

Cómo elaborar tu Currículum vitae



VNiVERSIDAD
Đ SALAMANCA



¿Qué
encontrarás
aquí?

Definición
Objetivos
Estructura
Tipos
Modelos
Recomendaciones

DEFINICIÓN

Es **TU** presentación y por tanto la primera imagen que tendrá de ti, la persona que lo reciba.

Es el documento donde se recoge un compendio resumido y esquemático del conjunto de tus **experiencias**, tanto de tus **antecedentes formativos** como profesionales con el fin de presentarlo en una empresa para una selección de un puesto de trabajo.

NECESIDAD Y UTILIDAD

| | objetivo | necesidad | utilidad |
|-----------------------|--|--|---|
| para el candidato | Conseguir una entrevista de trabajo | Dar a conocer los datos básicos al empleador | Ser seleccionado para una entrevista de trabajo |
| para el seleccionador | Encontrar al candidato ideal para su empresa | Apoyo en la entrevista de selección | Preselección de candidaturas |

TIPOS

| | INFORMACIÓN | VENTAJAS | CUANDO REALIZARLO | QUIÉN DEBE REALIZARLO |
|--------------------|--|--|--|---|
| CRONOLÓGICO | ordenada por fechas: ascendente o descendente | información detallada por fechas | cuando el candidato no tiene experiencia o cuenta con pocos trabajos | recién titulados o personas con poca experiencia |
| FUNCIONAL | ordenado por funciones desarrolladas en puestos anteriores | omite lagunas resalta trabajos acordes con el puesto | mucha experiencia cambios frecuentes en el trabajo | personas con amplio historial formativo y profesional |

ESTRUCTURA



DATOS PERSONALES



FORMACIÓN ACADÉMICA



FORMACIÓN COMPLEMENTARIA



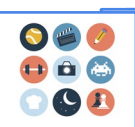
IDIOMAS



COMPETENCIAS DIGITALES



EXPERIENCIA PROFESIONAL



OTROS DATOS DE INTERÉS

ESTRUCTURA

Datos personales

- ✓ Nombre
- ✓ Teléfono/s
- ✓ Correo electrónico
- ✓ Dirección
- ✓ Fecha de nacimiento
- ✓ Foto (de calidad, no "selfie")
- ✓ Redes Profesionales: Ej. "LinkedIn"



¿Qué es un Currículum ciego? Cada vez es más habitual omitir algunos datos (fecha de nacimiento, foto y dirección) para facilitar la imparcialidad del reclutador.

Formación Reglada o Académica

➤ FORMACIÓN REGLADA



- Titulación académica. Entidad donde se realizó la formación

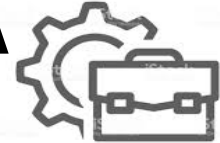
➤ FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

- Cursos relacionados con la titulación:
 - Fecha de realización (año)
 - Nombre del curso
 - Entidad que lo impartió
 - Duración (horas)



Experiencia

➤ EXPERIENCIA LABORAL



- fecha
- nombre de la empresa
- cargo y funciones

➤ EXPERIENCIA EN PRÁCTICAS

- fecha
- nombre de la empresa
- funciones

ESTRUCTURA

Idiomas

- Enumera los idiomas.
- Indica el nivel. Si no puedes aportar un certificado, puedes consultar la siguiente tabla para comprobar tu nivel:

Tabla de niveles, según el marco europeo de referencia

- Haz una relación de los cursos de idiomas realizados.
- Estancias en el extranjero, si es el caso.



Índice

Competencias Digitales

PROGRAMAS

- tratamiento de texto
- bases de datos
- estadísticos...

NIVEL DE CONOCIMIENTO

- competencia básica
- competencia avanzada



Otros datos de interés

Añadir cualquier otra información relevante que demuestre tus competencias, por ejemplo:

- Competencias sociales (voluntariado)
- Competencias artísticas (estudios musicales...)
- Competencias deportivas (jugador en equipos deportivos)
- Adscripción a Colegios Profesionales y Asociaciones
- Premios, Becas y Reconocimientos
- Publicaciones
- Asociaciones estudiantiles
- Clases particulares y/o estudios adicionales

MODELOS DE CURRÍCULUM

"El currículum se ha convertido en una herramienta de recolección de datos y no tanto en una que permita tomar decisiones" Ankit Somani, co-founder of AllyO

"Los currículums son un punto concreto en el tiempo y no reflejan lo humano. No hay nada en un currículum que demuestre las auténticas aspiraciones de un individuo. En algunos aspectos se trata de un artefacto primitivo". Penny Queller, vicepresidente de Monster

El avance de las nuevas tecnologías y la necesidad de diferenciarse del resto de candidatos ha llevado evolucionar el currículum y su forma de presentarlo. Internet ofrece diferentes plataformas con plantillas y formatos que se apoyan en formatos diferentes y originales, incluido el videocurrículum.

- Currículum EUROPASS
- Currículum de ALTO IMPACTO
- Currículum WEB
- Currículum para MOVIL
- VIDEOCURRICULUM

["Claves del C.V. perfecto"](#)

MODELOS DE CV

Currículum Europass

INFORMACIÓN

Estará estructurada para todos los países europeos de la misma forma

VENTAJAS

mismo formato para todos los países de Europa

CUÁNDO REALIZARLO

Es aconsejable cuando se busca empleo en empresas de países europeos



[Acceso Europass](#)

Currículum de alto impacto

Su objetivo es diferenciarte de otros candidatos que buscan lo mismo que tú, para cautivar al empleador

Se realiza en un formato novedoso y con aspecto profesional

Plataformas y plantillas: *(¡¡¡OJO!!!, No todas son gratuitas)*

- <http://aulacm.com/escribir-curriculum-vitae-cv>
- Do you buzz: <https://www.doyoubuzz.com>
- CV maker: Crear C.V. gratis, <https://cvmkr.com>
- resumizer: <https://www.resumizer.com>
- Currículumweb.net: Para crear una web con tu currículum <https://www.curriculumweb.net>
- Kinzaa: <https://kinzaa.com>
- Visualize.me: Crear el currículum como infografías. <https://vizualize.me>

Currículum Web

Un Currículum Web es una página personal diseñada en forma de currículum, donde presentas tus habilidades, capacidades y logros. Cuélgala en Internet, para que cualquier empresario del mundo pueda acceder a ella.

Recomendaciones para elaborar el currículum web:

- Es importante que siempre esté actualizado.
- Procura alojarlo en servicios que sean ágiles, conocidos y accesibles: comprueba el tiempo de carga, reputación, visibilidad y posicionamiento en buscadores, etc.
- No llenes tu página web de información que no se refiera a la búsqueda de empleo.
- Enríquelo con elementos multimedia relevantes, como un video-currículo.
- Procura que sea sobrio, elegante, legible y bien estructurado: no lo sobrecargues con elementos multimedia puramente cosméticos que ralenticen y escondan la información relevante.

["Cómo crear un currículum online"](#)

Currículum para móvil

Muchos seleccionadores utilizan su móvil para ver los currículums que llegan a su empresa.

Por esta razón debes tener en cuenta algunas **ideas de maquetación** para optimizar la vista del currículum:

- Ni fondos de color, ni efectos de sombra.
- No mezclar más de una fuente.
- No utilizar gráficas.

["¿Está tu CV preparado para leerse en móvil? Algunos consejos y apps para mejorarlo"](#)

Videocurrículum

El Videocurrículum es la presentación en video de un candidato en el que expone sus competencias, habilidades, trayectoria profesional.

Recomendaciones

- Ten presente que es un valor añadido en tu candidatura siempre y cuando lo realices con un mínimo de calidad.
- Tenlo siempre actualizado.
- No debe ser muy extenso: una duración de uno a tres minutos es suficiente.
- Cuida tu aspecto, tu actitud, la postura, el tono y volumen de tu voz.

Servicios donde puedes crear y alojar tu videocurrículum:

- <http://www.tumeves.com>
- <http://www.videocurriculum.es>
- <https://es.linkedin.com/>
- Tu propio canal de Youtube
- Etc..

Tienes 6 segundos para llamar la atención

El currículum entra por los ojos, **cuida su presentación**

ANTES DE ENVIAR TU CV...

- Revisa la **ortografía y la sintaxis**.
- ¿Tu **foto** te representa? ¿Proyecta una imagen profesional?.
- Breve y ordenado = atractivo y **fácil de leer**.
- No uses emoticonos.
- Incluye la **información relevante** para el puesto y la empresa y apóyala con datos.
- Elige una **plantilla de CV** (innovadora, clásica, etc.) en función de la empresa.
¿Despierta curiosidad e interés?.
- ¿Tus **redes sociales** dicen lo mismo que tu CV?.



**Si has marcado todas las ítems anteriores,
ya puedes enviar tu currículum.**

Puedes consultarme tu dudas

orientate@usal.es

Teresa Gutiérrez Bueno

