**Formulario Contáctanos**

1. **Nombre completo**
   * Solo letras y espacios.
   * Largo mínimo: 2 caracteres.
   * Largo máximo: 50 caracteres.
2. **Correo electrónico**
   * Debe tener formato válido (usuario@dominio.com).
   * Máximo: 100 caracteres.
3. **Teléfono** (opcional)
   * Solo números.
   * Largo: entre 8 y 12 dígitos.
4. **Asunto**
   * No vacío.
   * Largo mínimo: 3 caracteres.
   * Largo máximo: 100 caracteres.
5. **Mensaje**
   * No vacío.
   * Largo mínimo: 10 caracteres.
   * Largo máximo: 500 caracteres.

**Formulario Regístrate**

1. **Nombre completo**
   * Solo letras y espacios.
   * Largo mínimo: 2 caracteres.
   * Largo máximo: 50 caracteres.
2. **Correo electrónico**
   * Formato válido.
   * Máximo: 100 caracteres.
3. **Nombre de usuario** (si aplica)
   * No vacío.
   * Largo: entre 4 y 20 caracteres.
4. **Contraseña**
   * Largo mínimo: 8 caracteres.
5. **Confirmar contraseña**
   * Debe coincidir exactamente con la contraseña.
6. **Teléfono** (opcional)
   * Solo números.
   * Largo: entre 8 y 12 dígitos.
7. **Checkbox de Términos y condiciones**
   * Obligatorio marcarlo para continuar.