axel juca

revisa tu perfil de instagram

en 20 minutos, punto por punto

Quien ve uno de tus reels y entra en tu perfil decide en unos segundos si te sigue o te escribe. Esta lista te ayuda a que lo encuentre todo claro.

Recurso gratis de @axeljuca · axeljuca.com/recursos-gratis/

cómo hacerla

revisa tu perfil de instagram en 20 minutos, punto por punto

1. **Mírate desde fuera**
   Abre tu perfil desde otra cuenta o en una ventana sin sesión. Lo que ves ahí es lo que ve quien llega nuevo.

2. **Ve por partes**
   Nombre, bio, enlace, destacadas y fijados. Marca cada casilla solo si se cumple del todo.

3. **Arregla lo más visible primero**
   El nombre y la primera línea de la bio pesan más que todo lo demás junto.

nombre y foto

- [ ] El campo «nombre» dice qué haces, no solo cómo te llamas: «Ana López | Nutricionista en Valencia».
- [ ] Tu @ es fácil de decir en voz alta y de escribir sin errores.
- [ ] La foto es tu cara, de cerca, con luz y fondo limpio. Se reconoce en tamaño pequeño.
- [ ] Tienes una cuenta profesional, con la categoría bien puesta.

bio

Cuatro líneas: qué haces, para quién, cómo, y qué hacer ahora.

- [ ] La primera línea dice a quién ayudas y con qué, sin prometer resultados.
- [ ] Se entiende si atiendes en persona, en línea o las dos cosas, y dónde.
- [ ] Hay una sola llamada a la acción: reservar, escribir por WhatsApp o descargar algo.
- [ ] No hay frases genéricas tipo «apasionada por la vida sana».
- [ ] Si eres profesional sanitario, consta tu titulación o número de colegiado.

fórmula de bio

[Profesión] para **[a quién]** · **[Cómo trabajas: en consulta en (ciudad) o en línea]** · **[Qué te diferencia, en cinco palabras]** · **[Llamada a la acción]** ↓

enlace

- [ ] El enlace lleva a una página que funciona bien en el móvil.
- [ ] En esa página el primer botón es lo mismo que pide tu bio.
- [ ] No hay más de cuatro o cinco opciones. Cuantas más, menos se elige.
- [ ] Has abierto tú el enlace esta semana y todo funciona.

destacadas

revisa tu perfil de instagram en 20 minutos, punto por punto

©

Son tu escaparate fijo. Bastan cuatro o cinco.

DESTACADA	QUÉ PONER DENTRO
Empieza aquí	Quién eres, cómo trabajas y para quién. Tres o cuatro historias.
Consulta	Cómo es una primera consulta, dónde y cómo se reserva.
Opiniones	Lo que te dicen, sin fotos ni datos de pacientes y con su permiso por escrito.
Recetas o rutinas	Tus contenidos más guardados, reunidos.
Preguntas	Las dudas que te repiten, respondidas.

publicaciones fijadas

revisa tu perfil de instagram en 20 minutos, punto por punto

- [ ] Tienes tres publicaciones fijadas y no son las más antiguas por casualidad.
- [ ] Una explica qué haces y cómo trabajar contigo.
- [ ] Otra es tu contenido con más guardados o compartidos.
- [ ] La tercera es una prueba de confianza: tu historia, tu consulta o tu forma de trabajar.
- [ ] Las portadas de los reels se leen en la cuadrícula y siguen un mismo estilo.

lo que conviene evitar

Fotos de antes y después	En España pueden chocar con la normativa de publicidad sanitaria y con la protección de datos.
Promesas de resultados	Kilos, tallas o plazos concretos. Cuenta cómo trabajas, no lo que «vas a conseguir».
Precios a la vista sin contexto	Mejor que te escriban y expliques qué incluye cada cosa.
Enlaces rotos o lentos	Revisa el enlace de la bio cada vez que lo cambies.

tu puntuación

Cuenta las casillas marcadas. Hay 18.

15 o más: tu perfil está listo para recibir visitas. Ahora toca publicar con constancia.

De 10 a 14: arregla primero el nombre, la bio y los fijados. Es media hora de trabajo.

Menos de 10: empieza por la bio con la fórmula de arriba y vuelve a pasar la lista dentro de una semana.

perfil listo, ahora los reels

Un perfil claro convierte mejor a quien llega desde un buen reel. Graba con el móvil y te edito el primero gratis, con ritmo, subtítulos y una portada que encaja con tu cuadrícula.

Pedir mi reel de prueba

Trabajo en remoto con consultas de toda España · @axeljuca