

FOTOGRAFÍA DE MONTAÑA

La montaña es la máxima expresión de la naturaleza; imponente y misteriosa nos ofrece una inspiración constante a los fotógrafos de paisaje y naturaleza. Ante su belleza y lo que nos hace sentir, es imposible no desear inmortalizar esos momentos mágicos que nos regala.

Picos de Europa, Cantabria

TEXTO Y FOTOS



Pablo Ruiz García
(Santander, 1981)

Fotógrafo profesional. Empezó en el mundo de la fotografía cuando alguien le regaló su primera cámara réflex. Le atrapó inmediatamente y fue ganando en experiencia y formación. Actualmente dirige www.viajerofotografos.com organizando y planificando viajes y talleres fotográficos.

 [pablo.ruizfotografia](https://www.facebook.com/pablo.ruizfotografia)
 [pablo.ruizgarcia](https://www.instagram.com/pablo.ruizgarcia)

Entornos naturales diversos y cambiantes nos brindan infinitas posibilidades fotográficas. Ten en cuenta que el factor principal en tus fotografías serás tú; el equipo que uses y cómo plasmes la belleza del paisaje dependerá de tu experiencia y capacidad para capturar esos instantes. La práctica y la técnica son imprescindibles para obtener buenas fotografías de paisaje. Pero conseguir resultados óptimos no es fácil y transmitir en una fotografía lo que sentimos y vemos, a veces resulta bastante complicado. Con este artículo pretendo dar a conocer esos factores importantes que puedan ayudarte a alcanzar esos resultados.

MATERIAL FOTOGRÁFICO

Los teléfonos móviles cuentan con buenas cámaras, pero en ningún caso ofrecen los resultados y localidad de una cámara réflex disparada en modo manual. Sin embargo, es un factor significativo el peso de una cámara y todos sus componentes, frente al de un móvil que siempre nos acompaña. Mi equipo básico Nikon lo componen 2 cámaras réflex, un objetivo angular, un objetivo medio, un teleobjetivo, trípode de carbono de viaje, baterías, tarjetas de memoria, filtro de densidad neutra y polarizador, frontal, linterna y una mochila pequeña (5-6 kg).

Valle de Valdeón desde el Macizo Central, camino de Collado Jermoso



Mont Aiguille Alpes Francia

TRIÁNGULO DE EXPOSICIÓN

Hace referencia a los tres parámetros que determinan la exposición en una fotografía: **apertura diafragma**, **ISO** y **velocidad de exposición**. El equilibrio entre ellos será la clave para obtener el resultado buscado. A su vez, los parámetros que escojamos de estas tres variables cambiarán según el tipo de fotografía que deseemos. Su modificación afectará, también, a otros aspectos de la exposición. El dominio de estas variables es fundamental para la técnica y la composición.



Tossal del Mallo, Valle de Ordesa, Pirineo aragonés

COMPOSICIÓN

Para componer una fotografía debemos tener en cuenta los siguientes aspectos:

- › **Incluye el factor humano** cuidando el lugar que ocupará sin que interfiera en el paisaje, para que genere emoción al espectador y dé escala a la imagen.
- › **Aísla los elementos** de interés de todo cuanto lo rodea: "menos es más".
- › **Reflejos**: los días sin viento son ideales ya que dan simetrías muy bonitas e imágenes impactantes.
- › **Líneas**: busca las líneas marcadas e inclúyelas en tu fotografía, las diagonales dan buenos resultados. Un camino, las líneas del horizonte o las de la nieve, una valla... influirán en la mirada del espectador.

- › **Marcos naturales**: en ocasiones podemos enmarcar una montaña entre unos árboles, desde una cueva o entre unas rocas.

- › **Perspectivas diferentes**: busca vistas diferentes, muévete con la cámara para encontrar algo más original, tírate al suelo, agáchate o súbete a algunas rocas.

- › **Planos**: en montaña es habitual tener la superposición de planos, de diferentes valles o montañas que le dan mucha profundidad a nuestra imagen.

- › **Incluye primeros planos**: incorpora al primer plano algún elemento de interés que acompañe a nuestro plano medio y cielo. Unas flores, el salto de agua de un riachuelo, un tronco, unas rocas... suele ser ideal para fotografía vertical.

- › **Regla de los tercios**: Trata de colocar los elementos de tu fotografía en los puntos de interés que te da la regla de los tercios. Divídela vertical y la horizontal de un encuadre en tres partes iguales, repartiendo la pantalla en 9 partes. El lugar donde se cruzan las líneas son los puntos de interés. Esto dará dinamismo a tus imágenes. No coloques a tu sujeto principal en el centro de la imagen, y si miran o mueven que lo hagan hacia el centro de la imagen.

- › **Los colores**: utiliza los colores a modo compositivo, por ejemplo, en otoño.

- › **Superposición**: evitar que elementos importantes en la imagen se superpongan, que tengan su espacio.

OTROS RECURSOS

Para sorprender al espectador con nuestras imágenes debes tratar de realizar cosas diferentes a lo habitual. Estas son algunas opciones:

- › **Panorámicas**: pueden cambiar por completo la imagen que se tiene de un lugar. El ojo no ve de esa manera, así que suele ser una buena opción para realizar algo diferente.

- › **La sunstar o sol estrellado**: para los días sin nubes y con luz dura, busca una composición en la que tapemos una parte del sol, ya sea con una roca, una montaña, un árbol o incluso una persona. Obtendremos unos bonitos rayos de sol saliendo de ese punto y evitaremos gran parte de la luz de sol que estropearía la fotografía.

- › **Largas exposiciones**: conseguimos efectos espectaculares en las nubes, nieblas y el agua con elementos que estén en movimiento.

- › **Desenfoques**: desenfocando parte de nuestra fotografía podemos aumentar la atención en el sujeto que queramos.

- › **Multiexposición**: algunas cámaras réflex tienen esta opción incorporada, que permite fusionar varias fotos en un solo raw en cámara.

- › **Días de mal tiempo**: son los mejores para conseguir imágenes impactantes. Tormentas, nieblas, arcoiris, luces... puedes acabar sin haber pulsado el disparador, empapado o con la foto del año.



Fitz Roy y Cerro Torre. Patagonia, Argentina



Peña Olvidada. Picos de Europa, Cantabria

► **Entor no variante con las estaciones del año y meteorología:** las posiciones del sol y luna en cada época, el movimiento de la vía láctea, la floración, la caída de las hojas, la época de lluvias y nieblas, las nieves... todos estos factores varían según la época del año. Conocerlos bien permite planificar con mayor éxito nuestras salidas fotográficas.

CUÁNDO REALIZAR NUESTRAS FOTOGRAFÍAS

Cualquiera puede ser buen momento si las circunstancias acompañan, pero en la montaña a fotografiar no debes dejar pasar el amanecer, el atardecer y la noche. Siempre que voy con mi equipo fotográfico hago noche en la montaña.

► **El amanecer y el atardecer** son los momentos estrella a la hora de realizar fotografía de paisaje. El sol, en un punto más bajo cerca del horizonte hace que la luz sea más suave, difusa y de colores más cálidos. Este momento es ideal para incluir el sol en la composición gracias a su reducida intensidad lumínica y posición cerca del horizonte. Cuando los atardeceres y las puestas de sol están opuestas a las montañas se consiguen unas luces espectaculares sobre ellas.

Durante el amanecer o el atardecer se puede immortalizar el resplandor alpino (*alpenglow*), en el que la luminosidad en tonos amarillentos, anaranjados o rosáceos que toman las cimas de las montañas es mágica. Si además las montañas están cubiertas de nieve, este fenómeno se intensifica.

Una vez que se produce el ocaso y el sol está por debajo del horizonte, éste resalta con una luz brillante y las nubes altas se tiñen de colores. En esta fase que puede durar 30 minutos la temperatura de la luz ira cambiando a tonos más fríos.

► **En la hora azul**, uno de los momentos más bonitos, el cielo se torna de un color azul intenso y aparecen las primeras estrellas antes de que el cielo se vuelva completamente negro y dé paso a la noche. Es un buen momento para incluir las luces artificiales cálidas de algún pueblo con nuestro paisaje de montaña de un azul intenso. Esta combinación de cálidos y fríos consigue buenos resultados.

► **Se hizo de noche**, y con ello llegó la oscuridad, otra gran oportunidad... el cielo estrellado se muestra en su mayor esplendor. La montaña es uno de los mejores lugares para disfrutar y fotografiar un cielo estrellado. En altura el cielo está siempre más limpio, es menos denso y la contaminación lumínica es menor.

Cuando el cielo está limpio, no hay nubes y la luna no está presente, podemos disfrutar de la Vía Láctea, el centro galáctico, que se muestra en nuestros cielos de marzo a octubre. El resto del año se puede observar la vía de invierno con la constelación de Orión como parte más representativa y fácil de distinguir en el firmamento.

En la noche, la Luna también es un elemento compositivo muy potente, o las lluvias de estrellas como las Perseidas en verano o las Geminidas en invierno. Mediante largas exposiciones (*Startrails*) podemos captar el movimiento de las

estrellas por la rotación de la tierra. Si exponemos a un cielo nocturno durante varios minutos, en vez de puntos en el cielo lo que obtendremos serán líneas. Cuanto más tiempo, más largas serán las estelas.

Si además apuntamos al norte, incluyendo la estrella polar, conseguiremos un rastro de estrellas circumpolar en el que el movimiento de las estrellas será alrededor de la misma. Incluso podemos iluminar con linterna. La noche tiene numerosas opciones, intentemos ser creativos.

► **El día.** Suelen ser perfectos los días de nubes y nieblas, con relativo mal tiempo, en los que la luz está muy suavizada. Son los días que más nos pueden sorprender, en los que podemos conseguir fotos de gran impacto, oníricas y mágicas que atraparán al espectador: una luz que se cuele entre las nubes; un arcoíris; un pico asomando entre las nieblas... pero ten en cuenta que muchas de estas fotografías aparecen cuando menos lo esperas; hay que esperar el momento, la paciencia es un factor clave.

CONSEJOS

► **Trata de ser creativo.** Cuántas veces vemos la misma fotografía del mismo sitio, fotos virales que tendemos a "copiar". Trata de hacer algo diferente, tómate tu tiempo para analizar el sitio y ver las posibilidades que ofrece, busca la originalidad.

Dedica tiempo a visualizar otras fotografías. Para ganar experiencia observa fotografías y analízalas, ¿te gustan? ¿no? ¿por qué? Mejorarás tu manera de encuadrar y tendrás nuevas ideas para próximas salidas.

Saca el máximo partido a tu cámara. Las cámaras actuales tienen numerosas funciones y modos. Familiarizarse con ellas y sacarles partido puede dar un salto importante en tu fotografía. No te quedes en el uso automático de la cámara, merece la pena invertir tiempo en el aprendizaje, verás que resulta más fácil de lo que pensabas.

Utiliza correctamente el enfoque y la exposición (histograma). Son los dos factores fundamentales, teniendo eso tienes la foto. Revisa el histograma y el enfoque de vez en cuando, porque los momentos especiales en fotografía de paisaje suelen durar poco y requieren inmediatez.

Trata de descubrir nuevas localizaciones y composiciones. En montaña hay muchos lugares de los que apenas se han visto fotos, merece la pena tratar de descubrir nuevas vistas y composiciones. Sé inquieto y haz salidas ligero de peso para planificar futuras sesiones fotográficas. Conocer el medio es la mejor manera de tener éxito. Generalmente las mejores vistas de las montañas no están en lo alto de las mismas, sino en las zonas más bajas.

Fórmate. Si quieres mejorar en este tipo de fotografía tienes numerosas posibilidades de talleres fotográficos en los que se imparte formación tanto teórica, como práctica, así como de procesado y edición de las imágenes.

Apps para fotografía de paisaje. Es esencial conocer las condiciones climáticas que nos vamos a encontrar durante nuestra salida fotográfica y también esos elementos que podremos incluir, su posición y fase, como el Sol, la Luna y la Vía Láctea. Puedes consultar Meteoblue y Windy (previsión del tiempo) y Photopills (para el movimiento del Sol, Luna y Vía Láctea).

Seguridad. Avisa siempre a dónde vas a ir y sal en compañía siempre que puedas. Consulta el tiempo antes de salir, lleva todo lo necesario para estar cómodo y seguro en la montaña. Ten cuidado con esas fotos extremas en la montaña, máxime en invierno.

Si eres amante de la fotografía de montaña, no hay nada más bonito que sumergirse en los espectaculares entornos que nos brinda. Conoce el medio y sus cambios con las estaciones, el cielo, el clima, la fauna y la flora... cada momento te dará nuevas y diferentes oportunidades. Recuerda planificar lo máximo posible la salida, tanto desde el punto de vista fotográfico, como del material de montaña. Gana en experiencia y con el tiempo todo será más fácil a la hora de retratar este increíble medio natural.

► Mi página web: <https://pablo.ruizgarcia.com/>

Valle de Ordesa, Pirineos, Aragón

