



Guía de Contenido para Redes Sociales

celularia.es

Calendario semanal + ideas de contenido

para Instagram, WhatsApp y Facebook

Lunes **Educacion**

Publica un dato sobre glutatión, antioxidantes o nutrición. Formato: carrusel o infografía.

Martes **Testimonio/Historia**

Comparte tu experiencia personal o la de alguien de tu equipo (sin claims médicos).

Miercoles **Producto**

Muestra como preparas Immunocal: video corto, foto del batido, receta creativa.

Jueves **Valor/Tips**

Comparte un consejo de bienestar: hábitos, ejercicio, alimentación. Posicionamiento como experto.

Viernes **Oportunidad**

Habla del estilo de vida, la libertad del negocio o comparte un logro del equipo.

Sabado **Interaccion**

Encuesta, pregunta abierta o reel divertido. Busca engagement y conexión.

Domingo **Descanso/Planif.**

Descansa o planifica la semana siguiente. Opcional: story casual de tu día.

Instagram - Historia personal

Hace [X] meses descubri algo que cambio mi rutina de bienestar.
No es una moda. Es ciencia. Mas de 40 estudios lo respaldan.
Si quieres saber mas, escribeme DM.
#bienestar #glutación #saludnatural

WhatsApp - Mensaje directo

Hola [nombre]! Como estas?
Te escribo porque estoy trabajando en un proyecto de bienestar
y pense en ti. Es un producto con respaldo cientifico real.
Tienes 10 min para que te cuente?

Instagram - Educativo

Sabias que el glutación es el antioxidante mas abundante
de tu cuerpo? Se produce en CADA celula.
A partir de los 20 años, su produccion baja.
La buena noticia? Puedes apoyarla de forma natural.
Link en bio para saber mas.

Facebook - Oportunidad

Busco 3 personas que quieran generar ingresos extra
desde casa con un producto respaldado por la ciencia.
Sin horarios fijos. Sin inventario. Con formacion completa.
Comenta INFO o escribeme por privado.

Hashtags recomendados

Salud y bienestar: #salud #bienestar #vidasana #glutación #antioxidantes #nutricion #saludnatural #habitossaludables

Negocio: #emprendimiento #negocioonline #libertadfinanciera #ingresoextra #networkmarketing #trabajadesdecasa

Marca: #celularia #immunocal #consultorindependiente

Tip: Mezcla 5-7 de salud + 3-4 de negocio + 1-2 de marca. Maximo 20 por post.

Regla 80/20

80% contenido de valor (tips, educacion, historias) y 20% promocion directa.

Stories diarias

Publica al menos 3-5 stories al dia. La consistencia vence a la perfeccion.

CTA claro

Cada post debe tener UNA accion: comenta, escíbeme, mira el link, guarda esto.

Horarios optimos

Instagram: 8-9h, 12-13h, 20-21h. WhatsApp: 10-11h o 18-19h.

Autenticidad

Tu cara, tu voz, tu historia. El contenido real conecta mas que el perfecto.

Cumplimiento

Nunca menciones enfermedades, no prometas curas, identificate como consultor independiente.