



Estrategia de Contenido SEO para Posicionamiento

Objetivo

Aparecer en el **Top 3** de Google para:

- "Psicólogo Zipaquirá"
 - "Terapia de pareja Zipaquirá"
 - "Psicólogo virtual Colombia"
 - "Terapia online internacional"
-



Blog Posts Recomendados (Crear 1 por mes)

Mes 1: "5 Señales de que Necesitas Terapia Psicológica en Zipaquirá"

Keywords: terapia psicológica Zipaquirá, psicólogo Zipaquirá, cuándo ir al psicólogo

Contenido:

1. Ansiedad constante o ataques de pánico
2. Problemas para dormir o concentrarte
3. Conflictos repetitivos en tus relaciones
4. Sensación de vacío o falta de propósito
5. Cambios drásticos en tu vida (mudanza, divorcio, pérdida)

CTA: "Si te identificas con 2 o más señales, agenda tu primera consulta en Zipaquirá"

Mes 2: "Terapia de Pareja en Zipaquirá: ¿Cuándo es el Momento de Buscar Ayuda?"

Keywords: terapia de pareja Zipaquirá, terapia matrimonial, problemas de pareja

Contenido:

- Signos de alerta en la relación
- Mitos sobre la terapia de pareja
- Qué esperar en la primera sesión

- Testimonios (anónimos)
- Diferencia entre terapia presencial vs virtual

CTA: "Reconstruye tu relación con terapia de pareja profesional"

Mes 3: "Psicólogo Virtual: Cómo Funciona la Terapia Online desde Casa"

Keywords: psicólogo virtual Colombia, terapia online, terapia por internet

Contenido:

- Ventajas de la terapia virtual
- Confidencialidad y seguridad
- Plataformas utilizadas (Zoom, Google Meet)
- Testimonios de pacientes internacionales
- Comparación presencial vs virtual

CTA: "Agenda tu primera sesión virtual desde cualquier país"

Mes 4: "¿Qué es la Terapia Familiar Sistémica y Cómo Puede Ayudar a tu Familia?"

Keywords: terapia familiar sistémica, terapia familiar Zipaquirá, problemas familiares

Contenido:

- Explicación simple de la terapia sistémica
- Casos en los que es útil (conflictos padres-hijos, familias ensambladas)
- Diferencias con otras terapias
- Proceso terapéutico

CTA: "Mejora la dinámica familiar con terapia especializada"

Mes 5: "Ansiedad y Estrés: Estrategias para Manejarlos en Zipaquirá"

Keywords: ansiedad Zipaquirá, manejo del estrés, psicólogo ansiedad

Contenido:

- Qué es la ansiedad (síntomas físicos y emocionales)
- Técnicas de respiración y mindfulness
- Cuándo buscar ayuda profesional
- Recursos gratuitos vs terapia profesional

CTA: "Si la ansiedad controla tu vida, agenda una consulta hoy"

Mes 6: "Colombianos en el Exterior: Terapia Psicológica Virtual en Español"

Keywords: psicólogo colombiano virtual, terapia español USA, terapeuta online Colombia

Contenido:

- Desafíos de vivir en el extranjero
- Nostalgia, adaptación cultural, soledad
- Cómo la terapia virtual ayuda
- Testimonios de pacientes en USA, España, Canadá

CTA: "Conecta con tu psicóloga colombiana desde cualquier país"

Estructura de Cada Blog Post

markdown

[Título con Keyword Principal]

****Introducción (150 palabras)****

- Conectar emocionalmente con el lector
- Plantear el problema

****Desarrollo (800-1200 palabras)****

- Subtítulos con H2 y H3
- Listas numeradas o con bullets
- Ejemplos prácticos
- Imágenes o infografías (con alt text optimizado)

****Testimonios o Casos de Éxito****

- 1-2 testimonios cortos (anónimos)

****Conclusión (100 palabras)****

- Resumen de los puntos clave
- Llamado a la acción

****CTA Final****

- Botón: "Agenda tu Cita en Zipaquirá" o "Agendar Consulta Virtual"

****Autor:****

María Angélica Galeano

Psicóloga Clínica | Máster en Terapia Familiar Sistémica

Interlinking Estratégico

Cada blog post debe incluir:

- 2-3 enlaces internos a otras secciones de la web
- 1-2 enlaces externos a fuentes autorizadas (OMS, APA, universidades)
- Enlaces a la página de servicios
- CTA con enlace a Calendly

Ejemplo de estructura de enlaces:

"La [terapia individual](#servicios) puede ayudarte a..."

"Según la [Asociación Americana de Psicología](https://www.apa.org)..."

"Conoce más sobre mi [formación académica](#sobre-mi)..."

Distribución del Contenido

Cada post debe compartirse en:

1. **Instagram:** Carrusel con tips del artículo
2. **Facebook:** Post con imagen + primer párrafo
3. **LinkedIn:** Artículo completo (formato profesional)
4. **WhatsApp Business:** Status con link al blog
5. **Google Business Profile:** Actualización con extracto

Keywords Long-Tail Adicionales

- "mejor psicóloga Zipaquirá"
- "terapia de pareja virtual Colombia"
- "psicóloga sistémica Zipaquirá"
- "terapia online en español"
- "psicólogo Zipaquirá precios"
- "terapia virtual para colombianos en USA"
- "psicóloga presencial Zipaquirá centro"

Métricas a Monitorear

- Posición en Google (Search Console)
- Tráfico orgánico (Google Analytics)
- Tasa de conversión (visitas → citas agendadas)
- Palabras clave que generan tráfico

- Tiempo de permanencia en la página

Meta: 50+ visitas orgánicas/mes en los primeros 3 meses **Meta:** Top 5 en Google en 6 meses **Meta:** Top 3 en Google en 12 meses