



Dirección de  
**Comunicación Estratégica**

UNIVERSIDAD DE LA SERENA  
CHILE

# Recomendaciones para **Grabar videos** selfie





# Tiempo

Máximo 2 y medio minutos por video



# Imagen



**Al momento de grabar, mirar directo a la cámara,** esto asegura que la audiencia lo sienta como conversación directa.



**Buscar un ambiente con buena luz, suave y directa.** Evitar contraluz que pueda producir una ventana detrás del Personaje o una luz lateral muy fuerte (que deje el rostro a medio iluminar).

**En lo posible que la iluminación sea natural,** no de noche con luz de la casa.



**Lugar sin distractores detrás del personaje** (espejos, adornos, cuadros llamativos, puertas). Esto con el fin de aprovechar al máximo la imagen base y poder incorporar videos, gráficos y otros elementos de apoyo en la edición final).





**Usar el computador en una superficie que quede frente a su rostro.**



**No es necesario editar nada, por ejemplo, el poner y sacar REC de la cámara, dejarlo. El equipo encargado editará su video.**



**Adjuntar imágenes que puedan servir de apoyo o referencia, las que serán agregadas al momento de la edición.**

## **Sonido**



**Cuidar el sonido. Ojalá buscar un lugar que no sea ruidoso y que la voz se escuche con claridad.**



**Si es posible usando manos libres como micrófono, puede colgarse en la ropa a modo de micrófono de solapa.**