

[Tapez ici]

# 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.

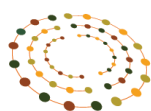
Una vez que le parezca bien el resultado, guarde el archivo o compártalo a través de YouTube, Vimeo o un sitio similar.

## 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.