

# GUÍA PARA CREAR *SIN MIEDO*

✦ Si quieres que tu contenido conecte, la clave está en mostrarte real, cercano y con intención. **Aquí te dejo algunos tips para hacerlo más fácil:**

A person is lying in bed, partially covered by white sheets. A silver laptop is open on their lap, and their hands are resting on their knees. The background is a plain, light-colored wall.

**@PAOCADENASB**

## **1. Define qué quieres transmitir**

¿Tu marca es cercana, divertida, profesional, empática, inspiradora? Tener claro tu tono te ayudará a saber cómo hablarle a tu comunidad.

## **2. Crea categorías de contenido**

Agrupar tus ideas en bloques. Ejemplo:

- Detrás de cámaras (tu proceso, tu día a día)
- Testimonios o historias de clientes
- Tips y consejos
- Tu historia como emprendedor(a)
- Errores y aprendizajes
- Productos o servicios

## **3. Cuenta historias, no solo datos**

En lugar de decir "mi producto hidrata la piel", cuenta: "Este producto nació porque yo tenía la piel tan seca que...". Las personas conectan con lo humano, no con lo perfecto.

## **4. Usa formatos que te hagan sentir cómodo@**

No tienes que hacer bailes o tendencias si no van contigo. Usa videos hablados, fotos con texto, carruseles, historias contadas... lo importante es que seas tú.

## **5. Haz listas de ideas según tu experiencia**

Piensa: ¿Qué me preguntan siempre mis clientes?  
¿Qué me hubiese gustado saber cuando empecé?  
¿Qué mitos quiero derribar? De ahí salen muchas publicaciones.

## **6. No subestimes lo simple**

Un video corto mostrando cómo empacas, un audio grabado con una reflexión, una foto contando cómo te sientes... eso TAMBIÉN es contenido.

## **7. Ten una lista de ideas "rescate"**

Anota ideas que puedas grabar sin preparación cuando tengas poco tiempo o estés sin ganas: frases, experiencias, una pregunta para tu audiencia...

## **8. Recuerda: no necesitas ser perfecto, solo constante y real**

# BONUS

TIPS PARA PERDERLE EL MIEDO A LA CÁMARA

- **Comienza grabando solo para ti.**  
Practica frente al espejo o grábate sin intención de publicar.
- **Usa notas de voz** para practicar ideas y luego pásalas a video.
- **Empieza con historias:** duran 24h y desaparecen, son una gran forma de soltar el miedo.
- **No te veas de inmediato.** Publica, apaga el móvil y vuelve a verlo más tarde. No seas tan dur@ contigo.
- **Recuerda que nadie te juzga tanto como tú mismo/a.** Tu mensaje es más importante que tu perfección.

🚀 ¿Quieres llevar tu contenido al siguiente nivel?  
Si esta guía te ayudó, imagina todo lo que podrías  
lograr con una estrategia de contenido bien  
estructurada. 📱✨

En mi formación online te enseño paso a paso cómo  
crear contenido estratégico que no solo atraiga, sino  
que también convierta. 💡🔥

🔗 Apúntate ahora y empieza a transformar tus redes  
sociales. ¡Nos vemos dentro!

**QUIERO APUNTARME EN LA FORMACIÓN**  
**POR TAN SOLO 13,86€**

@PAOCADENASB