

◆ GUÍA GRATUITA • EDICIÓN 2025 ◆

CONSIGUE EL TRABAJO QUE MERECE

Tu guía práctica para reinventarte
y encontrar trabajo con éxito



✓ CV irresistible

✓ Entrevistas

✓ LinkedIn

✓ Formación

lograelpuesto.com

Tu plataforma de coaching profesional en español



¿QUÉ ENCONTRARÁS AQUÍ?

Tu hoja de ruta hacia el empleo ideal

01	Prepara tu mentalidad	Pág. 3
02	Crea un CV que destaque	Pág. 4
03	Tu perfil digital	Pág. 6
04	Dónde buscar trabajo	Pág. 7
05	Conquista la entrevista	Pág. 9
06	Formación y futuro	Pág. 11
07	Tu plan de acción en 30 días	Pág. 13

01. PREPARA TU MENTALIDAD

El primer paso es interno

Cambiar de trabajo o reinventarse profesionalmente puede dar miedo. Es normal. Pero la buena noticia es que **miles de personas lo hacen cada año con éxito**, y tú también puedes. Lo primero que necesitas no está en ningún portal de empleo: está en tu cabeza.

■ Confía en tu experiencia

Todo lo que has vivido tiene valor. Tu trayectoria es única y eso es una ventaja real.

■ Define qué quieres

No busques 'cualquier trabajo'. Sé específico sobre el sector, el rol y el ambiente que deseas.

■ ■ Sé constante

Buscar trabajo es un trabajo en sí mismo. Dedicar tiempo cada día y los resultados llegarán.

■ Aprende del rechazo

Cada 'no' te acerca más a tu 'sí'. Pide feedback cuando sea posible y mejora continuamente.

■ **Recuerda:** No estás empezando de cero. Estás empezando desde la experiencia. Tu historial, tus habilidades y tu red de contactos son activos valiosísimos.



02. CREA UN CV QUE DESTAQUE

Tu tarjeta de presentación profesional

El CV tiene **menos de 10 segundos** para captar la atención del reclutador. No se trata de escribir todo lo que has hecho, sino de mostrar lo más relevante de forma clara y atractiva.

1

Una página o máximo dos

Los CV extensos agotan. Si tienes más de 10 años de experiencia, dos páginas están bien. Para el resto, una página bien organizada es suficiente.

2

Adapta tu CV a cada oferta

No mandes el mismo CV a todas partes. Lee la oferta con atención, identifica las palabras clave y asegúrate de que aparecen en tu CV. Los sistemas ATS filtran CVs automáticamente.

3

Destaca logros, no solo tareas

En lugar de 'Gestionaba el equipo', escribe 'Lideré un equipo de 8 personas, aumentando la productividad un 20%'. Los números y resultados marcan la diferencia.

4

Diseño limpio y legible

Usa fuentes sencillas (Arial, Calibri), márgenes amplios y secciones bien definidas. Evita fotos a menos que sean obligatorias en tu sector. Nada de colores estridentes.

Las secciones esenciales de tu CV

DATOS DE CONTACTO	Nombre, teléfono, email profesional y LinkedIn. Sin más.
PERFIL PROFESIONAL	3-4 líneas que resuman quién eres y qué ofreces. Personalízalo para cada oferta.
EXPERIENCIA	De lo más reciente a lo más antiguo. Rol, empresa, fechas y logros concretos.
FORMACIÓN	Titulaciones y cursos relevantes. No incluyas el colegio si ya tienes universidad.
HABILIDADES	Idiomas con nivel real, herramientas digitales, competencias clave del sector.

- **Errores que debes evitar:** fotografías poco profesionales, errores ortográficos, correos tipo 'superrockstar_94@hotmail.com', objetivos genéricos y fechas que no cuadran. Revisa el CV al menos tres veces antes de enviarlo.



03. TU PERFIL DIGITAL

LinkedIn y tu marca personal online

Hoy en día **el 87% de los reclutadores busca a los candidatos en LinkedIn** antes de llamarles. Tu perfil digital es tu CV en movimiento, disponible las 24 horas.

■ Las claves de un perfil LinkedIn irresistible

- **Foto profesional:** clara, con buena luz y fondo neutro. Sin gafas de sol ni fotos de fiesta.
- **Titular impactante:** no pongas solo tu cargo. Escribe a quién ayudas y cómo. Ej: 'Contable | Ayudo a pymes a ordenar sus finanzas sin estrés'.
- **Extracto personal:** 3-5 líneas en primera persona contando tu historia, tu valor y tu búsqueda.
- **Experiencia con resultados:** igual que el CV, con logros cuantificados.
- **Skills y recomendaciones:** pide a antiguos compañeros o jefes que te recomienden. Es oro.
- **Activo en la red:** comenta, comparte y escribe posts ocasionalmente. La visibilidad genera oportunidades.

✓ **SÍ hacer:**

- Conectar con personas de tu sector
- Seguir las empresas objetivo
- Publicar 1-2 veces por semana
- Unirte a grupos profesionales

× **NO hacer:**

- Copiar y pegar el CV entero
- Conectar sin mensaje personalizado
- Quejarse de empleos o empresas
- Tener el perfil incompleto

04. DÓNDE BUSCAR TRABAJO

Los mejores canales y cómo usarlos

No pongas todos los huevos en la misma cesta. La búsqueda efectiva usa **múltiples canales de forma simultánea**. Y no olvides que el 70% de las ofertas nunca se publican: el networking es tu mejor aliado.

PORTALES DE EMPLEO

LinkedIn Jobs, Infojobs, Indeed, Glassdoor. Configura alertas diarias con palabras clave específicas. Aplica en las primeras 24-48h.

NETWORKING

El 70% de los empleos se cubren por contactos. Di a tu red que buscas trabajo. Asiste a eventos, conferencias y meetups de tu sector.

CANDIDATURA DIRECTA

Identifica 20-30 empresas donde te gustaría trabajar. Contáctalas directamente aunque no tengan ofertas abiertas. Muestra iniciativa.

RECLUTADORES Y HEADHUNTERS

Hay agencias especializadas por sectores. Conéctate con recruiters en LinkedIn de tu industria. Son aliados, no competencia.

¿Cuánto tiempo dedicar cada día?

ACTIVIDAD	TIEMPO DIARIO
Revisar y responder ofertas	45 min
Personalizar carta de presentación	30 min
Networking y LinkedIn	20 min
Formación online de tu sector	30 min

■ **Nota:** El CV no necesita revisión diaria. Actualízalo cuando envíes a una oferta nueva, adaptándolo a sus requisitos específicos. Inviértete en él con calma cuando toque, no a diario.



05. CONQUISTA LA ENTREVISTA

De la llamada al contrato

La entrevista no es un examen que puedes suspender, es una **conversación entre dos partes que evalúan si existe encaje mutuo**. Prepararla bien marca toda la diferencia.

■ Antes de la entrevista

- Investiga la empresa a fondo: su misión, valores, productos y noticias recientes.
- Estudia la oferta de trabajo línea por línea. Prepara ejemplos concretos para cada requisito.
- Practica en voz alta. Grábate respondiendo preguntas frecuentes.
- Prepara 3-5 preguntas para hacerles a ellos. Demuestra interés genuino.
- Elige tu ropa con antelación y asegúrate de llegar 10 minutos antes.

■ ■ Las preguntas más frecuentes y cómo responderlas

PREGUNTA	CLAVE PARA RESPONDER
¿Puedes hablarme de tí?	Prepara un 'elevator pitch' de 90 seg: pasado → presente → futuro.
¿Por qué quieres este trabajo?	Conecta tus motivaciones con lo que ofrece la empresa. Investiga antes.
¿Cuál es tu mayor debilidad?	Una real, con plan de mejora. Nunca 'soy demasiado perfeccionista'.
¿Cuánto quieres ganar?	Investiga el rango del mercado. Da una horquilla, no un número fijo.
¿Por qué dejaste tu anterior trabajo?	Siempre en positivo. Búsqueda de crecimiento, no huida de problemas.

■ El método STAR para responder con ejemplos

Situación	Describe brevemente el contexto en el que ocurrió.
Tarea	¿Cuál era tu responsabilidad o el reto a resolver?
Acción	¿Qué hiciste exactamente? Sé específico.
Resultado	¿Qué conseguiste? Pon números si puedes.

06. FORMACIÓN Y FUTURO

Las áreas con más salida profesional

El mercado laboral cambia rápido. No se trata de estudiar por estudiar, sino de **formarse estratégicamente** en áreas con demanda creciente que encajen con tu perfil y objetivos.

■ INTELIGENCIA ARTIFICIAL

ChatGPT, análisis de datos, automatización. Todos los sectores necesitan personas que sepan usar IA.

■ *Coursera, Google Career Certificates, edX*

■ GESTIÓN DE PROYECTOS

PMP, Scrum, Agile. Muy valorado en tecnología, consultorías y startups de todos los tamaños.

■ *PMI, Scrum.org, LinkedIn Learning*

■ MARKETING DIGITAL

SEO, redes sociales, email marketing, analítica web. Indispensable para pymes y grandes empresas.

■ *Google Digital Garage, HubSpot Academy*

■ CIBERSEGURIDAD

Uno de los perfiles más demandados y mejor pagados. Alta empleabilidad y trabajo remoto.

■ *SANS, CompTIA, Cybrary*

■ SOSTENIBILIDAD Y ESG

Las empresas necesitan perfiles con conocimiento en impacto ambiental y gobernanza. Sector en auge.

■ *IE Business School, Coursera, ISDI*

■ SALUD Y BIENESTAR

Enfermería, psicología, fisioterapia, coaching. Demanda estable y crecimiento garantizado.

■ *Universidades públicas, UNED, FP Dual*

■ **Consejo:** Antes de invertir en formación, pregunta en las empresas donde quieres trabajar qué certificaciones valoran. Muchos programas son **gratuitos o bonificables para trabajadores** a través del SEPE y FUNDAE.

07. TU PLAN DE ACCIÓN EN 30 DÍAS

De la teoría a los resultados

Tener información es solo el primer paso. Lo que marca la diferencia es **actuar**. Aquí tienes un plan concreto para las próximas cuatro semanas:

SEMANA 1

Los cimientos

- ✓ Actualiza tu CV con el formato y enfoque de esta guía.
- ✓ Optimiza tu perfil de LinkedIn al 100%.
- ✓ Define 20 empresas donde te gustaría trabajar.
- ✓ Pide a 2 contactos que te recomienden en LinkedIn.

SEMANA 2

Arrancar motores

- ✓ Configura alertas de empleo en 3 portales distintos.
- ✓ Envía 5 candidaturas bien personalizadas.
- ✓ Contacta con 3 personas de tu red para un café informativo.
- ✓ Inscríbete en un curso o webinar de tu sector.

SEMANA 3

Acelerar

- ✓ Envía 5 candidaturas más, mejorando las cartas de presentación.
- ✓ Practica entrevistas con un amigo o frente al espejo.
- ✓ Investiga salarios de mercado para tu perfil en Glassdoor.
- ✓ Asiste a un evento de networking online o presencial.

SEMANA 4

Consolidar

- ✓ Haz seguimiento de todas tus candidaturas enviadas.
- ✓ Si tienes entrevistas, prepáralas con el método STAR.
- ✓ Amplía tu red: 10 nuevas conexiones relevantes en LinkedIn.
- ✓ Evalúa qué funciona y ajusta tu estrategia para el mes 2.

■ ■ Tu checklist de éxito

- Mi CV está adaptado a cada oferta que envío
- Mi perfil LinkedIn tiene foto, titular y extracto completos
- Busco en al menos 3 canales diferentes cada semana
- Practico las respuestas a las preguntas de entrevista frecuentes
- Mantengo un registro de todas mis candidaturas
- Invierto tiempo en formación relevante para mi objetivo

■ Amplió mi red profesional activamente

"El momento perfecto para empezar no existe. El único momento es **ahora.**"

¿Quieres ir más lejos?

Esta guía es el punto de partida. Si quieres acompañamiento personalizado y herramientas de IA para optimizar tu búsqueda, te esperamos en:

■ Optimizador de CV con IA

Sube tu CV y recibe un análisis detallado para adaptarlo a cualquier oferta ATS en segundos.

■ Simulador de entrevistas

Practica con Sofía, nuestra entrevistadora virtual con IA, y recibe feedback inmediato.

■ Orientación profesional

Descubre qué perfil profesional encaja mejor con tus habilidades e intereses.

■ lograelpuesto.com

Comparte esta guía con alguien que la necesite. ¡El éxito se multiplica cuando ayudamos a otros! ■