

PROMPTRAITS

Guía completa: prompts de retrato hiperrealista + fotografía y edición

by Sr. Waly • paleta: negro, blanco, grises y dorado

1) Arquitectura de Prompt Promptraits (por bloques)

Esta arquitectura te ayuda a mantener **identidad real** y un acabado profesional. Escribe en frases completas (mini-parrafos), no en listas de tags.

- **Bloque 1 - Objetivo y estilo:** define el propósito (editorial, headshot, lifestyle) y el mood (cinematográfico, high■key/low■key).
- **Bloque 2 - Identidad exacta:** “use the exact face from the provided selfie — no editing, no retouching, no smoothing; keep hairstyle/beard exactly as in the selfie”.
- **Bloque 3 - Pose y expresión:** giro de cabeza, dirección de mirada, postura; expresión neutra/serena salvo petición.
- **Bloque 4 - Vestuario/maquillaje:** prendas, materiales, color; accesorios concretos. No alteres anatomía/rasgos.
- **Bloque 5 - Cámara:** sensor, lente (85 mm clásico), apertura, distancia, **relación** (4:5/1:1/9:16).
- **Bloque 6 - Iluminación:** esquema (Rembrandt/Loop/Beauty), dirección en grados, diferencias de intensidad, **WB**.
- **Bloque 7 - Reglas de identidad:** refuerza ‘no morphing’, ‘no smoothing’, ‘no changes to age/face geometry’.
- **Bloque 8 - Entregable:** pide calidad de revista, textura de piel natural, fondo limpio y notas de colorimetría.

Prompt de ejemplo (editorial Rembrandt)

Ultra-realistic editorial portrait using the exact face from the provided selfie – no editing, no retouching, no smoothing. Medium close-up 4:5, subject turned 15° left, neutral expression, eyes to camera. Rembrandt lighting: soft key at ~45° from the left, slightly elevated; fill 1.5 stops lower on the right; subtle rim separation on the shoulder. Camera: full-frame, 85 mm prime at f/1.4, ~2.2 m distance; ISO 100; WB 5400 K; precise eye■AF. Backdrop: seamless gradient charcoal→black. Post: S■curve gentle, fine film■grain, natural skin texture; magazine■grade finish; no text in background.

2) Checklist de Selfie / Imagen de referencia

- Buena iluminación natural o luz suave; evita sombras duras.
- Expresión neutra, sin exagerar.
- Sin sombras fuertes en mejillas/ojos; evita ventanas muy puntuales.
- Sin gorras u objetos que tapen el rostro.
- Ejemplo correcto: iluminación uniforme en todo el rostro.
- Ejemplo incorrecto: exceso de luz en frente y sombra marcada en pómulos.

3) Estructura ideal del prompt (resumen)

1. Tipo de imagen y estilo principal

Arranca con lo que quieres: “Ultra■realistic portrait photo...”, “Photorealistic full■body shot...”. Define ‘cinematographic/editorial/high■key/low■key’.

2. Sujeto (character)

Describe edad aproximada, rasgos, peinado, barba, etc. En nuestro caso: pide usar tu rostro sin modificar nada: “using the exact face from the provided selfie — no editing, no retouching, no smoothing”.

3. Pose y expresión

Sé claro con postura y gesto: “standing with arms crossed, neutral expression, eyes looking 45° away from camera...”.

4. Ropa y accesorios

Detalla prendas, materiales y props; menciona si el look es formal/casual/moda; especifica color y textura.

5. Iluminación

Especifica fuente y dirección: “Rembrandt lighting, soft key 45° left, warm tone”, “soft daylight, diffused window light”, “high■key studio softbox, evenly lit”, “low■key dramatic shadows, cinematic”.

6. Composición / Cámara

Añade distancia, lente y apertura: “85 mm f/1.4 lens, shallow depth of field”; “35 mm full body, environmental portrait”; “50 mm medium close■up, neutral background”.

7. Estilo / mood final

Remata con color grading/mood: “editorial cinematic, subtle film grain”, “clean corporate, bright tones”, “golden hour, warm glow, lifestyle vibe”.

4) Consejos clave para Nano■Banana

- Escribe en frases completas, no en listas de tags.
- Sé específico en lo visual; evita historias largas o abstractas.
- Itera: genera base y luego pide cambios (“add glasses”, “change background to city at night”, etc.).
- Usa referencias técnicas (85 mm, f/1.4, Rembrandt lighting, WB) para más control.
- No abuses de negativos; con “no text in background” suele bastar si es importante.
- Consistencia de personaje: usando el mismo selfie/base, el modelo mantiene la identidad en variaciones.

5) Fundamentos rápidos de fotografía para retrato

- Triángulo de exposición: apertura ↔ velocidad ↔ ISO (abre para bokeh, sube velocidad para congelar, baja ISO para menos ruido).
- Lentes: 50–135 mm favorecen retrato; 85 mm es el clásico (APS-C: 35–90 mm equivalentes).
- Composición: regla de tercios, líneas guía, espacio negativo; ojos cerca de la intersección superior.
- Dirección de luz: frontal (uniforme), lateral (volumen), contraluz (halo), overhead (dramático).
- Esquemas útiles: Butterfly/Beauty, Loop, Rembrandt, High key, Low key.
- Color y WB: 5000–5600 K neutro; 3200 K tungsteno; geles para creatividad.
- Post: exposición, WB, curvas en S suave, color de piel, enfoque/grano; evita 'plastic look'.

6) Flujo de edición recomendado

- Orden: WB → exposición → contraste/curvas → color (HSL/tonos piel) → enfoque/grano → export.
- Retrato: preserva textura real; corrige dominantes; evita suavizado agresivo.
- Export: 4:5/1:1 para feed; 9:16 para stories; 300 dpi si se imprime.

7) STYLE CODES / Presets (extracto)

Consulta la hoja rápida separada para copiar/pegar. Aquí tienes un avance:

Cinematográfico Editorial (Low■Key Rembrandt)

Parámetro	Valor
Objetivo	Retrato editorial con carácter, fondo oscuro.
Lente/Apertura	85 mm f/1.4 (FF) · 2.2 m
Relación	4:5 (vertical)
Iluminación	Key 45° izq., elevada; Fill –1.5; Rim suave detrás.
WB	5400 K
Fondo	De gris carbón a negro (gradient seamless).
Post	Curva S ligera, grano fino, piel natural.
Reglas	Exact face; no retocar rasgos.

Golden Hour Lifestyle

Parámetro	Valor
Objetivo	Retrato cálido al atardecer.
Lente/Apertura	50 mm f/1.8 · 1.2–1.8 m
Relación	3:2 o 4:5
Iluminación	Backlight sol bajo; reflector dorado frontal.
WB	6000–6500 K
Fondo	Bokeh cálido (naturaleza/ciudad).
Post	Split■toning cálido; realce altas luces.
Reglas	Evitar flare que tape la cara.

Créditos y uso

Contenido preparado para Promptraits (by Sr. Waly). Documento en negro para lectura cómoda. Libre descarga desde tu web.