – 1/250 s	Cámara lenta marcada (4–5 veces)

Balance de blancos fijo

Nunca en automático durante una toma: 5600 K con luz de día, 3200 K con tungsteno. Así el color no salta entre planos.

Perfil plano o Log

S-Log3, C-Log, N-Log o D-Log dan más rango dinámico, pero hay que exponer 1 – 2 pasos más y corregir color después. Si no vas a gradar, usa un perfil estándar.

Ojo con el parpadeo

Bajo luces LED o fluorescentes en Europa (50 Hz) usa 1/50 o 1/100 s para evitar el flicker.

Drones: filtro ND según la luz

Condición de luz	Filtro ND (a 1/50 s)	Consejo
Sol fuerte, mediodía	ND32 – ND64	Evita el mediodía si puedes: sombras duras y luz plana
Sol con nubes	ND16	La luz cambia rápido: revisa la exposición entre tomas
Nublado	ND8	Luz suave, ideal para paisaje sin contrastes
Amanecer y atardecer	ND4 o sin filtro	La mejor luz: vuela 30 minutos antes de la puesta de sol

Recuerda: en la UE el límite general de vuelo es de 120 m y debes registrarte como operador. Consulta siempre las normas de la zona antes de despegar.

Checklist antes de salir a grabar

- [ ] Baterías cargadas (y una de repuesto)
- [ ] Tarjetas vacías y formateadas en la cámara
- [ ] Objetivo y sensor limpios
- [ ] Formato RAW en foto; resolución y fps revisados en vídeo
- [ ] Balance de blancos y perfil de color fijados
- [ ] Estabilizador activado (desactívalo en trípode)
- [ ] Fecha y hora correctas en la cámara
- [ ] Para dron: firmware, hélices, mapa de zonas y meteo revisados

Ahora te toca a ti

Pon a prueba esta chuleta y comparte el resultado con la comunidad. Cada semana elijo una foto de la galería y explico por qué funciona: la tuya puede ser la próxima.

Sube tu foto con sus ajustes	visioncreativabe.com/comunidad/sube-tu-foto
Pregunta tus dudas en el foro	visioncreativabe.com/comunidad/foro
Análisis y tutoriales en vídeo	youtube.com · Visión Creativa BE
Instagram	@vision_creativabe
TikTok	@visioncreativabe

Iván Darío · Visión Creativa BE

Más de 10 años detrás de la cámara. Análisis de cámaras, drones y tutoriales de edición.