ACADEMIA KAVA · CREACIÓN DE CONTENIDO

No necesitas verte perfecto. Necesitas conectar.



Cómo hablar frente a cámara con más naturalidad, claridad y seguridad.

Hablarle a una cámara puede sentirse extraño: no hay una persona respondiendo, empezamos a pensar demasiado en nuestra voz, nuestras manos o nuestra apariencia y dejamos de comunicarnos con naturalidad.

PERO HAY ALGO IMPORTANTE:

LA CÁMARA NO NECESITA UNA VERSIÓN PERFECTA DE TI.

Necesita una versión presente, clara y creíble.

EL ENFOQUE

Háblale a una persona.

Uno de los errores más comunes frente a cámara es intentar "presentar".

QUÉ PASA CUANDO PRESENTAS

- La voz cambia.
- El cuerpo se pone rígido.
- Las palabras dejan de sonar naturales.

CAMBIA EL ENFOQUE

CAMBIA EL ENFOQUE.

EN LUGAR DE PENSAR

"Estoy grabando un video que verá mucha gente."

PIENSA

"Estoy explicándole esto a una sola persona."

01 Imagina a alguien específico al otro lado de la cámara: un cliente, un seguidor o una persona que realmente necesita escuchar lo que vas a decir.

02 Después: mira al lente, no a tu propia imagen. El lente representa los ojos de esa persona.

CONVERSA. NO RECITES.

La naturalidad aparece cuando dejas de intentar parecer alguien que "crea contenido" y empiezas simplemente a comunicar una idea.

LA PRESENCIA SE PUEDE ENTRENAR.

No necesitas convertirte en presentador profesional. Pequeños ajustes pueden cambiar completamente cómo se percibe un video.

01 • **MIRADA —** Mira al lente cuando hables. Mirar constantemente tu propia imagen rompe la sensación de contacto con quien está viendo el video.

02 • **RITMO —** No tengas miedo de las pausas. Hablar demasiado rápido transmite nerviosismo y dificulta comprender el mensaje. Una pausa también comunica seguridad.

03 • **CUERPO —** Permite que tu cuerpo acompañe lo que dices. Usa las manos naturalmente, mantén una postura cómoda y evita permanecer completamente rígido.

04 • **ENERGÍA —** La cámara reduce parte de tu energía natural. Prueba hablar con aproximadamente un 10–15 % más de intención de la que utilizarías en una conversación normal. No significa gritar ni exagerar. Significa estar presente.

NO BUSQUES ACTUAR MEJOR.
BUSCA COMUNICAR MEJOR.



EL CIERRE

El guion es una guía. No una jaula.

Tener las palabras frente a ti puede darte seguridad, pero intentar leer cada frase exactamente como está escrita suele hacer que el video pierda naturalidad.

PRUEBA ESTO:

01 Lee la idea antes de grabar. Entiende qué quieres comunicar, no solamente qué palabras debes decir.

02 Divide el mensaje en pequeñas ideas. Una idea → una toma.

03 Graba tres versiones:

Toma 1 — Seguridad (sigue el guion de cerca)

Toma 2 — Naturalidad (explícalo con tus propias palabras)

Toma 3 — Energía (hazlo nuevamente con más intención y presencia)

Después compara. Probablemente descubrirás que la mejor versión no fue la más perfecta.

FUE LA MÁS CREÍBLE.

La confianza frente a cámara
no aparece antes de empezar.

APARECE GRABANDO.



KAVA puede preparar la idea, organizar las escenas y poner las palabras frente a ti. La presencia la pones tú.