

REDES SOCIALES + IA

Estrategia, contenido y calendario para tu marca — con la IA como copiloto

EVADES 2026 · XXIX Edición · Miércoles 22 de julio · 4 horas presenciales

Gaby Flórez Chang · Marketing digital · gabyflorezchang.com

Quién soy



Gaby Flórez Chang

Marketing digital en Gijón y Asturias

Llevo redes y web de negocios reales: comercios, servicios y marcas personales.

Todo lo que veremos hoy lo uso cada semana con mis clientes — nada de teoría de manual.

gabyflorezchang.com

El plan de hoy

1 · Estrategia y propuesta de valor

45 min

2 · Tu público y tus pilares de contenido

45 min

3 · IA para generar ideas (demo en vivo)

30 min

Descanso

30 min

4 · Copywriting y calendario de contenidos

45 min

5 · Visual, vídeo y herramientas de IA

30 min

6 · Métricas y tu plan de acción

25 min

Hoy trabajamos con 3 materiales

1

Workbook del alumno (papel)

9 fichas que rellenas durante el curso con TU negocio. Es tu estrategia en borrador.

2

Calendario editorial (Excel)

Plantilla con desplegados y panel de seguimiento. Agosto y septiembre listos para rellenar.

3

Biblioteca de prompts (PDF)

29 prompts probados, organizados por tarea. Tu kit de IA para después del curso.

Todo es tuyo: te lo llevas y lo aplicas desde mañana.

BLOQUE 1

Estrategia y propuesta de valor

45 minutos

- Por qué la mayoría de cuentas no funcionan
- Tu marca en una frase (Ficha 1)
- Tu objetivo real en redes (Ficha 2)

Las redes ya no son opcionales



9 de cada 10

clientes te buscan online antes de
comprarte o contratarte

Segundos

es lo que tienes para captar la atención en
el feed

Confianza

es lo que realmente vendes al publicar con
constancia

La pregunta no es si estar en redes. Es: ¿qué encuentran cuando te buscan?

El error nº 1: publicar sin estrategia

Síntomas de publicar «cuando me acuerdo»:

- Cada post habla de algo distinto
- Semanas enteras sin publicar, luego 3 posts seguidos
- Likes de amigos, cero clientes
- Sensación de que «las redes no funcionan»

La solución no es publicar más.

Es decidir antes: para quién, para qué y sobre qué. Eso es la estrategia — y se hace una vez, no cada día.

Tu marca en una frase

FICHA 1

Ayudo a [mi público] a [resultado] mediante [cómo lo hago], sin [dolor que le evito].

Ejemplo real:

«Ayudo a familias con segunda residencia en Asturias a volver a una casa lista para vivir, mediante visitas semanales, sin perder el primer fin de semana limpiando.»

PROMPT PARA PROBAR AHORA

Soy [profesión] en [ciudad]. Mis clientes son [...]. Lo que más valoran de mí es [...]. Escríbeme 5 versiones de mi propuesta de valor en una frase, sin jerga.

¿Para qué estás tú en redes?

FICHA 2

1

Visibilidad

Que te conozcan en tu zona o sector

2

Comunidad

Relación y conversación con tu audiencia

3

Autoridad

Que te perciban como referente en lo tuyo

4

Captación o venta

Consultas, contactos, reservas, ventas

Elige 1 (máximo 2).

Y ponle número y fecha: «pasar de 300 a 500 seguidores locales y 5 consultas por DM antes del 31 de octubre».

Todo lo que hagamos a partir de ahora se decide con este objetivo delante.

BLOQUE 2

Tu público y tus pilares

45 minutos

- El retrato de tu cliente ideal (Ficha 3)
- Los 3-5 temas de tu marca (Ficha 4)
- La regla 60 / 30 / 10

No escribas para «todo el mundo»

Piensa en UNA persona concreta.

Mejor aún: ese cliente real que te encantaría clonar.

- ¿Qué le duele o desea?
- ¿Qué le frena antes de comprarte?
- ¿Qué palabras usa él (no tú) para contarlo?
- ¿Qué necesita ver para confiar en ti?

**Cuando escribes para todos,
no le hablas a nadie.**

El contenido que convierte suena a conversación
privada, no a anuncio.

Deja que la IA te entreviste

FICHA 3

PROMPT PARA PROBAR AHORA

Actúa como investigador de audiencias. Mi negocio es [...] y mi cliente típico es [...]. Hazme 10 preguntas, DE UNA EN UNA, para construir el retrato de mi cliente ideal. Al final resúmelo en una ficha.

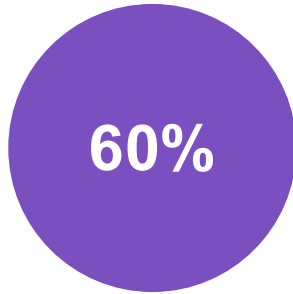
Por qué funciona:

- Las preguntas de una en una te obligan a pensar (no a rellenar por rellenar)
- La IA detecta huecos en tu respuesta y repregunta
- El resumen final va directo a tu Ficha 3

Pilares: los 3-5 temas de tu marca

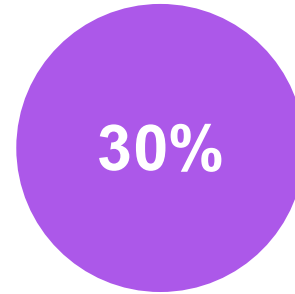
Todo lo que publiques debe caber en un pilar. Si no cabe, no se publica.

EDUCAR



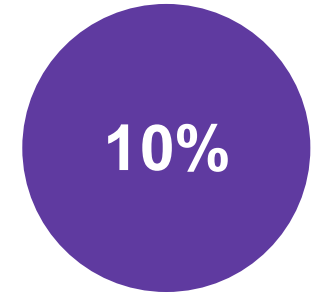
Consejos, errores, cómo-hacer. Te posiciona como experto.

CONFIAR



Historia, valores, clientes, proceso. Humaniza la marca.

VENDER



Servicios, ofertas, resultados. Pide la acción.

La proporción 60/30/10 evita la cuenta-catálogo que solo vende (y nadie sigue).

Cómo se ve en negocios reales

Fisioterapeuta

- Educar: ejercicios y posturas
- Confiar: casos y equipo
- Vender: bonos y huecos de agenda

Tienda de moda local

- Educar: cómo combinar prendas
- Confiar: detrás de cámaras, proveedores
- Vender: novedades y rebajas

Fíjate: ninguno necesita ser gracioso, viral ni bailar. Necesita ser útil y constante.

Define tus pilares

FICHA 4

PROMPT PARA PROBAR AHORA

Mi negocio: [...]. Mi cliente ideal: [resumen Ficha 3]. Mi objetivo: [Ficha 2]. Propón 5 pilares de contenido con 5 ideas de publicaciones cada uno, en proporción 60/30/10.

Trabajo individual (10 min):

- Lanza el prompt con tus datos de las fichas 1-3
- De los 5 pilares propuestos, elige 3-5 que puedas sostener
- Apúntalos en la Ficha 4 con 3 ideas de temas cada uno
- Luego irán a la pestaña Config de tu calendario Excel

BLOQUE 3

IA para generar ideas

30 minutos + demo en vivo

- Qué es (y qué no es) la IA generativa
- Las 4 reglas del buen prompt
- Demo: de cero a 20 ideas en 10 minutos

La IA es parte de tu equipo

Sí es

- Un generador de borradores infinito
- Un compañero de lluvia de ideas 24/7
- Un editor que mejora tus textos
- Un ahorro de horas cada semana

NO es

- Quien conoce a tus clientes (esa eres tú)
- Un botón mágico de «hazme viral»
- Una excusa para publicar sin criterio
- Tu voz — si suena a robot, se nota

La IA propone. Tú decides.

Las 4 reglas del buen prompt

1

Contexto siempre

La IA no conoce tu negocio: dale tu marca, público y tono en cada conversación

2

Pide varias opciones

«Escribeme 5 versiones» — eliges, mezclas y afinas

3

Itera, no aceptes

El primer resultado es un borrador: «la 2, más corta, sin emojis»

4

Tu voz manda

Reescribe al menos una frase con tus palabras antes de publicar

El truco que lo cambia todo: tu prompt maestro

FICHA 7

Redacta UNA VEZ el contexto de tu marca:

Quién eres y qué vendes · a quién ayudas · propuesta de valor · pilares · tono (3 adjetivos y qué NO decir) · tu CTA habitual

PROMPT PARA PROBAR AHORA

A partir de ahora eres mi asistente de contenidos. Mi marca: [pega tus 6 bloques]. Confirma que lo has entendido resumiéndolo en 3 líneas y espera instrucciones.

Guárdalo en las notas del móvil. Pégallo al empezar CADA conversación con la IA: esa es la diferencia entre textos genéricos y textos que suenan a ti.

DEMO EN VIVO

De cero a 20 ideas de contenido en 10 minutos

1. Negocio voluntario del aula
2. Prompt maestro con sus datos
3. Prompt de lluvia de ideas mensual (nº 6 de la biblioteca)
4. Iteramos: afinar, descartar, elegir las 8 mejores

DESCANSO

30 minutos — volvemos con el copywriting

BLOQUE 4

Copywriting y calendario

45 minutos

- La fórmula Gancho → Valor → CTA
- Escribe tu primer post (Ficha 6)
- Tu calendario editorial en Excel

La fórmula que funciona en cualquier red

GANCHO

La primera línea decide si siguen leyendo. Pregunta, dato o problema.

VALOR

Cumple lo que el gancho promete: consejo, historia, ejemplo.

CTA

Di qué hacer ahora: guarda, comenta, escíbeme.

Si el post no tiene las tres piezas, aún no está terminado.

Ganchos que paran el scroll

Pregunta

«¿Publicas y no pasa nada?»

Dato

«9 de cada 10 clientes te buscan online antes de llamarte»

Error común

«El fallo que veo en casi todas las cuentas de [sector]»

Mini-historia

«Hace un año, este local tenía 80 seguidores»

Contraintuitivo

«Publicar más no es la solución. Es el problema.»

Máximo 12 palabras. El gancho no vende: solo gana los 3 segundos siguientes.

Escribe tu primer post — ahora

FICHA 6

15 minutos, con o sin IA:

- Elige un tema de tu Ficha 4 (pilar Educar mejor para empezar)
- Escribe gancho, valor y CTA en la Ficha 6
- Si usas IA: prompt nº 11 + tu prompt maestro
- Reescribe al menos una frase con tu voz

PROMPT PARA PROBAR AHORA

Escribe 3 versiones de un post para [canal] sobre [tema], para [cliente ideal]. Gancho potente, 3-4 líneas de valor, CTA de [guardar/DM]. Frases cortas, sin jerga.

Escribe una vez, publica en tres sitios

Instagram

Cercano, espacios, 5 hashtags, CTA de guardar o DM

LinkedIn

Profesional, primera línea potente, 0-3 hashtags

Historia

2 pantallas, pregunta o encuesta para interacción

El mensaje se mantiene. El registro cambia. La IA hace esto en segundos (prompt n° 15).

Tu calendario editorial (te lo llevas hoy)

1

Config

Tus pilares (de la Ficha 4), canales, formatos y estados — los desplegables se actualizan solos

2

Agosto y Septiembre

Fechas ya puestas (L-X-V). Cada fila: canal, pilar, hook, copy, CTA y estado

3

Panel

Se calcula solo: piezas por estado, por pilar y % publicado. Revisión semanal de 5 minutos

Regla de oro: mejor 2 posts/semana durante 6 meses que 5 posts/semana durante 3 semanas.

¿Cuánto publico? Lo que puedas sostener

El cálculo honesto:

- ¿Cuántas horas semanales tienes de verdad para redes?
- Cada pieza con diseño: 30-45 min. Con IA: 15-20 min
- Reserva un hueco fijo semanal (batch) y programa

2-3

piezas/semana: el punto dulce para empezar

Ficha 5 del workbook: canal + formato + frecuencia. Compromiso por escrito.

BLOQUE 5

Visual, vídeo y herramientas

30 minutos

- Diseño sin ser diseñador
- Vídeo sin salir a cámara (si no quieres)
- El kit de herramientas IA

Diseño sin ser diseñador: 4 principios

1

Una idea por diseño

Si hay que explicarlo, no funciona. Portada: máximo 8 palabras

2

Tu marca siempre igual

Mismos 2-3 colores y tipografías en todo — se reconoce sin leer el nombre

3

Jerarquía

Lo importante GRANDE, lo secundario pequeño. El ojo va donde tú decidas

4

Plantillas que se repiten

Crea 3-4 plantillas base (Canva/Express) y reutilízalas: velocidad + coherencia

NO SÉ POR QUÉ LEES ESTO, PERO FUNCIONA

ESTE POST NO TE HARÁ VIRAL.

IGUAL VAS A LEER ESTO LUEGO

Estás leyendo esto porque quieres saber más. Te cuesta porque está más pequeño, pero tranquilo, no es tu culpa: yo decidí el orden con tamaño, peso y contraste. Esto se llama jerarquía visual. Ahora puedes presumir que entiendes de diseño. Esto demuestra que el diseño gráfico no es brujería, es saber cómo ordenar la información para guiar la atención. Y sí, este texto es la prueba.

**YA SABÍA QUE IBAS
A LEER ESTO ANTES
DEL PÁRRAFO**

Vídeo sin miedo (ni cámara en la cara)

El vídeo corto es el formato con más alcance. Pero hay opciones para todos:

Si te atreves

Habla a cámara 30 seg: gancho en 2 seg,
3 ideas, CTA. Guion con el prompt nº 14

Si no te atreves

B-roll: tus manos trabajando, tu espacio,
tu proceso + texto en pantalla (prompt nº
23)

En ambos casos

Subtítulos siempre, luz natural, móvil en
vertical. La autenticidad gana a la
producción

Un reel sencillo publicado gana a un vídeo perfecto que nunca sale.

El kit de herramientas (empieza gratis)

Texto e ideas

Claude · ChatGPT · Gemini

Estrategia, copys, ideas, análisis

Diseño

Magnific · Canva · Adobe Express

Plantillas, carruseles, historias

Vídeo

Magnific · CapCut · InShot

Vídeos con IA, Cortes, subtítulos automáticos

Programación

Metricool

Publicar y ver métricas en un solo sitio

Empieza con UNA de cada fila. Más herramientas ≠ más resultados.

BLOQUE 6

Medir y plan de acción

25 minutos

- Las 3 métricas que importan (según TU objetivo)
- La rutina mensual de 30 minutos
- Tu compromiso de 30 días (Ficha 9)

Mide 3 cosas. Solo 3.

FICHA 8

Si buscas visibilidad

Alcance e impresiones

Si buscas comunidad

Interacciones, guardados, respuestas

Si buscas captación

Clics al enlace, DMs, consultas

Los likes no pagan facturas. Mide lo que acerca a tu objetivo de la Ficha 2.

Ficha 8: tus 3 métricas + su valor HOY (punto de partida).

La rutina mensual: 30 minutos, un día fijo

1

Apunta tus 3 métricas

En la Ficha 8 o en el Excel — 5 minutos

2

Pásalas por la IA

Prompt nº 26: qué funcionó, qué repetir, qué cambiar — 10 minutos

3

Ajusta el mes siguiente

Más de lo que funciona, menos de lo que no. Actualiza el calendario — 15 minutos

Mejora continua no es hacer más: es repetir lo que funciona.

Antes de salir: tu plan de acción

FICHA 9

Esta semana:

- Pilares a la pestaña Config del Excel
- Prompt maestro a las notas del móvil
- Publicar el post de la Ficha 6

Próximas 4 semanas:

- Publicar tu frecuencia de la Ficha 5
- Calendario de agosto completo
- Revisión de métricas en un día fijo

El compromiso: 30 días publicando con constancia antes de juzgar si «las redes funcionan». Firma la Ficha 9.

Hoy te llevas

- Tu estrategia en borrador (workbook con 9 fichas trabajadas)
- Tu calendario editorial en Excel, con agosto listo para rellenar
- 29 prompts probados para crear contenido con IA
- Un plan de 30 días firmado por ti

¿Dudas después del curso?

Gaby Flórez Chang · gabyflorezchang.com