



I Congreso Virtual Iberoamericano de

Salud Ambiental

“Salud Ambiental, Sindemia y Agenda 2030”

8 al 12 de noviembre de 2021

DISERTANTES

Cómo grabar su ponencia en video



Aprovechando los recursos tecnológicos de los que disponemos y la virtualidad del evento, invitamos a los panelistas de las sesiones a enviarnos con anticipación su contribución grabada en un video y disfrutar de la sesión del Congreso atendiendo las preguntas y motivando el intercambio durante la misma.

Los lineamientos que presentamos a continuación procuran que la comunicación bajo esta modalidad sea gratificante para los autores y provechosa para los participantes del evento.

Sugerimos la grabación de un video de no más de 20 minutos, mientras comparte una pantalla con la presentación.

### Instrucciones para la grabación utilizando Zoom

1. Descargue e instale Zoom en su ordenador y cree un usuario (es gratuito).
2. Abra la presentación de PowerPoint que habrá preparado previamente.
3. Abra la App de Zoom e ingrese con su usuario y contraseña.
4. Abra una nueva reunión (el icono es una cámara con fondo naranja).
5. Únase con vídeo y audio (compruebe que la cámara y el micro son los que desea utilizar).
6. En la barra de herramientas inferior pulse “Grabar”. Ahora ya habrá comenzado la grabación.
7. En la misma barra de herramientas inferior pulse “Compartir pantalla”. Se abrirá una ventana en la que debe seleccionar el PowerPoint que previamente ha abierto y pulsar “Compartir”.
8. Pon el PowerPoint en formato presentación con diapositivas y comience su ponencia.
9. Cuando haya finalizado, pasando el ratón por la parte superior de la pantalla verá un botón rojo que dice “Deja de compartir pantalla”. Púlselo.
10. Cuando desaparezca el PowerPoint de la pantalla ya puede detener la grabación con el mismo botón con el que la ha iniciado al principio.
11. Finalice la reunión del botón “FIN” - “Finalizar la reunión para todos” situado en la parte inferior derecha.
12. Espere a que Zoom convierta la grabación. Cuando haya terminado se abrirá una carpeta (normalmente, en “Documentos”) en la que podrá revisar su grabación.
13. Después de grabar, guarde el video en formato mp4. Envíe su video a [congresosibsa2021@gmail.com](mailto:congresosibsa2021@gmail.com). Para enviar su video puedo optar por guardarlo en un GoogleDrive y enviar el enlace o puede utilizar WeTransfer (es gratis) <https://wetransfer.com/>

### Instrucciones para la grabación utilizando solamente Power Point

Existen 2 opciones para grabar la ponencia.

1. Grabación con Mac: Solamente permite grabar su voz durante la presentación.
2. Grabación con Windows: Permite grabar tanto su imagen como su voz y colocar esa imagen en un recuadro dentro de la propia presentación.

Para cualquiera de ellas solamente necesitará:

- Un ordenador con PowerPoint.



I Congreso Virtual Iberoamericano de

Salud Ambiental

“Salud Ambiental, Sindemia y Agenda 2030”

8 al 12 de noviembre de 2021

## DISERTANTES

### Cómo grabar su ponencia en video

- La webcam (puede ser externa o la propia cámara del ordenador)
- Comprobar que funciona el micro del ordenador. Si no lo hace, también se puede utilizar el micro que muchos auriculares llevan integrado.

#### NOTAS IMPORTANTES:

- Al exportar el vídeo debe ser en formato .mp4 y calidad 1920 x 1080p.
- Es imprescindible no hablar durante los cambios de diapositivas. Si hace una prueba, verá que se le corta la voz.

De este modo, exponga lo que necesite comentar en la diapositiva, haga una pausa, haga click para pasar la diapositiva y, cuando ya se haya cambiado, continúe hablando.

Le envío enlaces para ayudarle con estas grabaciones. Verá que una vez hecha una, es muy sencillo:

- Tutorial para la grabación en Mac (solo voz):

<https://proyectosypersonas.es/wp-content/uploads/2021/02/MANUAL-GRABACION-POWER-POINT-PARA-MAC-SOLO-AUDIO.pdf>

- Información adicional para la grabación en Mac:

<https://support.microsoft.com/es-es/office/grabar-una-presentaci%C3%B3n-con-diapositivas-con-narraci%C3%B3n-e-intervalos-de-diapositivas-0b9502c6-5f6c-40ae-b1e7-e47d8741161c#OfficeVersion=macOS>

- Videotutorial para la grabación en Windows (voz e imagen):

<https://vimeo.com/453700858>

- Información adicional para grabación en windows:

<https://support.microsoft.com/es-es/office/grabar-una-presentaci%C3%B3n-con-diapositivas-con-narraci%C3%B3n-e-intervalos-de-diapositivas-0b9502c6-5f6c-40ae-b1e7-e47d8741161c#OfficeVersion=Windows>

Después de grabar, guarde el video en formato mp4. Envíe su video a [congresosibsa2021@gmail.com](mailto:congresosibsa2021@gmail.com).

Para enviar su video puedo optar por guardarlo en un GoogleDrive y enviar el enlace o puede utilizar WeTransfer (es gratis) <https://wetransfer.com/>

#### CONSEJOS ÚTILES PARA LAS GRABACIONES

1. Acceder desde el menú desplegable situado en el botón de cámara (en la parte izquierda de la barra de herramientas inferior).
2. Pulsar “Elegir un fondo virtual...”
3. Subir la imagen que deberán tener guardada en su ordenador pulsando sobre el botón “+” y “añadir imagen”.
4. Colóquense delante de una pared lisa o con pocos elementos.
5. Para facilitar el contraste, evitar ropa de color pálido o parecido a la pared que hayan escogido de fondo.
6. Si vieran su imagen invertida, deben quitar el tick azul de “Reflejar mi vídeo” en la misma ventana de fondo virtual.
  - Antes de comenzar a hablar tómense su tiempo para comprobar el encuadre de la cámara. Asegúrense de que su imagen queda centrada.



I Congreso Virtual Iberoamericano de

Salud Ambiental

“Salud Ambiental, Sindemia y Agenda 2030”

8 al 12 de noviembre de 2021

DISERTANTES

Cómo grabar su ponencia en video

- No es aconsejable colocarse con una ventana detrás porque producen efecto de contraluz.
- Asegúrense de que cuentan con una buena iluminación homogénea en la sala. Preferiblemente, luz natural. Si no puede ser con luz natural, la sala debería estar bien iluminada desde el techo, evitando lámparas de escritorio.
- Evitar realizar la grabación con corbatas, camisas o blusas de rayas o cuadros finos.
- Para el sonido, evitar realizar la grabación en una sala con mucho eco o reverberación.
- Evitar zonas con ruido ambiental o tener las ventanas abiertas durante la grabación.
- Si tras un intento de grabación percibiera que se le escucha bajo o poco claro, pruebe a utilizar unos auriculares con micrófono o a colocarse más cerca del ordenador.

Existe la posibilidad de utilizar una imagen como fondo virtual si realizan la grabación con Zoom. Para colocarla deben:

### CÓMO COLOCAR UNA IMAGEN COMO FONDO VIRTUAL EN ZOOM

Existe la posibilidad de utilizar una imagen como fondo virtual si realizan la grabación con Zoom. Para colocarla deben:

1. Acceder desde el menú desplegable situado en el botón de cámara (en la parte izquierda de la barra de herramientas inferior).
2. Pulsar “Elegir un fondo virtual...”
3. Subir la imagen que deberán tener guardada en su ordenador pulsando sobre el botón “+” y “añadir imagen”.
4. Colóquense delante de una pared lisa o con pocos elementos.
5. Para facilitar el contraste, evitar ropa de color pálido o parecido a la pared que hayan escogido de fondo.
6. Si vieran su imagen invertida, deben quitar el tick azul de “Reflejar mi vídeo” en la misma ventana de fondo virtual.