



MÓDULO 3: #Currículum

3.2 MI CURRÍCULUM EN RED

Por *Antonio Lozano Ortega*

Técnico de Orientación e Inserción Laboral del Centro de Promoción de Empleo y Prácticas de la Universidad de Granada.

Utilizar los recursos de la **Web** para dar forma y difundir nuestro currículum puede significar cosas muy dispares y que implican diferentes grados de dificultad. Con una intención didáctica hemos agrupado las diferentes posibilidades en **cinco apartados**:

1. **Currículum Clásico**
2. **Info Currículum**
3. **Portfolio**
4. **Video Currículum**
5. **Otros**

En el primero de ellos proponemos diferentes aplicaciones y/o plantillas sencillas que hay en Internet para dar un formato atractivo a nuestro **Currículum Clásico**. Dentro de este tipo de currículum incluiremos uno que merece mención especial, el **Currículum Vitae Europeo**.

En segundo lugar, nos referiremos al **Infocurrículum**. En este caso, se usan fundamentalmente elementos visuales y gráficos para ilustrar los aspectos más relevantes de tu perfil. Se trata de convertir el currículum en datos numéricos y éstos en elementos gráficos.

Hay ocasiones en las que es muy conveniente incorporar imágenes y/o vídeos que aporten información sobre nosotros o que ilustran el fruto de nuestro trabajo. Para ello está el **Portfolio**.

Merece una mención especial la manera más multimedia de dar a conocer nuestro currículum, el **Videocurrículum** o **Video presentación**, entendido como una breve presentación personal (a lo sumo de un par de minutos) acerca de los diferentes aspectos de tu perfil personal y profesional.

Finalmente, mencionaremos también **Otros Currículos Originales**. Se trata de formatos diferentes, en muchos casos artículos cuyo objetivo principal es impactar y/o demostrar determinadas competencias.



1. CURRÍCULUM CLÁSICO

En primer lugar, hacemos mención al currículum clásico. Es decir, al currículum que mantiene esa estructura de contenidos que todos conocemos y que es usada con mucha frecuencia.

Que su estructura de contenidos sea clásica, no implica que no nos esforcemos por aplicarle un **formato actual** en el que añadamos algunos elementos visuales que lo hagan más atractivo y eficaz. Así, por ejemplo:

- Utiliza **iconos** en lugar de ciertas palabras (ej. encabezar el dato del correo electrónico con un icono ✉ en lugar del con el texto “correo electrónico”)
- **Enmarcar** de forma original nuestra **fotografía**
- Añadir una **nube de tags** donde aparezcan las palabras que mejor te describen
- Incluir un **QR** para referenciar una página web nuestra, etc.

Son solo algunas ideas para hacer tu currículum un poco más atractivo de leer por parte de su receptor.

Hay diferentes **webs** que te facilitan la elaboración del currículum aportando formatos atractivos, y permitiendo su salida a través de diferentes formatos (*doc*, *pdf* e incluso como alojamiento *web*). Además, con frecuencia disponen de opciones complementarias de gran interés: difusión a través de redes, puesta a disposición del CV a empresas, modelos para elaboración de cartas de presentación, etc. A continuación, vamos a destacar algunas de estas posibilidades.

- ***Currículum vitae europeo***

Empezaremos por un formato de currículum que, dado nuestro contexto, nos interesa de forma especial: el **Currículum Vitae Europeo**.

El Currículum Vitae Europeo es uno de los **cinco documentos** que forman parte del **Europass**, un dossier que permite presentar tus capacidades y cualificaciones de manera sencilla en toda Europa.

- **Dos** de los documentos, de libre acceso, puede elaborarlos el propio interesado:
 - ✓ El ***Currículum Vitae Europeo***, que permite presentar tus capacidades y cualificaciones personales con claridad y eficacia;



- ✓ El **Pasaporte de Lenguas** es una herramienta para autoevaluación de las destrezas y cualificaciones lingüísticas;
- Y los otros **tres** documentos los expiden las autoridades de educación y formación:
 - ✓ El [documento de Movilidad Europass](#) en el que figuran los conocimientos y las capacidades adquiridas en otros países europeos;
 - ✓ El [Suplemento al Título de Técnico o al Certificado de Profesionalidad](#) describe los conocimientos y las capacidades adquiridas por el titular. Es un complemento a la información incluida en los certificados y títulos oficiales que facilita su comprensión, en particular, en otros países distintos al que los expide;
 - ✓ El [Suplemento al Título Superior](#) describe los conocimientos y las capacidades adquiridas por el titular del certificado de enseñanza superior. Es un complemento a la información incluida en los certificados y títulos oficiales que facilita su comprensión, en particular, en otros países distintos al que los expide.



El **Currículum Vitae Europeo**. Se diseña para servir de referencia en Europa. Se trata de un formato muy completo, que aborda todos los elementos de nuestra historia de vida. No obstante, su uso óptimo requiere de la adaptación a cada persona por un lado, y a la peculiaridad de cada país por otro.



Este formato se encuentra en **todas las lenguas de la UE**, y se adapta tanto a titulados de formación profesional como a licenciados universitarios. Ofrece una imagen clara de las aptitudes y conocimientos de un candidato en cualquier país de la UE.

Salvo que se especifique lo contrario en la oferta de empleo, es **preferible escribir en el idioma nacional de la empresa o en la lengua en que esté redactada la oferta de empleo**. En el caso de empleos transnacionales suele aceptarse el inglés como lengua principal de comunicación (seguido del francés y del alemán). Contacta con un consejero EURES o con algún servicio universitario de orientación si necesitas ayuda.

Para elaborar el currículum Vitae Europeo puedes usar las plantillas de la propia web del portal EURES: <https://europass.cedefop.europa.eu/editors/es/cv/compose>

Destacamos ahora algunas herramientas y webs que te facilitan la realización de un currículum con un formato clásico:

- **Plantillas de Word**

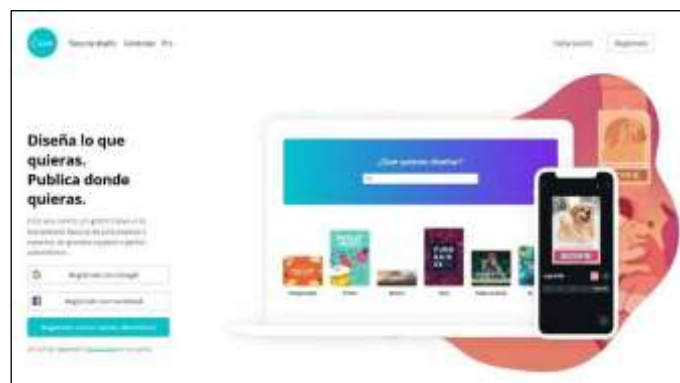
Este procesador de textos, dispone de plantillas (que puedes buscar en red) que puedes usar directamente para plasmar tu currículum. Podrás modificarlas a tu antojo y adaptarlas a ti.

Ten presente que estas plantillas suelen utilizar elementos de Word tales como tablas, recuadros de texto, anclajes de distinto tipo, etc., que pueden dificultar su adaptación si no dispones de un notable manejo de esta herramienta.



- **Otras aplicaciones**

- **Canva** (<https://www.canva.com/>). Es una web para realizar diseños de todo tipo (collage creativo, una imagen para redes sociales web, etc). Y dispone de una opción específica para poder ver y crear tu propio currículum añadiéndole una variada gama de elementos visuales.



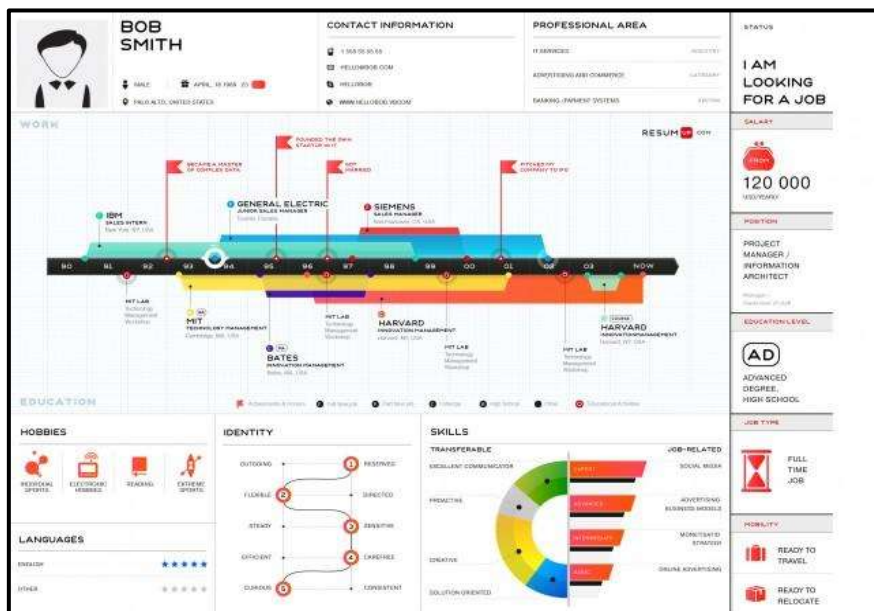


- o **CVlogin** (<https://cvlogin.com/es/>). El formato de este currículum es sencillo y permite completar toda la información de forma muy intuitiva. Se puede descargar en pdf y es adaptable a varios idiomas.

La lista de sitios posibles para elaborar tu currículum es amplia. Enumeramos algunos más: [VisualCV](#), [cvonline.me](#), [doyoubuzz](#), [Novoresume](#), [CVdesignr](#), [coolfreecv](#), [myPerfectCV](#) o [zety](#).

2. INFOCURRÍCULUM

Internet ha obligado al currículum clásico a hacer hueco a otras formas de expresar nuestro informe de vida. En el caso del *infocurrículum* se trabaja más sobre la base de la conversión de los números y datos en gráficos e ilustraciones. Nos permite reflejar en modo de gráficos nuestro Currículum. Gráficos que ilustran nuestras características personales más destacadas, nuestra experiencia o la cantidad y calidad de nuestra formación.



Si manejas bien alguna aplicación de diseño gráfico del tipo *Photoshop* o *Indesign* o incluso procesadores de texto como el *Word*, y eres un poco creativo tú mismo puedes elaborar este tipo de currículum. Pero si no es así, hay aplicaciones sencillas con las que podrás obtener buenos resultados.

Detallamos un poco alguna de ellas:

- **Kinzaa** (<https://kinzaa.com/es>). Genera infografías de tu historia de vida de forma sencilla y rápida. Solo debes introducir la información de tu currículum y genera automáticamente diferentes tipos de gráficos.



- **Easelly** (<https://www.easel.ly/>). Es una plataforma para crear infografías para visualizar de forma atractiva cualquier tipo de información.



También te mencionamos otros espacios web donde elaborar interesantes infografías para tu currículum: [Piktochart](#), [vizualize.me](#), [infogram](#), [visually](#).

3. PORTFOLIO

El *portfolio* es un documento ampliamente utilizado especialmente en profesiones donde resulta fundamental hacer visibilizar nuestro trabajo (dibujantes, fotógrafos, etc.).

En profesiones en las que la imagen es importante o donde es conveniente hacer visible nuestro trabajo y nuestras habilidades, puede ser de gran utilidad disponer de un espacio como éste. Diseño gráfico o arquitectura, son dos claros ejemplos de profesiones donde este tipo de formato puede resultar especialmente conveniente.





Hay diferentes webs de utilidad para elaborar un buen portfolio. Te proponemos unas pocas.

- **Portfolibox** (<https://www.portfolibox.net/es>)

Especialmente pensado para profesionales creativos.



- **Krop** (<https://www.krop.com/>)

Combina una **bolsa de empleo** con el hospedaje de portafolios siendo una gran herramienta sobre todo para trabajadores *freelance*. Puedes crear un portafolio en simples pasos, seleccionar entre varios temas y todo con un estilo elegante y cuidado.



4. OTROS CURRÍCULOS ORIGINALES

No perdemos la ocasión en este curso de mencionar un currículum difícil de clasificar y que escapa al resto de categorías incluidas dentro de este tema. Nos referimos a esos currículos originales, artísticos y, en definitiva, diferentes.

Cada vez con más frecuencia encontramos algún currículum de este tipo. La intención es **impactar, sorprender**. Aunque sin perder de vista que ha de incluirse una **información mínima relevante** que incite a la acción, es decir a contactar con nosotros para saber más.

En muchos casos también, este tipo de currículum se convierte en un **ejemplo práctico de cierta habilidad o competencia** (artística, técnica, imaginación, etc.).

Siempre hay que tener la precaución de que esa originalidad, esa sorpresa, tenga carácter positivo. Y siempre pensando que la novedad solo resultará eficaz si detrás de ella hay un mensaje y un contenido que merezca la pena.

Algunos ejemplos ilustrativos:



En este caso nos resulta muy complicado indicar alguna aplicación web para realizar estos currículos. En realidad, para su diseño hay aplicaciones que permiten añadir componentes gráficos y aplicar un poco de diseño: desde lo más básico, *Power Point* o *Canva*, hasta otros más complicados pero con enormes posibilidades como *Photoshop* o *Illustrator*. Y posteriormente, realizado el diseño se podrá implementar en materiales de diferente tipo: tela, cartón, plástico. Y aquí es donde realmente se demuestra la pericia y competencia técnica del autor/a. En este sentido, además, las *impresoras 3D* pueden resultar de inestimable ayuda.

5. VIDEOCURRÍCULO O VIDEOPRESENTACIÓN

Un modo muy directo (y visual) en la difusión de nuestro perfil es ofrecido por parte de determinadas webs que posibilitan publicar tu **videocurrículo**. En realidad, resulta preferible hablar de **videopresentaciones**, en tanto que el corto espacio de tiempo disponible y las características específicas del medio utilizado permiten realizar tan solo un pequeño bosquejo de nuestro perfil profesional y señalar lo más destacable.



Hay que expresar muy brevemente lo que uno sabe hacer, nuestras competencias, experiencia, etc., tratando de generar interés en la empresa para que desee conocernos y posibilitar una entrevista de trabajo.

En el anterior módulo de este curso mencionamos la herramienta *Elevator Pitch*. El esbozo de guion que puedes haber pensado para cuando surjan estas situaciones puede serte de utilidad si piensas en hacer un videocurrículo.

El videocurrículo **no está limitado a profesiones o sectores económicos específicos**, si bien es cierto que es más demandado por las empresas empleadoras interesadas en profesionales muy vinculados con idiomas, atención al público y venta. Profesiones clásicas unidas por un denominador común: la gran relevancia que adquiere la capacidad de comunicación.

Antes de usar esta herramienta, es conveniente informarse del tipo de empresa que se desea que visualice la vídeo presentación para ver sus valores, políticas, tamaño, etc. y, en función de esto, valorar si este tipo de herramientas puede ser de ayuda o es mejor el formato tradicional.

La videopresentación ofrece una oportunidad a la persona de hacer visibles aspectos curriculares y también otros elementos de índole más cualitativa. Pero eso sí, el uso de este medio requiere llevar a cabo una buena preparación: elaborar un guion, cuidar los aspectos de comunicación no verbal, manejar aspectos técnicos de la grabación y, en definitiva, tratar de controlar que la imagen y la información ofrecida sean adecuados.

La videopresentación dispone de ciertas ventajas frente al clásico currículum (papel):

- **La primera selección**: permite a la empresa hacer una primera criba de candidatos, porque es un método que aporta información que, con el sistema tradicional, solo podría obtenerse mediante una entrevista directa.
- **Valora las habilidades de comunicación**: durante la preparación del vídeo, el candidato realiza un proceso de reflexión sobre las habilidades que le serán de utilidad para la grabación; sobre todo, la capacidad de comunicar. El resultado final es presentar a una persona que posee conocimientos, experiencia y seguridad para afrontar, por ejemplo, una futura entrevista de trabajo.



- **Reducción de malentendidos:** las empresas consideran que mediante el videocurrículum se reduce de manera considerable el número de engaños y malentendidos, ya que hay aspectos que fácilmente pueden demostrarse en este formato (ej.: dominio de algún idioma).
- **Facilidad de búsqueda:** las empresas especializadas en la grabación de vídeo currículos suelen colgar de su web todos los vídeos, junto a las fichas de los candidatos perfectamente clasificadas por su formación, experiencia y otras variables destacables. Este sistema facilita el trabajo de selección de los responsables de Recursos Humanos de las empresas.

La elaboración de una vídeo presentación no ha de ser algo improvisado, y requiere tener en cuenta múltiples aspectos. Es indispensable **planificar la vídeo presentación**. Prever lo que debe suceder (elaborar un guion). Es preciso saber que ideas clave se quieren transmitir, que estructura hemos decidido que tenga nuestro discurso, que tipo de recursos expresivos he de usar.

Tampoco es imprescindible que el mensaje lo transmitas tú en persona. El vídeo te permite incorporar elementos visuales muy variados que pueden aportar riqueza y originalidad. De cualquier manera, es fundamental crear un buen **guion**.

Señalamos, de forma algo más estructurada, algunas consideraciones importantes a tener en cuenta para su construcción de tu videocurrículum:

- **CONOCER PERFECTAMENTE NUESTRO CV** : Formación, experiencia, competencias, cualidades personales, objetivo/s profesional/es, han de ser revisados, extrayendo de ello los aspectos que entendamos más **destacables** y reseñables.
- **CUIDAR LO QUE SE TRANSMITE** : Teniendo en cuenta que se trata de elaborar un mensaje cuya duración no excederá el minuto y medio hay que localizar las **ideas clave** a transmitir y escribirlas utilizando un lenguaje sencillo y claro. Evitaremos mensajes muy largos, giros y expresiones coloquiales, localismos y frases con doble sentido. Hay que procurar transmitir un mensaje **conciso** (brevísimas presentación, pequeño resumen de lo más destacado, cierre y despedida de cortesía), **claro** (reforzar dos o tres “ideas fuerza” a lo sumo) y **bien argumentado** (discurso convincente, positivo y natural).
- **DECIDIR LOS RECURSOS DE COMUNICACIÓN A EMPLEAR** : Tienes que decidir la indumentaria a emplear, los elementos de comunicación no verbal que usarás para enfatizar determinados mensajes, la imagen a transmitir (seriedad, autonomía, sociabilidad, etc.), etc. Pueden incluirse



también determinados recursos visuales (imágenes, fotos, ...) y sonoros (canción de fondo, ...) y estilísticos que aporten algo de originalidad y resalten los mensajes principales. Respecto a la **comunicación no verbal** ten presentes las recomendaciones que habitualmente se dan para afrontar entrevistas (o situaciones de comunicación interpersonal similares).

- **EL USO DE LA CÁMARA**: Señalamos algunas consideraciones relacionadas con el uso de la cámara de vídeo, especialmente cuando decides que tu imagen sea la protagonista:



- Evita moverte demasiado, y procura no realizar **movimientos** que indiquen ansiedad o nerviosismo (mecánicos o repetitivos, tics).
- Evitar realizar demasiada **gesticulación**, que puede indicar falta de control. Cuida la aparición de las manos en planos cortos y procura que no aparezcan y desaparezcan en la imagen de forma esporádica.
- Con las expresiones y la **mirada** la persona está comunicando, y mucho. Mirar a la cámara generará la impresión de mirar a los ojos de la persona que observa el vídeo.
- El discurso ante la cámara debe realizarse en un **volumen** adecuado, que no distorsione su interpretación.
- El discurso verbal ante la cámara se deberá realizar en un **tono** neutro que no afecte al contenido del mensaje.
- Un ritmo (**fluidez verbal**) vivo, modulado y animado se puede asociar a una persona positiva y con buena capacidad de comunicación.
- Trata de controlar la **primera impresión** que generes. Vestimenta (ropa discreta, sin colores llamativos ni bruscos), peinado y accesorios. En definitiva, discreción y adaptación en



función del ámbito profesional de que se trate. En este formato (vídeo) además cabe evitar vestir prendas a rayas y del mismo color de fondo del lugar donde se realice la grabación.

- Cuando para la realización de una vídeo presentación se decide utilizar un estilo “clásico”, el protagonista enfocado a medio cuerpo, es preciso tener muy presentes determinadas consideraciones sobre la **elección del espacio físico en el que realizar la video presentación**. El lugar genera una impresión que es preciso controlar. De manera general se recomienda la elección de un lugar tranquilo, con *suficiente espacio*, bien *iluminado* (evitar sobreexposición, efecto halo, etc.), lo más *aislado* posible de ruidos y con buena sonoridad (trata de usar micrófono). Utilizar un fondo neutro y uniforme hace destacar más a la persona grabada.
- **EL TIPO DE VIDEO PRESENTACIÓN** : el enfoque a adoptar en esta situación puede ser personalizado. De cualquier manera ten en cuenta que en un vídeo como este no se trata de apabullar con datos (del currículum) a la persona que lo ve, sino más bien de tratar de identificar varias ideas clave que generen curiosidad por saber más de ti. Los tipos de videocurrículum más comunes son:
 - Modo *Carta de presentación*: se detalla, matiza o completa los datos curriculares. Especialmente útil cuando el currículum en papel no refleja con precisión el perfil o cuando hay datos que requieren ser explicados y/o contextualizados (Ej.: formación en otro país).
 - Modo *Perfil Personal*: se enfatizan determinadas características personales en las que uno destaca y que entiende que la empresa valora especialmente.
 - Modo *Competencias*: Hay ciertas habilidades y competencias que pueden ser fundamentales para el desempeño de una profesión y que pueden mostrarse ante la cámara. Ej.: un formador que plantea una breve simulación docente.

En realidad es frecuente **mezclar diferentes enfoques**, variando únicamente el peso que decidamos darle a cada uno en nuestra composición. Aunque la forma más usada de videocurrículum es la de **partir de la imagen del candidato**, hay otras muchas alternativas originales que en ciertos casos pueden ser más efectivas: usar una pizarra e ir añadiendo texto o imágenes, incluir algún pequeño vídeo que ilustre ciertos aspectos de nuestro trabajo (ej.: diseño gráfico, arquitectura, etc.), etc. El vídeo es un elemento que permite una gran flexibilidad para dar vía libre a nuestra imaginación.



Realizar una vídeo presentación implica **transmitir impresiones y sensaciones**. El contenido sigue siendo relevante, pero pierde importancia y eficacia en aras de la imagen. En este sentido, es importante tu **aportación creativa**. En Internet podrás encontrar numerosas vídeo presentaciones muy originales. En los [Recursos y Enlaces de Interés](#) de este tema incluimos varias, realizadas por universitarios, que captaron nuestra atención y que usaron una de las principales plataformas de difusión: **Youtube**.

Para realizar un Videocurrículum no es indispensable disponer de una cámara de vídeo, una buena webcam puede servir perfectamente. Además, existen numerosos portales en la web que puedes usar tanto para elaborarlos como para colgarlos. Tres ejemplos destacados de este tipo de webs:

- [Biteable](#)

Aplicación para crear tus videos y animaciones de forma sencilla y gratuita, aunque también existe la opción de pago que amplía prestaciones.

- [Powtoon](#)

Aplicación para crear tus videos y presentaciones. Los vídeos pueden crearse incluso partiendo de aplicaciones muy sencillas como Power Point.

- [Videolean](#)

Elabora un video partiendo de unas pocas imágenes. Especialmente pensado para compartir en LinkedIn.

6. RECURSOS Y ENLACES DE INTERÉS

Enlaces de interés:

CURRÍCULUM CLÁSICO

- Canva: <https://www.canva.com/>
- Cvlogin: <https://cvlogin.com/es/>
- Visual CV: <https://www.visualcv.com/>
- Cvonline: <https://cvonline.me/es/curriculum-online>

- Doyoubuzz: <https://www.doyoubuzz.com/es/>
- Novoresume: <https://novoresume.com/gb>
- CVdesign: <https://cvdesignr.com/en>
- Cool Free Cv: <https://www.coolfreecv.com/builder-creator-cv>
- MyperfectCV: <https://www.myperfectcv.co.uk/>
- Zety: <https://zety.es/>
- Currículum vitae europeo: <https://europass.cedefop.europa.eu/es/documents/curriculum-vitae>.

INFO CURRÍCULUM

- Kinzaa: <https://kinzaa.com/es>
- Easelly (<https://www.easel.ly/>)
- Piktochart: <https://piktochart.com/>
- Vizualize.me: <http://vizualize.me/>
- Infogram: <https://infogram.com/>
- Visually: <https://visual.ly/>

PORTFOLIO

- Krop: <http://www.krop.com/>
- Portfoliobox: <https://www.portfoliobox.net/es>

VIDEOCURRÍCULUM

- Biteable: <https://biteable.com/>
- Powtoon: <https://www.powtoon.com/home/>
- Vdeolean: https://videolean.com/video_templates/linkedin-video-cv

BIBLIOGRAFÍA:

Puchol, Luis. (2014). *El libro del currículum vitae: cómo superar la barrera del currículo y conseguir el trabajo que deseas*. Editorial Díaz de Santos. Madrid. España.