

FRANZELLY GARCÍA

GUIA ESENCIAL
DE BOUDOIR

DESCUBRE TU BELLEZA Y CONFIANZA



*UNA GUÍA DE EMPODERAMIENTO PARA MUJERES QUE
QUIEREN REDESCUBRIRSE Y VERSE CON NUEVOS OJOS.*

FRANZELLYPHOTOGRAPHY.COM

Esto es más que una guía—es una carta de amor para ti misma.

📖 Dentro de estas páginas, encontrarás todo lo que necesitas para llegar a tu sesión con confianza y salir sintiéndote imparable.

Porque toda mujer merece sentirse sexy, poderosa y hermosamente auténtica. ✨🌸

Durante tanto tiempo nos han hecho creer que debemos cambiar algo de nosotras mismas para estar “listas” para una sesión de boudoir. Bajar unos kilos, tonificar, arreglar esto, mejorar aquello... Pero la verdad es que ya eres suficiente tal como eres.

El boudoir no se trata de perfección, sino de abrazar la belleza que ya existe dentro de ti. Se trata de entrar en un espacio donde eres celebrada, admirada y vista de la manera más hermosa posible: a través de tus propios ojos. Y eso es exactamente para lo que está hecha esta guía.

¿Estás lista para verte con unos ojos nuevos?

EL CAMINO DE BOUDOIR

<i>El Despertar de tu Confianza</i>	03
<i>Prepara tu Cuerpo</i>	06
<i>El Arte de Vestirte</i>	08
<i>Cabello Que Deslumbra</i>	13
<i>Maquillaje como Expresión</i>	18
<i>Posar Es Muy Fácil</i>	24



El Despertar de tu Confianza

Redescubrete y mirate con nuevos ojos

Durante tanto tiempo nos han hecho creer que debemos cambiar algo de nosotras mismas para estar “listas” para una sesión de boudoir. Bajar unos kilos, tonificar, arreglar esto, mejorar aquello... Pero la verdad es que ya eres suficiente tal como eres. El boudoir no se trata de perfección, sino de abrazar la belleza que ya existe dentro de ti. Se trata de entrar en un espacio donde eres celebrada, admirada y vista de la manera más hermosa posible: a través de tus propios ojos.

Y eso es exactamente para lo que está hecha esta guía.

Prepárate para la Experiencia Más Empoderadora de Tu Vida

Seamos honestas: pararse frente a la cámara en lencería (o con menos) puede parecer aterrador. “¿Y si no me veo bien? ¿Y si no sé cómo posar? ¿Y si simplemente no soy ‘material boudoir’?”

Si alguna vez has pensado esto, no estás sola. Casi todas las mujeres que se animan a una sesión boudoir comienzan con esas mismas dudas. Pero al final, salen sintiéndose como diosas.

 La verdad es esta: No necesitas perder peso, ser modelo o “arreglar” nada de ti para lucir increíble en las fotos. Ya tienes todo lo que necesitas: tu cuerpo, tu confianza y tu esencia única. Boudoir no se trata de “convertirse” en algo, sino de ver la belleza que ya existe en ti.

Olvida lo que dicen sobre el “cuerpo perfecto.” No hay una única forma de ser sexy. Curvas, petit, atlética, alta, baja—cada tipo de cuerpo es hermoso en boudoir. No se trata de talla, se trata de actitud.

No necesitas experiencia—las poses son completamente guiadas, así que nunca te sentirás perdida.



Prepara tu Cuerpo

Tips para una Piel Radiante y lista para la Camara

Siéntete Radiante de Pies a Cabeza

Boudoir es una experiencia íntima—sentirse fresca, limpia y consentida te ayuda a entrar en la sesión con confianza y seguridad. No se trata solo de verte bien, sino de sentirte completamente en casa en tu propia piel.

✓ **Un Baño de Relajación Antes de la Sesión:** Una ducha o baño tibio la noche anterior (o la mañana del día de tu sesión) relaja tu cuerpo, refresca tu piel y realza tu brillo natural. Una piel suave y limpia luce increíble en fotos, y te sentirás fresca y segura desde el primer instante.

✓ **Piel Suave y Sedosa:** Si planeas depilarte o afeitarte, hazlo uno o dos días antes para evitar irritaciones. Una exfoliación ligera también puede potenciar la luminosidad de tu piel.

✓ **Evita Cremas y Aceites Excesivos:** La piel hidratada es clave, pero evita productos demasiado grasosos—pueden generar brillos no deseados en las fotos.

✓ **Lista y Deslumbrante para la Cámara:** Reserva con tiempo. Un retoque de manicura, un refresh en el cabello o una sesión profesional de maquillaje pueden potenciar tu confianza. Agenda tus uñas 2-3 días antes, el cabello 1-2 días antes y el día de la sesión, solo disfruta tu mejor versión.

💡 **Pro Tip:** Convierte esto en un ritual de autocuidado. Tómalo como el inicio de tu transformación de confianza. ✨



El Arte de Vestirte

Como Elegir tu Outfit y Que Te Sientas Increíble



Eligiendo el Look Perfecto para TI

Tu atuendo debe hacerte sentir sexy, cómoda y auténticamente TÚ. Ya sea que elijas un estilo elegante, atrevido o completamente desnudo, la confianza es lo que realmente define el look.

♥ **Elegante & Atemporal:**

- ✓ Camisa o suéter blanco de botones (oversized)
- ✓ Blazer sobre los hombros
- ✓ Bralette de encaje & pantalones cortos de tiro alto

♥ **Atrevida & Divina:**

- ✓ Body de encaje
- ✓ Corset/Bustier
- ✓ Conjunto de lencería con tirantes o ligeros

♥ **Sin Miedo & Libre:**

- ✓ Envuelta en sábanas blancas
- ✓ Piel desnuda + joyería llamativa
- ✓ Siluetas & sombras

💡 Consejo Profesional: Elige de 2 a 3 atuendos que representen diferentes lados de tu personalidad—suave, audaz y artístico. Opta por telas lujosas como encaje, seda o malla que realcen el movimiento natural de tu cuerpo y se vean increíbles en las fotos. Lo más importante: usa piezas que te hagan sentir imparable.

Elegante & Atemporal:

(Sutil, Sofisticado, Elegante)



Atrevida & Divina

(Ajustado, Empoderante, Sensual)



Sin Miedo & Libre

(Natural, Desnudo, Radiante, Real)





Cabello Que Deslumbra

Peinados Boudoir que Realzan tu Belleza

Estilos sencillos que realzan tu look

💡 El boudoir se trata de movimiento y suavidad. El cabello debe complementar tu belleza natural, no opacarla.

♥ Ondas Suaves: atemporales, románticas y favorecedoras sin esfuerzo.

♥ Elegante y Chic: refinado, sofisticado y seguro.

♥ Recogido Desordenado: texturizado, coqueto y elegante.

💡 Consejo profesional: evita usar laca para el cabello demasiado fuerte: ¡las fotografías con movimientos naturales son las mejores!

Ondas Suaves

(Atemporal, Romántico y favorecedor sin esfuerzo)



Elegante & Chic

(Pulido, Sofisticado y Seguro)



Recogido desordenado

(Texturizado, Coqueto y Elegante)





Maquillaje como Expresión
Realzando tu belleza natural

Tu Estilo Boudoir Único

✦ El maquillaje boudoir no se trata de un glamour excesivo—se trata de realzar tus mejores rasgos con naturalidad. Piensa en una piel luminosa, ojos definidos y labios que añaden el toque justo de confianza. La meta: Un look que se sienta como TÚ, pero elevado.

♥ Minimalista & Sutil: Piel fresca, cejas suaves, labios hidratados y máscara/rimel de pestañas mínima.

♥ Brillo Natural Suave: Tono rosa claro, máscara de pestañas ligera y labios nude.

♥ Glam Clásico: Ojos ahumados suaves, rubor sutil y pestañas definidas.

♥ Glam Completo: Labios audaces, pestañas dramáticas y contorno esculpido.

Minimalista & Sutil

(Piel fresca, Cejas suaves, Labios hidratados, Rimel minimalista)



Brillo Natural Suave

(Rosa suave, Rímel claro, Labios nude/tinte)



Glam Clásico

(Ojos ahumados claros, Rubor suave, Pestañas definidas)



Glam Completo

(Labios atrevidos, Pestañas dramáticas, Contorno esculpido)





Posar Es Muy Fácil

Poses guiadas para lucir natural, segura y poderosa

Dominando el Movimiento: El Arte del Posar

💡 Tu cuerpo ya posee el poder de crear imágenes impactantes, elegantes y sensuales—posar simplemente lo desbloquea. Con los ángulos correctos, movimientos naturales y guía experta, cada curva, cada expresión y cada detalle se realzan de manera hermosa. No necesitas experiencia—solo confiar en el proceso. Te guiaré paso a paso para que te sientas cómoda, segura y preparada frente a la cámara.

✨ **Tipos de Poses en las que te Guiaré:**

- ♥ **Poses de Pie – Alargadas, Seguras, Confiadas**
- ♥ **Poses Sentadas & en el Suelo – Relajadas, Sensuales, Naturales**
- ♥ **Poses en la Cama – Íntimas, Suaves, Atractivas**
- ♥ **Poses de Detalles – Sensuales, Artísticas, Cautivadoras**

Sea cual sea tu visión, te guiaré en poses que le den vida—no necesitas experiencia.

Como Posar hace la Diferencia:

Posar no se trata de lucir "perfecta"—se trata de realzar tu belleza natural, confianza y lenguaje corporal de una manera que resulte favorecedora y empoderadora. Pequeños ajustes pueden hacer una gran diferencia, ayudándote a sentirte cómoda mientras creas imágenes atemporales y deslumbrantes. Aquí tienes 5 tips esenciales:

- ✓ **Manos Suaves y Relajadas** – Evita dedos rígidos manteniendo tus manos ligeras y delicadas. Ya sea tocando tu rostro, cuerpo o cabello, los gestos suaves aportan elegancia y feminidad.
- ✓ **Alarga con Puntas de Pie** – Incluso estando acostada, apuntar ligeramente los dedos de los pies alarga las piernas, define curvas y mejora el flujo natural de tu cuerpo.
- ✓ **Crea Ángulos con tu Cuerpo** – Pequeñas torsiones, arqueos sutiles o doblar una rodilla pueden crear líneas hermosas que realzan tu figura y añaden profundidad a la foto.
- ✓ **El Poder de la Posición del Mentón** – Extender ligeramente el mentón hacia adelante y hacia abajo evita ángulos desfavorecedores y resalta la mandíbula para una apariencia definida y segura.
- ✓ **Conéctate con la Emoción** – Una foto cautivadora no solo se trata de la pose, sino de sentir el momento. Ya sea una sonrisa suave, una mirada seductora o una expresión relajada, deja que tu energía brille.

***SÍ, ESTOY LISTA PARA REDESCUBRIRME Y
VERME CON UNOS NUEVOS OJOS.***



GUIA ESENCIAL DE BOUDOIR

DESCUBRE TU BELLEZA Y CONFIANZA

¿Alguna vez has pensado en hacer una sesión de boudoir pero algo te ha frenado? Tal vez te has preguntado si estás "lista", te preocupa cómo te verás, o no estás segura de qué usar o cómo posar. La Guía Esencial de Boudoir es tu recurso completo para ayudarte a dar el paso con confianza y prepararte para una experiencia inolvidable.

Este libro no solo trata sobre posar o elegir la lencería perfecta—se trata de un viaje de autodescubrimiento, de sentirte empoderada en tu piel y ver tu belleza desde una nueva perspectiva. Dentro de estas páginas, encontrarás consejos expertos sobre cómo elegir tu vestimenta, poses favorecedoras, maquillaje y ajustes de mentalidad que te harán sentir radiante y segura de ti misma.

¿Para Quién es Esta Guía?

- ✓ Mujeres que han considerado una sesión de boudoir pero sienten inseguridad o dudas.
- ✓ Quienes desean sentirse más seguras, sensuales y empoderadas en su piel.
- ✓ Quienes buscan consejos expertos sobre poses, vestimenta y cómo resaltar su mejor versión en fotos.
- ✓ Mujeres que han esperado el "momento perfecto" y están listas para celebrarse a sí mismas HOY.



Conoce a la Autora/Fotógrafa

Con más de una década de experiencia como fotógrafa profesional, Franzelly García es una fotógrafa y profesora de fotografía muy valorada, conocida por captar a las mujeres en sus estados más seguros, radiantes y empoderados. Como mujer, comprende profundamente la mezcla de emoción y vulnerabilidad que conlleva una sesión de boudoir. ¿Su misión? Ayudar a cada mujer a verse a sí misma no solo como hermosa, sino también como poderosa, segura y verdaderamente imparables.

FRANZELLYPHOTOGRAPHY.COM
Brownsville, Texas, Estados Unidos 78526

