

NOVEMBRO 2023



# FOTOGRAFAR ALIMENTOS DE MANEIRA APETITOSA



Fotografar alimentos de maneira atraente e apetitosa é uma arte que pode despertar sensações e transmitir sabores através das imagens.

Esta cartilha foi criada para ajudá-lo a capturar fotografias deliciosas de alimentos. Vamos começar!

01

## PREPARAÇÃO DO AMBIENTE

O principal elemento da fotografia é a luz. É a qualidade dela que vai valorizar o que você está fotografando e ajudar você a despertar o desejo nos clientes para provar as deliciosas comidas que você produz.

A luz do sol é sua maior aliada nesse processo, já que estamos falando aqui de um processo mais simples, que você mesmo pode fazer sem ajuda de um profissional. Tendo isso em mente, use bastante o que chamamos de "luz de janela", aquela luz que entra pela janela da sua casa/estabelecimento e é uma ótima fonte natural de iluminação.

Posicione os pratos/produtos em uma superfície onde essa luz do sol "bate" e assim você terá um ótimo iluminador para suas fotos. Uma outra dica, se a luz tiver muito forte, é usar um tecido branco ou outro material semitransparente para difundir um pouco a luz, criando sombras mais suaves e interessantes.



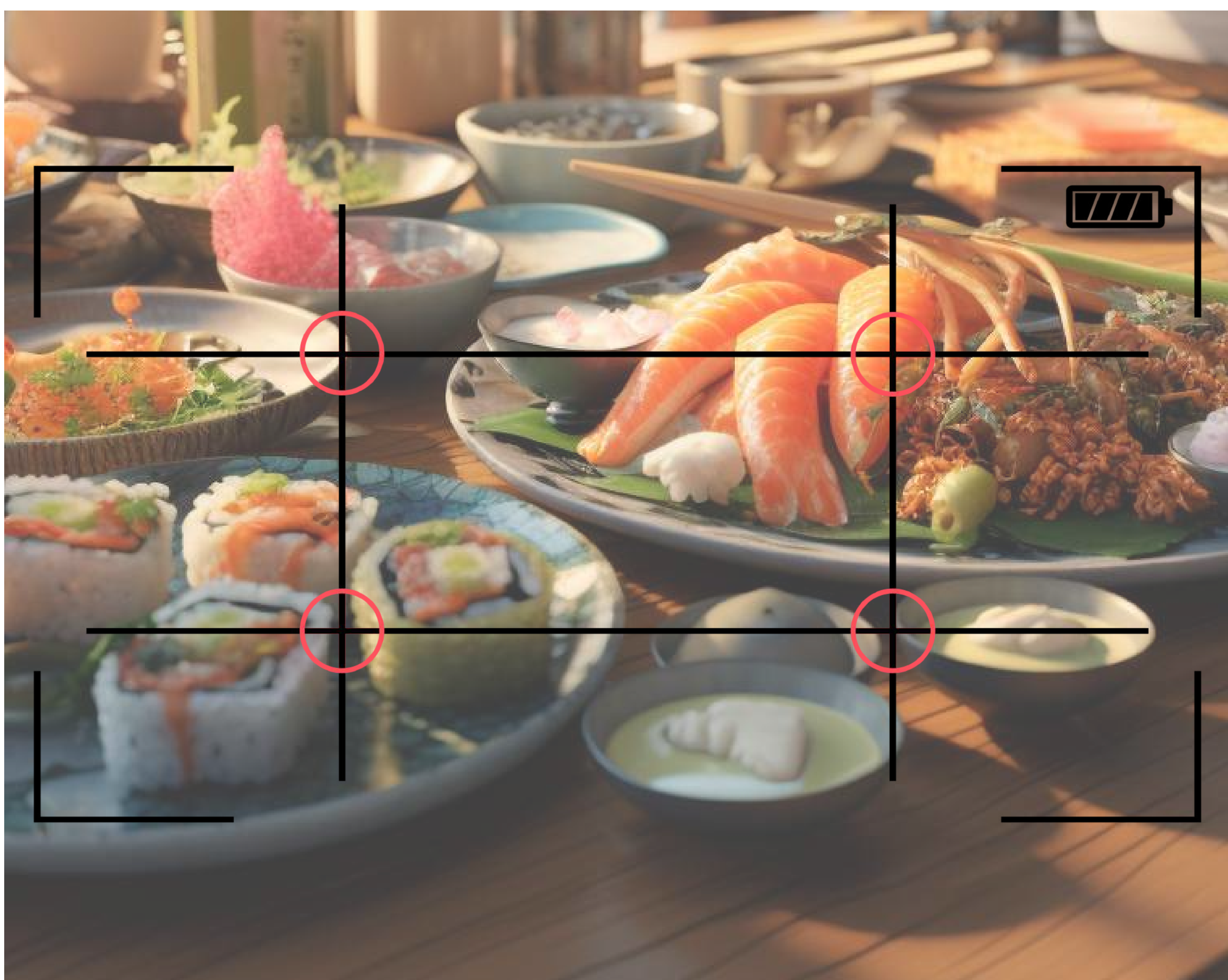
## 02 COMPOSIÇÃO E ESTILO

Antes de tudo, vale a pena dar uma olhada nesse [vídeo](#) que tem uma ideia geral sobre composição em fotografia, e uma rápida e boa explicação sobre algumas regras.

Abaixo algumas regras que podem ser úteis para você:

### REGRA DOS TERÇOS

Posicione o prato principal ou o que você quiser dar destaque em um dos pontos em que as linhas verticais e horizontais se encontram, como no exemplo abaixo.



## 02 COMPOSIÇÃO E ESTILO

### CAMADAS E PROFUNDIDADE

Crie profundidade usando elementos com diferentes níveis de foco na imagem. Alguns celulares permitem que você ajuste o nível de desfoque manualmente ou possuem aquele modo "retrato", que produz um efeito semelhante.

Posicione os elementos em diferentes pontos da imagem para ampliar o efeito (uns mais para frente, outros mais para trás...).

Mas, lembre-se que o elemento principal da imagem deve estar sempre bem focado, ele é a estrela.



**02** COMPOSIÇÃO E ESTILO**LINHAS GUIAS**

Use talheres, guardanapos ou outros elementos para direcionar o olhar para o prato principal.



## PREPARAÇÃO DO ALIMENTO

### FRESCOR E QUALIDADE

Escolha ingredientes frescos e bem preparados. Certifique-se de que o prato esteja arrumado e com uma apresentação impecável.



03

## PREPARAÇÃO DO ALIMENTO

### TEXTURA E DETALHES

Destaque a textura dos alimentos, como fios de queijo derretido, grãos crocantes ou molhos escorrendo.



### VARIEDADE DE CORES

Use ingredientes coloridos para adicionar vida às fotos.



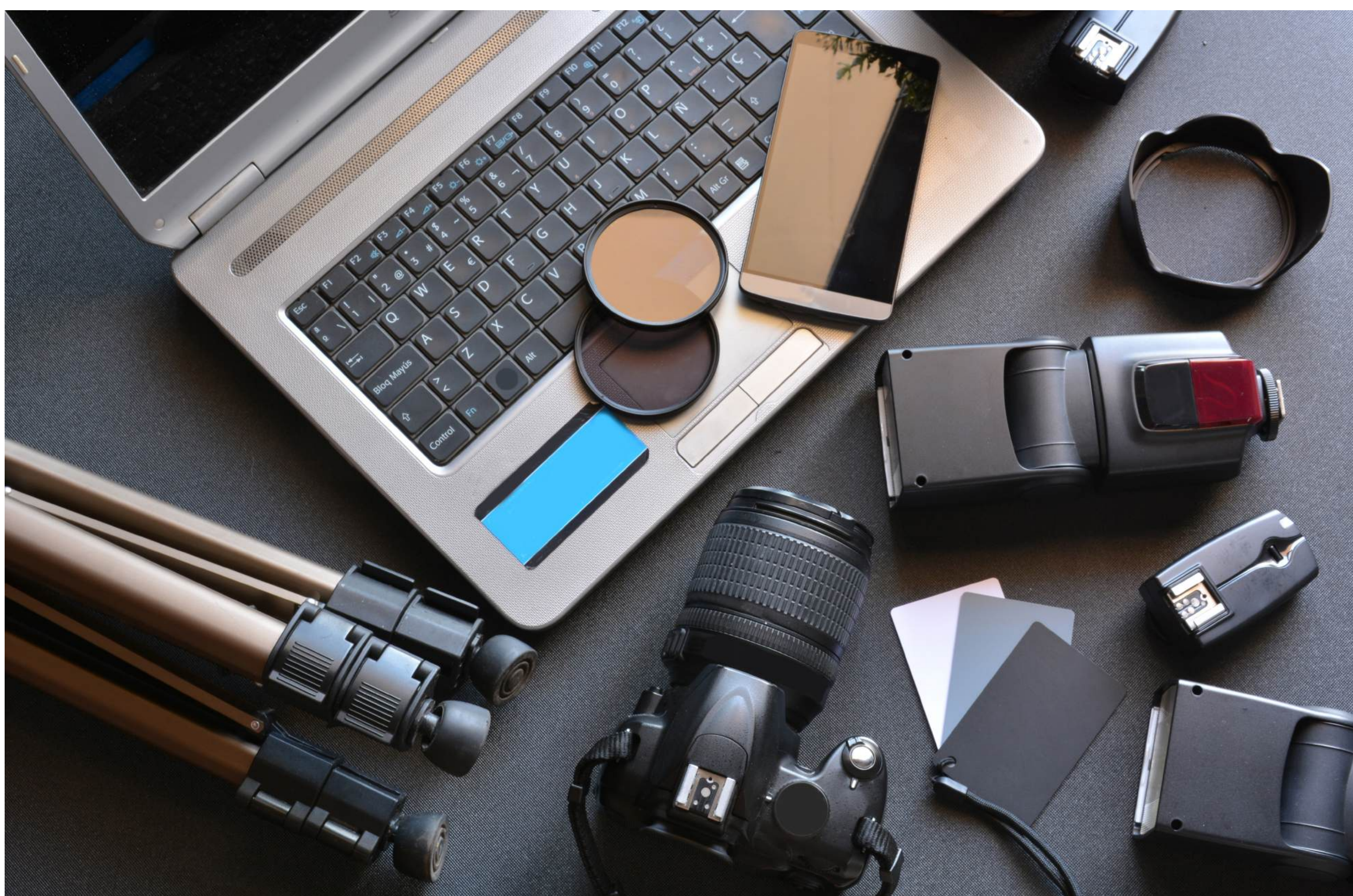


## EQUIPAMENTOS E CONFIGURAÇÕES

Temos hoje a disposição inúmeros equipamentos que podemos usar para fazer boas fotos. O celular hoje é, sem dúvida, um bom equipamento para fazer fotos, mas não substitui um profissional. Vale também investir em um bom profissional de fotografia da sua região.

Explore bastante as funções da câmera do seu celular. Alguns celulares possuem o modo PRO (ou profissional) e permite que você tenha mais controle sobre a câmera, mas também exige um pouco mais de conhecimento técnico e o Youtube pode ser um grande aliado no seu aprendizado.

Explore e experimente bastante todas as funções do seu celular, veja o que as pessoas falam sobre a câmera dele no Youtube, pode ser de grande valia.

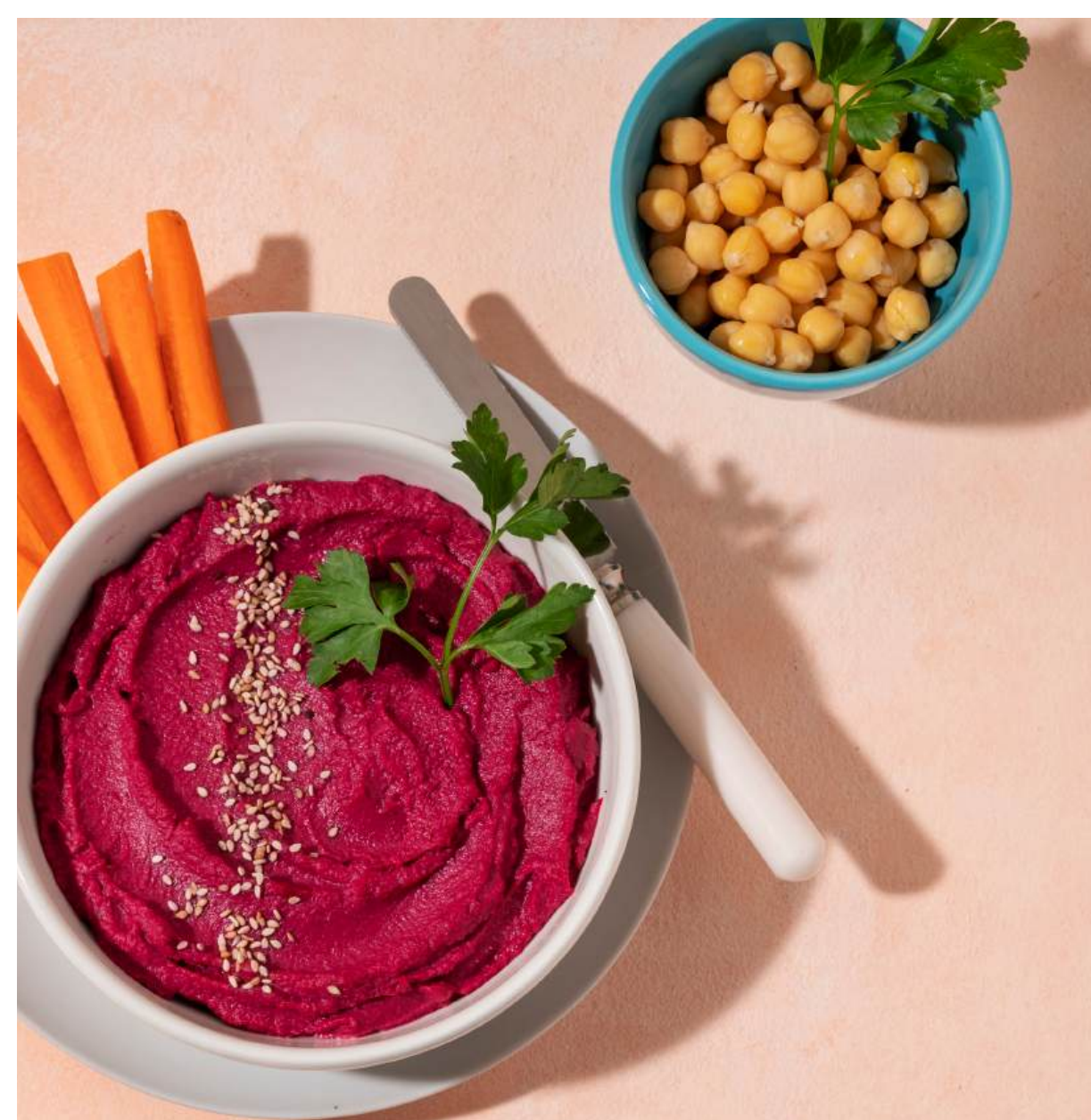


05

## TÉCNICAS DE COMPOSIÇÃO

### OVERHEAD SHOT

Tire fotos de cima para destacar a disposição dos ingredientes.



05

## TÉCNICAS DE COMPOSIÇÃO

### CLOSE-UP

Fotografe detalhes específicos para mostrar textura e sabor.



05

## TÉCNICAS DE COMPOSIÇÃO

### AÇÃO ESPONTÂNEA

Capture momentos de preparação ou consumo para agregar valor.



## EDIÇÃO

### EQUILÍBRIO DE CORES E CONTRASTE

Ajuste o balanço de branco e ajuste as cores para que sejam realistas.



### NITIDEZ

Se seu celular ou aplicativo de edição de fotos tiver esse efeito, aplique um pouco de nitidez para realçar os detalhes, mas não exagere, ele pode acabar gerando detalhes inconvenientes que não estavam na foto original, dando origem aos ruídos.

## EDIÇÃO

### CORTE E ENQUADRAMENTO

Recorte a imagem, se necessário, para eliminar distrações. Pense que qualquer elemento que sair na imagem que não deva estar ali pode distrair seu consumidor do objetivo, que é analisar o prato e seus elementos. Por isso, antes até de fazer a foto, cheque sempre antes o que deve e o que não deve estar ali no cenário que você montou.



## EXPERIMENTAÇÃO E CRIATIVIDADE

### CORES E INGREDIENTES INUSITADOS

Experimente a combinação de cores e ingredientes que criam contraste visual. A combinação desses elementos (cores contrastantes, diferentes texturas) criam imagens mais interessantes.



## EXPERIMENTAÇÃO E CRIATIVIDADE

### CONTEXTO E CENÁRIO

Adicione elementos que contêm uma história ou contextualizem o prato.





## CONCLUSÃO

Lembre-se de que a prática é fundamental.

Tire muitas fotos, experimente diferentes técnicas e ajustes até encontrar seu estilo pessoal. A fotografia de alimentos é uma maneira deliciosa de expressar sua criatividade.

Bom apetite e divirta-se fotografando!



## FOTOGRAFAR ALIMENTOS DE MANEIRA APETITOSA

**TEXTO:** Adriana Lara

**REVISÃO:** Paulo PSilva

**IMAGENS:** FREEPIK

**PROJETO GRÁFICO:** Paulo PSilva

**DIAGRAMAÇÃO:** João Emanuel