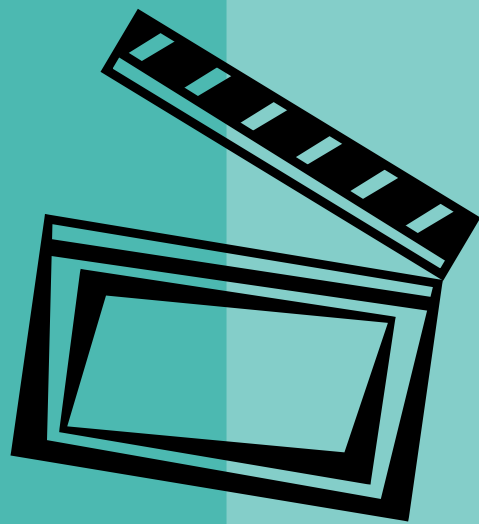


MICRO DOCUMENTAL



Guía práctica para educomunicadores



EDUCOMUNICACIÓN
para la cohesión social, la paz
y los derechos humanos



¿POR QUÉ UN MICRODOCUMENTAL?

¿Qué es?

Pieza audiovisual de corta duración (1 a 5 min) que narra una historia real.

Adapta el lenguaje documental al ritmo de las redes sociales para emocionar, informar o concienciar.

¿Para qué sirve?

- Informar y generar conciencia
- Contar historias reales e inspirar
- Mostrar distintas perspectivas
- Conectar con la audiencia de forma rápida

¿POR QUÉ UN MICRODOCUMENTAL?

¿Por qué usarlo?

- Genera conexión emocional profunda en poco tiempo
- Tiene alto potencial de difusión en redes sociales
- Impacto visual: combina imágenes, sonido y narrativa
- Ideal para captar la atención inmediata
- Es más accesible de producir que un documental largo

ANTES DE EMPEZAR

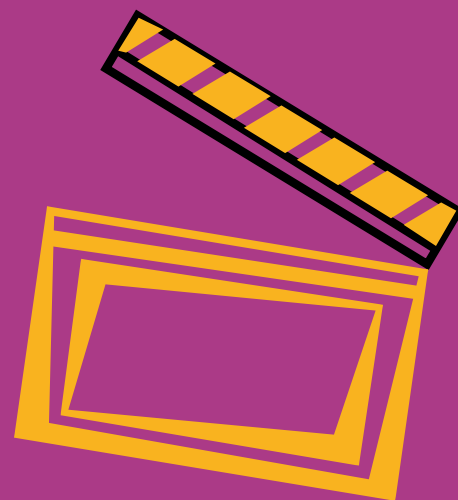
El microdocumental tiene una estructura narrativa: tiene un personaje, una situación, y un cierre que deja algo en quien lo ve.

Hazte estas tres preguntas:

- ¿Hay una persona o lugar que protagonice el relato?
- ¿Hay algo que cambia, se rebela, se recuerda?
- ¿Este relato puede resonar en otras personas?

01

PRE PRODUCCIÓN



EDUCOMUNICACIÓN
para la cohesión social, la paz
y los derechos humanos



1. Define tu historia y protagonista

- Elige UNA historia
- Identifica a la persona, lugar o situación que será el centro del relato
 - ¿Qué historia quiero contar?
 - ¿Quién es el protagonista?
 - ¿Qué situación, problema o experiencia vive?
 - ¿Por qué esta historia es importante?

01

PRE PRODUCCIÓN

2. Investiga el tema y el contexto

- Reúne información sobre el tema, el lugar y las personas involucradas
- Investiga:
 - Antecedentes de la historia
 - Datos relevantes
 - Contexto social o cultural
 - Información sobre el protagonista

3. Define la estructura y un guión

- Planifica el orden de las escenas
- Qué incluir:
 - Qué se verá
 - Quién hablará
 - Qué sonidos se escucharán
 - Qué imágenes apoyarán la narración
- Ejemplos: plano del lugar, detalles de manos u objetos, protagonista realizando una actividad, entrevista, testimonios, sonido ambiente, etc.

4. Visita las locaciones antes de grabar

- Reconoce los espacios donde se desarrollará la historia
- Observa:
 - de dónde viene la luz,
 - qué ruidos hay,
 - qué horarios ofrecen mejores condiciones
 - dónde ubicar la cámara y al entrevistado
- Evita imprevistos el día de rodaje

5. Prepara tus preguntas para la entrevista

- Diseña preguntas abiertas que inviten a contar experiencias
- Recomendaciones:
 - Escríbelas como guía
 - No las leas de forma rígida
 - Permite que la conversación fluya

6. Haz una lista de planos y recursos visuales

- Define todas las imágenes que necesitarás para complementar la entrevista
- Incluye:
 - Entrevistas
 - Planos generales del entorno
 - Detalles y primeros planos
 - Acciones del protagonista
 - Imágenes de apoyo (B-Roll)

7. Gestiona permisos y autorizaciones

- Asegúrate de contar con el consentimiento de las personas y lugares involucrados (uso de imagen, espacios y voz)

8. Crea un cronograma de rodaje

- Organiza qué grabarás, dónde y en qué momento
- Incluye:
 - Fechas y horarios
 - Locaciones
 - Personas participantes

02

PRODUCCIÓN



EDUCOMUNICACIÓN
para la cohesión social, la paz
y los derechos humanos

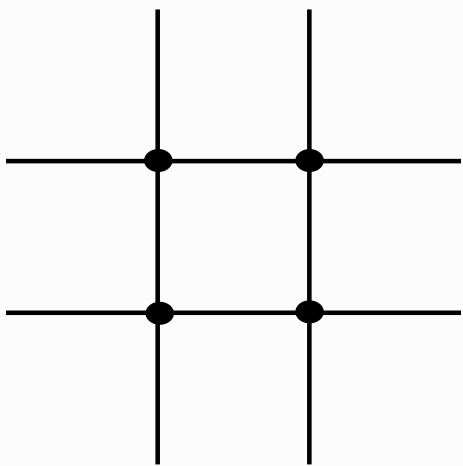


1. Prepara el equipo antes de grabar

- Revisa
 - Baterías cargadas
 - Memoria disponible
 - Lentes limpios
 - Micrófono conectado
 - Niveles de audio
 - Audífonos para monitoreo
- Haz una grabación de prueba y revisa imagen y sonido

2. Cuida la composición y la iluminación

- Usa luz natural siempre que sea posible
- Evita contraluces fuertes
- Mantén el horizonte recto
- Aplica la regla de los tercios



- Coloca al protagonista en una de las líneas o cruces, no lo pongas en el centro
- Evita dejar demasiado espacio vacío arriba.
- Deja un poco de espacio lateral

3. Graba entrevistas

- Coloca la cámara a la altura de los ojos
- Haz preguntas abiertas
- Escucha con atención y profundiza cuando sea necesario
- No interrumpas

4. Captura recursos visuales (B-Roll)

- Graba imágenes que ilustren lo que cuenta el protagonista
 - Actividades cotidianas
 - Planos de entorno
 - Interacciones con otras personas

5. Varía los tipos de plano

- Combina distintos encuadres para dar dinamismo
 - **Plano general:** cuerpo entero, muestra el entorno
 - **Plano medio:** desde la cabeza a la cintura. Ideal para entrevistas
 - **Primer plano:** desde la cabeza a los hombros. Resalta emociones
 - **Plano detalle:** Se centra en un objeto o acciones
- Repite tomas y graba de más

6. Registra sonido ambiente

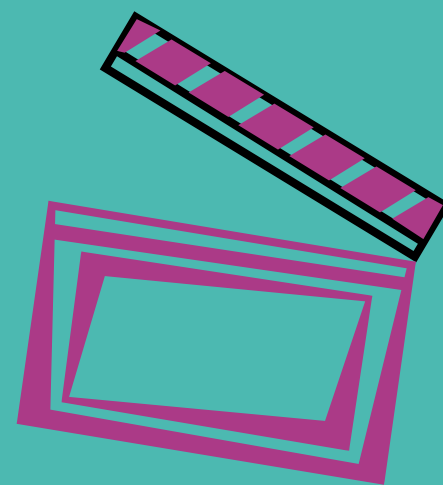
- Captura los sonidos naturales del lugar (viento, pasos, voces del entorno, naturaleza)
- Graba al menos 30 seg de sonido ambiente en cada locación

7. Mantén la estabilidad de la cámara

- Evita movimientos bruscos o temblores
- Usa trípode o estabilizador
- Realiza movimientos lentos

03

POST PRODUCCIÓN



EDUCOMUNICACIÓN
para la cohesión social, la paz
y los derechos humanos



1. Selecciona las mejores tomas y testimonios

- Elige lo más relevante
- Identifica:
 - Fragmentos de entrevista con ideas claras y emotivas
 - Tomas bien enfocadas y estables
 - Sonidos útiles

2. Construye la estructura narrativa

- Ordena el material según la historia que quieres contar
- Prioriza la claridad y la emoción antes que los efectos

ESTRUCTURA SUGERIDA

01

Gancho

0:00 - 0:30

Una imagen impactante, una frase que atrape desde el primer segundo.

02

Presentación

0:30 - 1:30

Dale contexto al espectador: ¿quién es el protagonista? ¿cuál es su historia o lugar?

03

Desarrollo

1:30 - 3:30

Entrevistas, testimonios, imágenes de apoyo (B-Roll) y voces que sostienen la historia

04

Cierre

3:30 - 5:00

Una reflexión, una imagen o palabras del protagonista



EDUCOMUNICACIÓN
para la cohesión social, la paz
y los derechos humanos



3. Realiza el montaje inicial

- Crea una primera versión con las entrevistas principales
- Proceso:
 - Coloca primero el audio o testimonio central
 - Recorta pausas y repeticiones
 - Ajusta el orden de las ideas
- Construye primero la historia y después añade recursos visuales

4. Incorpora imágenes de apoyo (B-Roll)

- Añade planos que ilustren lo que se está narrando
- Utiliza:
 - Acciones del protagonista
 - Detalles y primeros planos
 - Imágenes del entorno
 - Material de archivo
- Las imágenes deben complementar y enriquecer el relato.

5. Limpia y ajusta el audio

- Revisa
 - Volumen uniforme
 - Reducción de ruidos
 - Claridad de voces
 - Integración del sonido ambiente

6. Añade música y efectos sonoros

- Utiliza música para reforzar el tono emocional
- Usa música libre de derechos
- Mantén un volumen bajo

7. Incorpora textos

- Añade información útil para contextualizar
 - Título
 - Nombre y cargo del protagonista
 - Subtítulos (opcional)
 - Créditos finales

8. Ajusta color e imagen

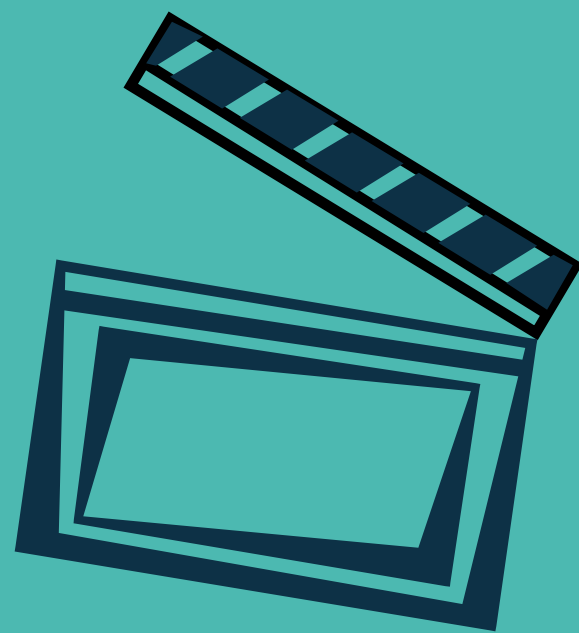
- Corrige:
 - Brillo y contraste
 - Balance de color
 - Uniformidad entre planos

9. Exporta y revisa la versión final

- Genera el archivo final y visualízalo completo
- Verifica:
 - Ortografía de textos
 - Sincronización de audio
 - Calidad de imagen
 - Formato y resolución
 - Exporta en MP4
 - Mínimo en 1080p

¡Guárdalo para tu
próximo microdocumental!

#SomosEducomunicadores



EDUCOMUNICACIÓN
para la cohesión social, la paz
y los derechos humanos

