

# PLANTILLA DE HOJA DE VIDA ATS-OPTIMIZADA

Te voy a crear una plantilla en formato de texto plano que puedes copiar a Microsoft Word o Google Docs, y luego exportar a PDF. Esta plantilla está diseñada para pasar los filtros ATS y maximizar tus oportunidades de entrevista.

---

## PLANTILLA PROFESIONAL - COPIA Y PERSONALIZA

[NOMBRE COMPLETO]

[Ciudad, País] | [+57 XXX XXX XXXX] | [tucorreo@gmail.com] | [linkedin.com/in/tu-perfil]

---

---

### PERFIL PROFESIONAL

[Escribe 3-4 líneas que respondan: ¿Quién eres profesionalmente? ¿Cuál es tu mayor logro cuantificable? ¿Qué valor único aportas? ¿Qué buscas?]

Ejemplo: Administrador de Empresas con 5 años optimizando procesos comerciales en retail. Incrementé las ventas regionales en 45% mediante implementación de estrategia consultiva. Certificado en metodologías ágiles y CRM Salesforce. Busco liderar equipos comerciales en empresas de consumo masivo.

---

---

### EXPERIENCIA LABORAL

[CARGO MÁS RECIENTE] | [Empresa]

[Ciudad] | [Mes Año - Mes Año o "Actual"]

- [Verbo de acción] + [qué hiciste] + [resultado cuantificable]
- [Verbo de acción] + [qué hiciste] + [impacto medible]
- [Verbo de acción] + [proyecto específico] + [beneficio obtenido]

Ejemplo real:

COORDINADOR DE VENTAS | Almacenes Éxito S.A.

Bogotá | Marzo 2022 - Actual

- Incrementé las ventas del departamento de tecnología en 35% mediante estrategia de cross-selling
- Lideré equipo de 12 asesores comerciales, logrando 95% de retención del talento
- Implementé sistema de seguimiento postventa que mejoró satisfacción del cliente de 72% a 89%
- Reduje tiempo de cierre de ventas de 45 a 25 minutos mediante optimización del proceso

[CARGO ANTERIOR] | [Empresa]  
[Ciudad] | [Mes Año - Mes Año]

- [Logro cuantificable relevante]
  - [Proyecto exitoso con resultados]
  - [Mejora implementada con impacto]
- 
- 

## FORMACIÓN ACADÉMICA

[TÍTULO MÁS RECIENTE]  
[Universidad/Instituto] | [Ciudad] | [Año graduación]  
[Promedio si es superior a 4.3/5.0]

[TÍTULO ANTERIOR]  
[Universidad/Instituto] | [Ciudad] | [Año graduación]

---

---

## HABILIDADES CLAVE

Técnicas: [Skill 1] | [Skill 2] | [Skill 3] | [Skill 4] | [Skill 5]  
Herramientas: [Software 1] | [Software 2] | [Software 3]  
Idiomas: [Idioma - Nivel] | [Idioma - Nivel]  
Competencias: [Soft skill 1] | [Soft skill 2] | [Soft skill 3]

---

---

## CERTIFICACIONES Y FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

- [Certificación/Curso] | [Institución] | [Año]

- [Certificación/Curso] | [Institución] | [Año]
  - [Certificación/Curso] | [Institución] | [Año]
- 
- 

#### LOGROS ADICIONALES (Opcional)

- [Premio/Reconocimiento/Proyecto destacado]
  - [Publicación/Conferencia/Voluntariado relevante]
- 
- 
- 

## INSTRUCCIONES DE USO

### Paso 1: Preparación

1. Copia toda la plantilla a Microsoft Word o Google Docs
2. Cambia la fuente a **Arial o Calibri, tamaño 11 o 12**
3. Ajusta márgenes a **2.5 cm** en todos los lados
4. Mantén el documento en **máximo 2 páginas**

### Paso 2: Personalización

#### Para la sección PERFIL PROFESIONAL:

- Usa esta fórmula: [Profesión] + [años experiencia] + [logro principal] + [objetivo]
- Máximo 80 palabras
- Incluye keywords del cargo al que aplicas

#### Para EXPERIENCIA LABORAL:

- Inicia cada punto con estos verbos de acción:
  - Incrementé, Reduje, Optimicé, Implementé, Lideré
  - Desarrollé, Generé, Coordiné, Negocié, Transformé
- Incluye números específicos: porcentajes, montos, cantidades
- Ordena de más reciente a más antiguo

#### Para HABILIDADES:

- Lista solo habilidades que realmente dominas

- Incluye las keywords exactas de la descripción del cargo
- Máximo 10-12 habilidades en total

### Paso 3: Optimización ATS

#### DEBE tener:

- Keywords exactas del cargo (copia y pega de la vacante)
- Formato simple sin tablas complejas
- Fechas en formato consistente (Mes Año)
- Bullets simples (• o -)
- Sin headers, footers, ni text boxes

#### EVITA:

- Gráficos o imágenes
- Columnas múltiples
- Fuentes decorativas
- Colores (excepto negro)
- Símbolos especiales o emojis

### Paso 4: Exportación

1. **Para PDF:** Archivo → Exportar → PDF (mantén texto seleccionable)
2. **Para Word:** Guarda como .docx (NO .doc)
3. **Nombre del archivo:** NombreApellido\_CV\_2025.pdf

---

## EJEMPLO COMPLETADO PARA REFERENCIA

MARÍA RODRÍGUEZ GONZÁLEZ

Bogotá, Colombia | +57 301 234 5678 | maria.rodriguez@gmail.com |

linkedin.com/in/mariarodriguez

---

---

#### PERFIL PROFESIONAL

Ingeniera Industrial con 6 años optimizando cadenas de suministro en empresas manufactureras. Reduje costos logísticos en 32% mediante implementación de modelo predictivo en Python. Certificada en Lean Six Sigma Black Belt y SAP. Busco liderar proyectos de transformación digital en industria 4.0.

---

---

## EXPERIENCIA LABORAL

JEFE DE OPERACIONES | Alpina S.A.  
Sopó, Cundinamarca | Enero 2021 - Actual

- Optimicé la cadena de suministro reduciendo desperdicios en 28% y ahorrando \$450M COP anuales
- Lideré implementación de WMS que mejoró precisión de inventarios del 87% al 99.5%
- Coordiné equipo de 35 operarios logrando cero accidentes laborales en 24 meses
- Incrementé productividad 22% mediante metodología Kaizen y reuniones diarias de mejora continua

ANALISTA DE PROCESOS | Bavaria S.A.  
Bogotá | Marzo 2018 - Diciembre 2020

- Diseñé tableros de control en Power BI que redujeron tiempo de reportes de 8 horas a 30 minutos
- Implementé sistema de trazabilidad que disminuyó pérdidas por vencimiento en 65%
- Capacité a 120 colaboradores en nuevos procedimientos SOPs con 98% de adopción

[Continúa con el formato...]

---

## CHECKLIST FINAL - ANTES DE ENVIAR

- ¿Tu perfil profesional menciona un logro cuantificable?
  - ¿Cada experiencia tiene al menos 3 bullets con resultados medibles?
  - ¿Incluiste las keywords exactas de la vacante?
  - ¿El documento tiene máximo 2 páginas?
  - ¿Verificaste ortografía 3 veces?
  - ¿El formato es limpio y sin elementos gráficos?
  - ¿Las fechas son consistentes y no hay gaps sin explicar?
  - ¿Tu email es profesional (nombre.apellido@)?
  - ¿El archivo está nombrado correctamente?
  - ¿Exportaste en formato PDF y .docx?
- 

## BONUS: PLANTILLA PARA SIN EXPERIENCIA

Si no tienes experiencia laboral, usa esta estructura alternativa:

1. **PERFIL** (enfócate en tu potencial)
2. **FORMACIÓN ACADÉMICA** (va primero)
3. **PROYECTOS ACADÉMICOS** (descritos como experiencia)
4. **CERTIFICACIONES Y CURSOS**
5. **HABILIDADES** (técnicas y digitales)
6. **VOLUNTARIADOS/ACTIVIDADES** (si son relevantes)

---

**NOTA IMPORTANTE:** Esta plantilla está diseñada para el mercado colombiano 2025 y optimizada para pasar filtros ATS. Personaliza cada aplicación cambiando el 20% superior (perfil y primera experiencia) según la vacante específica.