



Checklist: Tu CV en la "Prueba de los 30 Segundos"

XIMENA TÁVARA
PSICÓLOGA | ESTRATEGA EN EMPLEABILIDAD

Checklist: Tu CV en la "Prueba de los 30 Segundos"

Instrucciones: Abre tu CV, pon un cronómetro en 30 segundos y trata de responder "Sí" a estas 5 preguntas. Si dudas en alguna, tu perfil está perdiendo oportunidades.

1. El Titular Profesional (¿Qué eres?)

- La prueba: En los primeros 3 segundos, ¿se lee claramente tu cargo actual o el cargo al que aspiras (ej. Product Manager o Jefe de Riesgos)?
- Error común: Poner "Psicólogo colegiado" o "Bachiller en..." en lugar del rol estratégico que el mercado busca.
- Check: ☐

2. La Regla de los Logros (¿Qué has ganado?)

- La prueba: Al escanear tu última experiencia, ¿aparecen números (% , S/ , \$), verbos de acción (Lideré, Incrementé, Reduje) o nombres de herramientas clave?
- Error común: Escribir un listado de funciones ("Responsable de...", "Encargado de..."). Eso no vende, solo describe.
- Check: ☐

3. Escaneabilidad F-Pattern (¿Es fácil de leer?)

- La prueba: ¿Hay suficiente espacio en blanco y el uso de bullets (viñetas) es consistente? ¿Puede el reclutador leer lo más importante sin hacer esfuerzo visual?
- Error común: Párrafos densos de más de 4 líneas que el cerebro del reclutador ignora automáticamente por fatiga cognitiva.
- Check: ☐



4. El Match con el Algoritmo (Keywords)

- La prueba: Si busco las 3 habilidades técnicas (Hard Skills) más importantes de tu sector (ej. SQL, SAP, Metodologías Ágiles), ¿están visibles y resaltadas?
- Error común: Enterrar las habilidades técnicas al final del documento o no incluirlas por darlas por sentado.
- Check: ☐



5. Datos de Contacto y LinkedIn (¿Te encuentran?)

- La prueba: ¿Tu número de teléfono, correo y link a LinkedIn están actualizados y funcionan con un solo clic?
- Error común: Poner dirección domiciliaria completa (dato innecesario) o un link de LinkedIn que lleva a un perfil sin foto o desactualizado.
- Check: ☐



Resultado de tu Auto-Evaluación:

- **5/5: ¡Felicidades!** Tienes un perfil sólido. Solo asegúrate de que tu LinkedIn esté a la par.
- **3/5 o menos: Estás en la "zona de riesgo".** Tu CV podría estar siendo descartado por el ATS o por falta de impacto psicológico.



*Recuerda que postular no es solo enviar CV.
Es elegir bien, postular con intención, usar estrategia.
Eso marca la diferencia.*

¿Quieres que yo haga esta revisión por ti?

Si quieres dejar de adivinar y pasar a la acción, puedo ayudarte de dos formas:

1. DIAGNÓSTICO ESTRATÉGICO DE EMPLEABILIDAD (S/ 100 PEN | \$35 USD): Evaluación técnica y estratégica de CV y LinkedIn (estructura, redacción, ATS)
2. SISTEMA DE POSICIONAMIENTO PROFESIONAL (S/ 340 PEN | \$105 USD): Yo diseño y redacto tu CV y LinkedIn con estrategia 360°.
3. PROGRAMA DE REPOSICIONAMIENTO PROFESIONAL 360° (S/ 650 PEN | \$205 USD): La solución integral para quienes buscan resultados reales y acompañamiento. Incluye todo el Plan Marca Competitiva, más un Simulacro de Entrevista (1h con feedback psicológico), Sesión de Orientación Profesional y 30 días de soporte personalizado vía WhatsApp/correo para resolver dudas durante tus postulaciones.

¿Te gustaría que agendemos una revisión rápida de tu caso?



Detalles de Contacto

 [+ 51 934575337](https://wa.me/51934575337)

 [@EmpleabilidadconXimena](https://www.instagram.com/EmpleabilidadconXimena)

 [@EmpleabilidadconXimena](https://www.tiktok.com/@EmpleabilidadconXimena)

 [LinkedIn](#)

Sígueme para más guías y herramientas laborales