

## Cómo hacer un video para la *exhibición parlamentaria*

15 de mayo de 2021

### Acerca de la *exhibición parlamentaria*

La Conferencia Mundial virtual sobre el Parlamento Electrónico de 2021 contará con una biblioteca de contenido videográfico creado por los parlamentos denominada *exhibición parlamentaria*. La *exhibición parlamentaria* brinda a los parlamentos la oportunidad de destacar sus innovaciones y buenas prácticas, y ofrece un espacio para el aprendizaje, el intercambio y el diálogo. Los participantes podrán acceder a este recurso antes, durante y después de la Conferencia.

Invitamos a todos los parlamentos a que compartan sus buenas prácticas con la producción de un video breve que trate sobre algún aspecto del que estén especialmente orgullosos. Los parlamentos decidirán la temática del video. Por ejemplo, los videos podrían:

- Tener relación con un tema del programa de la Conferencia como, por ejemplo, “Facultar a los parlamentarios digitales”.
- Tratar sobre cualquier materia que sea de interés para la Conferencia Mundial sobre el Parlamento Electrónico, como las nuevas herramientas digitales para los parlamentarios, nuevas formas de conectar con la ciudadanía, nuevas prácticas y nuevos métodos de trabajo en los parlamentos, etc.

La duración de los videos deberá ser corta (no más de cinco minutos). Se pueden grabar con herramientas de uso generalizado, como un teléfono móvil o una herramienta de grabación de pantalla. En la *guía rápida* que figura al final de este documento, se proporcionan indicaciones sobre cómo hacer un video corto.

Los videos deberán ser:

- **Informativos**, y explicar:
  - Las dificultades experimentadas;
  - Las soluciones y los procedimientos innovadores desarrollados;
  - La puesta en marcha de los mismos (plazos, partes interesadas, etc.); y
  - Los retos afrontados y las enseñanzas extraídas.
- **Interesantes**, y mostrar a las personas que han participado en las soluciones:
  - Se recibirán con agrado las declaraciones de las partes interesadas; y
  - En el video se pueden integrar enlaces a los sitios web parlamentarios y los datos de contacto para solicitar más información.

Los parlamentos, si así lo desean, pueden celebrar sesiones de preguntas y respuestas acerca de su video durante la Conferencia, de modo que los participantes puedan obtener más información sobre las buenas prácticas y establecer contactos. Si quiere que así sea, puede escribir a la dirección [innovation@ipu.org](mailto:innovation@ipu.org).

## Directrices para los videos de la *exhibición parlamentaria*

1. **Duración:** los videos no deben durar más de cinco minutos.
2. **Idioma:** los videos deben ser en inglés, francés o español. De ser posible, incluya subtítulos en inglés.
3. **Diseño:** los videos deberán grabarse en formato horizontal (no vertical).
4. **Quiénes pueden presentar videos:** los parlamentos nacionales pueden presentar hasta dos videos a la *exhibición parlamentaria*. Si desea presentar un video pese a no ser un parlamento nacional, póngase en contacto con nosotros para hablar de ello.
5. **Plazo de presentación:** comuníquenos cuanto antes si tiene intención de hacer un video para la *exhibición parlamentaria*. El plazo límite de presentación de los videos es el **7 de junio**.

## Presentación de un video para la *exhibición parlamentaria*

No hay ningún problema en que reutilice un video que ya haya creado. Basta con que el parlamento envíe el video a la organización de la Conferencia.

En la mayoría de los casos, el parlamento hace el video específicamente para la Conferencia Mundial sobre el Parlamento Electrónico (véase más adelante la sección *Guía rápida: Cómo hacer un video breve* para obtener más indicaciones).

Una vez terminado el video, cárguelo en esta carpeta:

<https://drive.google.com/drive/folders/1idx-poNt9vdYbdAGoiNZSB3O4TACEH9S?usp=sharing>. Procure incluir el nombre de su parlamento en el nombre del archivo, y de indicar a la UIP que lo ha presentado.

Es posible que la UIP pueda ayudarle a editar la grabación sin editar del parlamento, aunque deberá consultárnoslo primero, ya que no garantizamos que podamos hacerlo. En el caso de que sí nos sea posible, las decisiones finales relativas a la edición corresponderán a la UIP.

Al presentar un video, el parlamento accede a que este se incluya en la *exhibición parlamentaria* y en el sitio web de la UIP. La decisión definitiva sobre la inclusión de un video en la *exhibición parlamentaria* corresponde a la UIP.

## Contacto

Si tiene cualquier pregunta sobre la *exhibición parlamentaria*, puede escribir a la dirección [innovation@ipu.org](mailto:innovation@ipu.org).

Guía rápida

# Cómo hacer un video breve

## Guía rápida para el personal parlamentario sobre cómo iniciarse en hacer videos breves con el teléfono y con recursos limitados.

A tenor del mayor número de eventos y reuniones virtuales y de la menor cantidad de oportunidades para presentar presencialmente sus actividades en seminarios y conferencias, resulta útil saber crear videos breves que traten sobre la labor de su parlamento. No todos los parlamentos disponen de recursos para filmar y producir grandes producciones, pero la mayoría de nosotros sí tenemos acceso a un teléfono inteligente y algunos programas sencillos de edición. Con eso es suficiente para hacer videos breves y compartirlos con los demás.

### Planificación

Pese a que no necesita un guion detallado, sí debe planificar qué va a hacer y decir, y saber cuánto tiempo tiene (o necesita). Esboce una estructura o cronología rápida con los aspectos principales que vaya a expresar.

Si no tiene confianza para improvisar con arreglo a esta estructura, es posible que quiera redactar un guion. La dificultad que entraña esto es que, al hablar, somos menos formales que al escribir; téngalo en cuenta.

### Equipo

Necesitará:

- Un teléfono inteligente
- Un micrófono externo
- Un trípode (o algún soporte para la cámara)
- Espacio de almacenamiento en línea (los archivos de video pueden ser grandes)
- Un lugar tranquilo donde realizar la grabación

En realidad, todo lo que necesita es una herramienta que le permita grabar el video, y la mayoría de los teléfonos inteligentes modernos servirá con suficiencia a tal fin. La calidad de imagen está bien, pero el sonido puede ser decepcionante (sobre todo en exteriores). Puede mejorar mucho la calidad del sonido con un micrófono de solapa. Hágase con uno que tenga un cable largo y protector para reducir los "estallidos" que puedan producirse al hablar y el ruido del viento.

Debe mantener la cámara en una posición estable, perfectamente erguida y apoyada sobre su lateral para grabar en modo horizontal (nunca haga videos de este tipo en formato vertical).

La cámara debe colocarse a la altura de la cabeza, a algo más de un metro de distancia. Puede conseguirlo con una mesa y una pila de libros, pero la mejor manera es usar un trípode con una conexión para teléfono inteligente.

## Grabación

Debe sentarse con la espalda erguida y con una postura natural y cómoda. Tenga en cuenta el fondo, que puede ser una pared blanca, una biblioteca o algo que no llame mucho la atención (así que mejor que no sea móvil). Lo ideal es usar un telón de fondo que complemente al mensaje y refuerce su discurso o su función.

Ajuste la cámara de modo que usted quede en el centro y que se muestren la cara completa y los hombros. Utilice la cámara frontal (siempre que la calidad sea lo bastante buena) para que pueda comprobar el encuadre por completo. Deberá mirar directamente a la cámara (tenga en cuenta, aunque sin preocuparse demasiado, que el propio objetivo de la cámara se encuentra cerca del lateral).

Haga una prueba de grabación para constatar que el micrófono funciona bien, que no hay ruido de fondo molesto y que la imagen se ve recta y tal como desea.

Si tiene un guion o una estructura que necesita seguir a modo de recordatorio, puede pegar un trozo de papel debajo de la cámara con apuntes. La alternativa es utilizar una tableta o una computadora portátil colocada debajo de la cámara, lo más cerca posible para que no tenga que mirar demasiado lejos. Puede utilizar diversas aplicaciones y sitios web gratuitos de "teleprónter" o "*autocue*", aunque requieren práctica previa, porque su uso no siempre suena natural y es necesario acostumbrarse a estas herramientas.

Mientras graba, deje muchos espacios en la grabación para que se puedan eliminar partes del video en la edición. Ponga la cámara a grabar (o pídale a otra persona que lo haga), siéntese y cuente hasta cinco. Después de cada sección o segmento separado, resulta útil hacer una pausa larga (de 5-6 segundos o más) antes de continuar con el siguiente. Así tendrá la posibilidad de repetir la parte si se ha equivocado. Si (es que) se equivoca, haga una pausa, cuente hasta seis y comience de nuevo. No pare y vuelva a iniciar la cámara, ya que puede editarlo todo más adelante.

La mayoría de nosotros nos vamos animando conforme hablamos, y lo mismo ocurre al grabar un video por nuestra cuenta, algo que no es natural para la mayoría y que puede incomodarnos algo al principio. Para solventarlo, hay que practicar las grabaciones. Si se ve con confianza, también puede empezar por alguna sección intermedia y grabar la secuencia de apertura al final, cuando se haya hecho al contexto.

## Edición

La edición tiene tanta importancia como la grabación en la correcta producción del video. Puede hacerlo con el programa que venga instalado en el teléfono o con una aplicación que se descargue. O bien, puede transferir el video a una computadora y editarlo en el equipo.

Si utiliza Mac, iMovie dispone de todas las herramientas que necesita. Si emplea Windows o Android, investigue un poco las herramientas de edición de video para principiantes, aunque sin dedicar demasiado tiempo.

La edición es una mera cuestión de cortar y pegar en el orden correcto los segmentos que haya grabado. Deje los espacios previos y posteriores (donde haya pausas) hasta que todo esté en el lugar adecuado, tras lo cual podrá eliminarlos también (aunque dejando algo de espacio para que la grabación suene natural y tenga fluidez). El siguiente paso (si quiere) es agregar los subtítulos y los títulos. Para ello, siga las instrucciones, aunque con un enfoque minimalista; menos es realmente más, ya que lo importante es el contenido, no unos efectos sofisticados.

Una vez que le parezca bien el resultado, guarde el archivo o compártalo a través de YouTube, Vimeo o un sitio similar.

## Más información

- [Cómo grabar videos profesionales con un iPhone \(en inglés\)](#)
- [Filmar con iPhone: la guía completa para grabar videos como un profesional \(en inglés\)](#)
- [Siete consejos para grabar videos profesionales con un teléfono móvil \(en inglés\)](#)
- [Guía para principiantes sobre cómo hacer un video con un teléfono inteligente \(en inglés\)](#)
- [Cinco consejos para grabar con un teléfono móvil \(en inglés\)](#)

## Agradecimientos

El Centro para la Innovación en el Parlamento (CIP) de la UIP redactó esta guía rápida en mayo de 2021.



**INTER PARES**  
Parliaments in Partnership  
*EU Global Project to Strengthen the Capacity of Parliaments*



Funded by the  
European Union



Implemented by  
International IDEA

Esta publicación se ha elaborado con el apoyo financiero de la Unión Europea, en asociación con el Instituto Internacional para la Democracia y la Asistencia Electoral (IDEA Internacional), como parte de INTER PARES | Parlamentos en Coalición, el proyecto mundial de la UE para el fortalecimiento de la capacidad de los parlamentos. La Unión Interparlamentaria es responsable exclusivamente de su contenido, que no refleja necesariamente las opiniones de la Unión Europea.