



Pautas para publicar en Redes Sociales

Pastoral de las Comunicaciones – Diócesis de San Fernando de Apurí

Puntos a tratar:

01

¿Cuál es el mejor horario para publicar?

02

¿Con qué frecuencia debo publicar?

03

Herramientas de Gestión

04

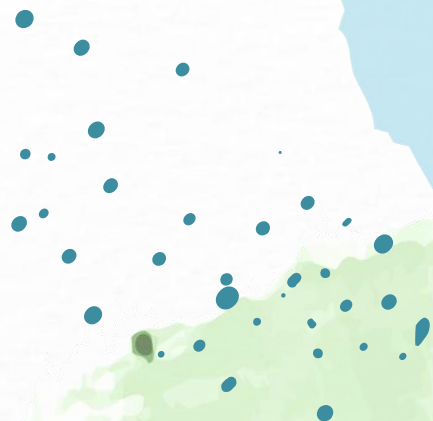
Formatos para Redes Sociales



01

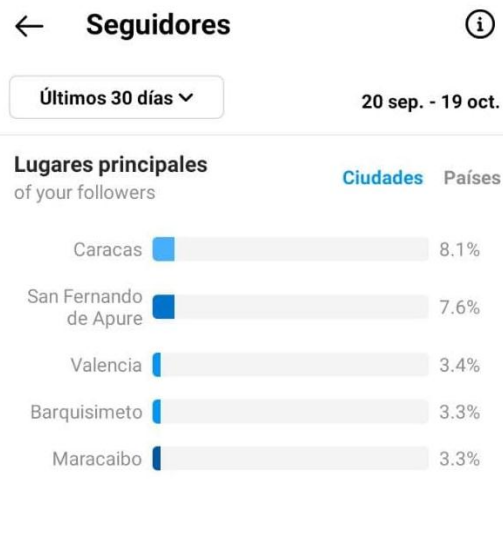
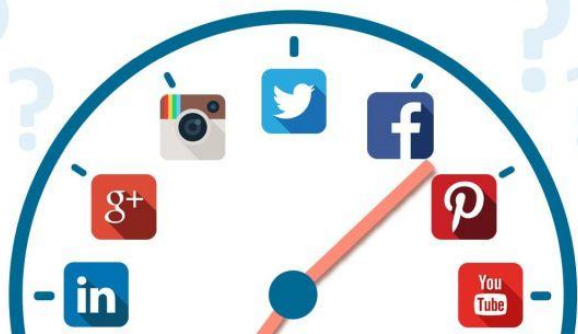
Mejor Horario

Para publicar en Instagram



¿Cuál es la mejor hora para publicar en Instagram?

Tienes que **conocer bien a tu audiencia** y cuál es el horario en el que más se conectan.





02

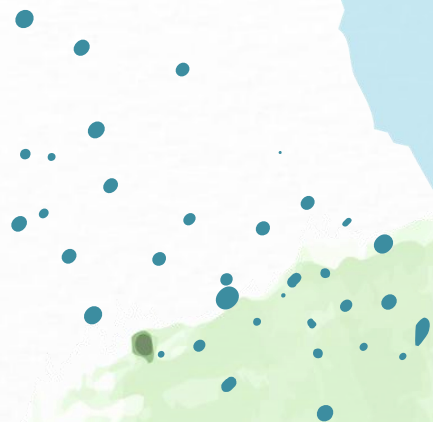
Frecuencia

de Publicaciones

03

Herramientas

para gestionar Redes Sociales





Herramientas de Gestión

Facilita la gestión de tus contenidos de Instagram y Facebook.

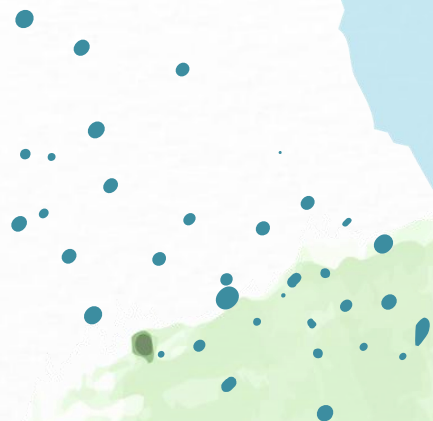
Facebook Creator Studio

Facebook Business Suite



04

Formatos para Redes Sociales



Formatos para Instagram



Cuadrado
1080 × 1080



Paisaje
1080 × 608



Retrato
1080 × 1350



Foto de perfil
1080 × 1080



Historias
1080 × 1920



IGTV
1080 × 1920



Reels
1080 × 1920

Formatos para Imágenes de Instagram

- **Formato vertical:**

Tamaño recomendado: 1080 x 1350 píxeles. Ocupa buena parte de la pantalla y ayuda a las personas a poder centrar su total atención en el post **beneficiando al algoritmo**.

- **Formato horizontal:**

1080 x 566 píxeles (tamaño recomendado). Permite **apreciar con mayor facilidad grandes espacios**, no es común y muy pocos lo utilizan.



Formatos para Imágenes de Instagram

- **Formato cuadrado:**

Tamaño recomendado: 1080 x 1080 píxeles.

Es el más común. **Beneficia la estética de todo feed y ayuda a previsualizar con mayor enfoque, el copy en la publicación y los comentarios.**

Formato y Duración de los Vídeos del Feed

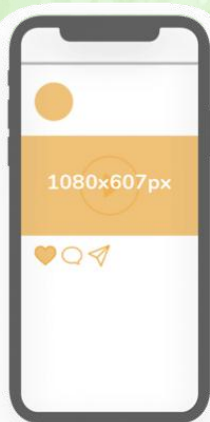
- **Formato cuadrado:** 600 x 600 píxeles como resolución mínima recomendada. Resolución óptima 1080 x 1080.
- **Formato vertical:** 600 x 750 píxeles como resolución mínima recomendada. Resolución óptima 1080 x 1350.
- **Formato horizontal:** 600 x 315 píxeles como resolución mínima recomendada. Resolución óptima 1080 x 608.

El tamaño del archivo no debe superar los 4 GB.

Duración: Mínimo 3 segundos y máximo 60 segundos.
Próximamente hasta 60 minutos.



Vídeo cuadrado



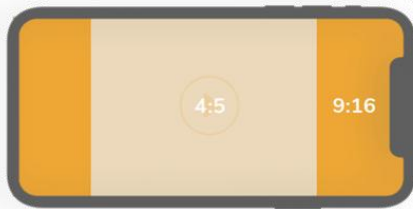
Vídeo horizontal



Story/
Reel



IGTV Vertical
Resolución máxima y mínima



IGTV Horizontal
Resolución máxima y mínima



IGTV Portada

IGTV

Los vídeos pueden ser tanto horizontales como verticales:

- Vertical: máximo 9:16 y mínimo 4:5.
- Horizontal: máximo 16:9 y mínimo 5:4.
- Foto de portada: 1:1.55 o 420 x 654 px.

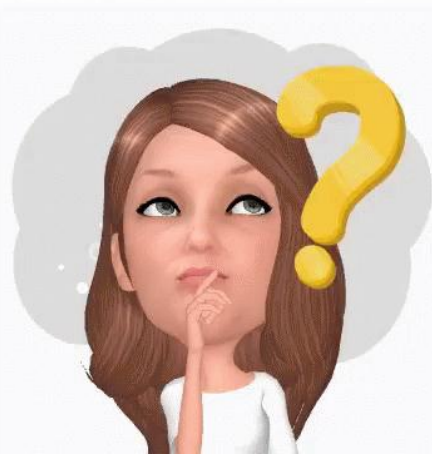
Reels en Instagram

Los Reels son breves videos que suelen ir acompañados de un audio.

Se presentan en formato horizontal o vertical, aunque lo óptimo es el vertical para que ocupe toda la pantalla del móvil.

Elementos que debes considerar para tus Reels:

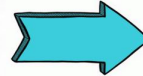
- Se pueden subir con una proporción de entre 4:5 y 9:16 y una resolución de entre 1080 x 1350 y 1080 x 1920.
- Tienen una duración de 15, 30 ó 60 segundos.
- Puedes grabar tus videos y posteriormente editarlos en aplicaciones externas como VN, CapCut, InShot, KineMaster, Movavi Clips, entre otras y publicarlos.
- Emplea un buen copy, agrega hashtags, puedes colocar una portada llamativa y música o audio que se encuentre posicionado.



Instagram Stories

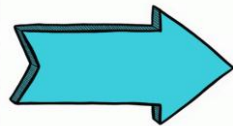
Elementos que debes considerar:

- El tamaño óptimo de una **imagen y un vídeo** tiene una relación de aspecto de **9:16** y un **tamaño de imagen de 1080 x 1920 píxeles**.
- Utiliza los *stickers*, *menciones*, *hashtag*, *preguntas y respuestas*, *cuestionarios*, *encuestas* para mayor interacción.
- Publica historias con objetivos claros (*informar*, *entretener*, *educar*, *interactuar*).



Instagram Stories

- Agrega la **ubicación**.
- Duración máx de vídeo: **15 segundos**.
- Dejar **márgenes de seguridad** para garantizar la lectura de los textos.



Consejos para tus

INSTAGRAM STORIES



Interactúa con tus seguidores.



Usa las herramientas que Instagram te proporciona.



Fija tus historias destacadas en tu perfil.



Coloca más de una historia al día.



Crea una estrategia y calendarización



Responde a todos o a la mayoría de mensajes recibidos.



Obtén feedback de tu servicio, producto o marca.



Emplea stickers interactivos.



Comparte testimonios de tus clientes.



Presenta tus nuevos productos o servicios.

What is your favorite color?

WHITE BLACK

Realiza encuestas.

GIF

Agrega **GIF's** divertidos.

#hashtag

Usa **hashtags**



Agrega la **ubicación**



Comparte las historias en donde tus clientes te mencionan.

Suscríbete ya

Incluye un **CTA**

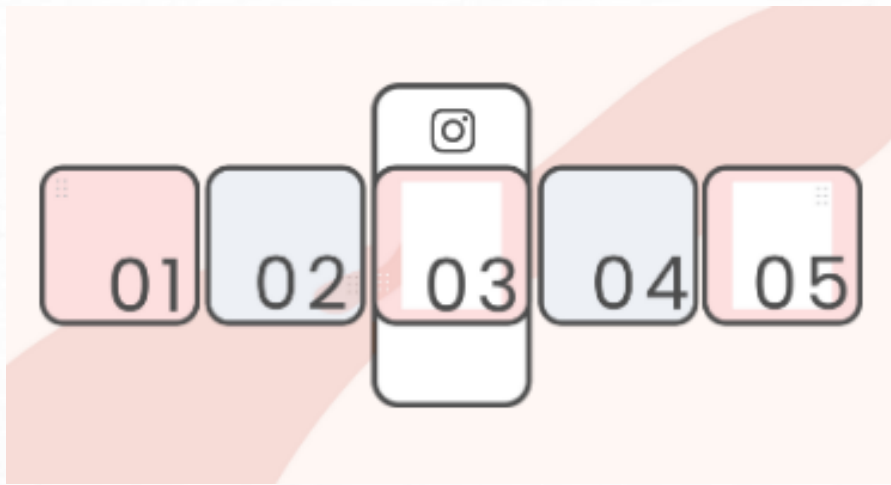


Respetar el formato con el que deben contar las historias.



Carrusel de Instagram

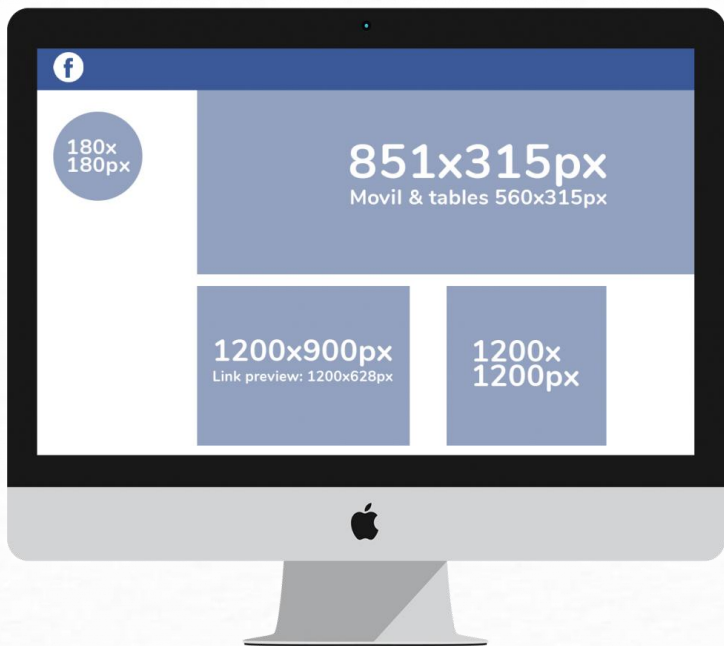
Tamaño: Cuadrado, horizontal y vertical.
Las publicaciones en carrusel son las publicaciones integradas más atractivas en Instagram.




Medidas de imágenes para Facebook

Versión de escritorio

- **Fotografía de perfil:** 180 x 180 píxeles
- **Imagen de portada de Facebook:** 851 x 315 px
- **Publicaciones cuadradas:** 1200 x 1200 px.
- **Publicaciones horizontales:** 1200 x 900 px.
- **Fotos con enlaces:** 1200 x 628 px.





“Todos somos responsables de la comunicación que hacemos, de las informaciones que damos, del control que juntos podemos ejercer sobre las noticias falsas, desenmascarándolas. Todos estamos llamados a ser testigos de la verdad: a ir, ver y compartir..”

– **PAPA FRANCISCO** –

55 Jornada Mundial de las Comunicaciones Sociales.