

Checklist Completo de Despliegue y SEO

FASE 1: Preparación de Archivos (Antes de Subir)

Archivos HTML/CSS

- ☐ Actualizar número de teléfono real en Schema JSON-LD (línea 78 del HTML)
- ☐ Verificar que todas las rutas de imágenes sean correctas
- ☐ Agregar el logo en `/assets/images/logo transparente negro.png`
- ☐ Optimizar todas las imágenes (comprimir con TinyPNG o similar)
- ☐ Convertir imágenes a formato WebP para mejor rendimiento
- ☐ Crear favicon en múltiples tamaños (16x16, 32x32, 180x180)

Archivos Adicionales

- ☐ Subir `sitemap.xml` en la raíz del sitio
 - ☐ Subir `robots.txt` en la raíz del sitio
 - ☐ Crear archivo `404.html` personalizado
 - ☐ Agregar `humans.txt` (opcional, para créditos del desarrollador)
-

FASE 2: Comprar Dominio y Hosting

Opción Recomendada: Hostinger (~\$3/mes)

- ☐ Ir a hostinger.com
- ☐ Comprar plan "Premium Web Hosting"
- ☐ Registrar dominio `psicomariangaleano.com`
- ☐ Activar certificado SSL gratuito (HTTPS)
- ☐ Configurar email profesional: `contacto@psicomariangaleano.com`

Alternativa Gratuita: Netlify + Namecheap

- ☐ Crear cuenta en netlify.com
 - ☐ Conectar repositorio de GitHub
 - ☐ Comprar solo el dominio en namecheap.com
 - ☐ Configurar DNS para apuntar a Netlify
 - ☐ Activar SSL automático de Netlify
-

FASE 3: Subir Archivos al Hosting

Si usas Hostinger (FTP):

- ☐ Descargar FileZilla o usar el File Manager de Hostinger
- ☐ Conectar al servidor FTP
- ☐ Subir todos los archivos a `/public_html/`
- ☐ Verificar permisos de archivos (644 para archivos, 755 para carpetas)

Si usas Netlify (Git):

- ☐ Hacer commit de cambios en GitHub
 - ☐ Configurar `netlify.toml` (opcional)
 - ☐ Deploy automático al hacer push
 - ☐ Configurar redirects para HTTPS
-

FASE 4: Google Business Profile (CRÍTICO para SEO Local)

- ☐ Ir a google.com/business
 - ☐ Crear perfil con los siguientes datos:
 - **Nombre:** Psicóloga María Angélica Galeano
 - **Categoría Principal:** Psicólogo
 - **Categorías Secundarias:** Psicólogo clínico, Terapeuta familiar
 - **Dirección:** Carrera 14 #14-20, Zipaquirá, Cundinamarca
 - **Teléfono:** +57 XXX XXX XXXX
 - **Sitio Web:** <https://www.psicomariangaleano.com>
 - **Horario:** Lunes a Viernes, 8:00 AM - 6:00 PM
 - ☐ Verificar el negocio (Google enviará código por correo postal)
 - ☐ Subir 10-15 fotos del consultorio
 - ☐ Agregar logo y foto de portada
 - ☐ Escribir descripción completa (750 caracteres)
 - ☐ Activar mensajería directa
 - ☐ Configurar preguntas frecuentes
 - ☐ Publicar primer post/actualización
-

FASE 5: Google Search Console

- ☐ Ir a search.google.com/search-console
 - ☐ Agregar propiedad (URL: <https://www.psicomariangaleano.com>)
 - ☐ Verificar propiedad (vía DNS o archivo HTML)
 - ☐ Enviar sitemap: (<https://www.psicomariangaleano.com/sitemap.xml>)
 - ☐ Solicitar indexación de la página principal
 - ☐ Configurar alertas de errores
-

FASE 6: Google Analytics 4

- ☐ Ir a analytics.google.com
 - ☐ Crear cuenta y propiedad
 - ☐ Copiar código de seguimiento (gtag.js)
 - ☐ Pegar código antes del (`</head>`) en HTML
 - ☐ Verificar que funcione (modo tiempo real)
 - ☐ Configurar objetivos/conversiones:
 - Clic en "Agendar Cita" (Calendly)
 - Clic en WhatsApp
 - Tiempo en página > 2 minutos
-

FASE 7: Registros y Directorios

Directorios de Psicólogos en Colombia

- ☐ [Doctoralia.co](https://doctoralia.co) (ya tienes perfil)
- ☐ [COLPSIC](https://colpsic.org) - Colegio Colombiano de Psicólogos
- ☐ [1DOC3](https://1doc3.com)
- ☐ [Yelp Colombia](https://yelp.com)
- ☐ [TuMédico.co](https://tumedico.co)

Directorios Locales

- ☐ Páginas Amarillas Colombia
- ☐ Guía de Zipaquirá (periódicos locales)
- ☐ Cámaras de Comercio de Zipaquirá

Directorios Internacionales (para terapia virtual)

- ☐ Psychology Today (USA)
 - ☐ TherapyRoute (internacional)
 - ☐ GoodTherapy.org
-

FASE 8: Redes Sociales (Optimización)

Instagram (@psicomariangaleano)

- ☐ Actualizar bio con link a la web
- ☐ Publicar 3 veces por semana (mínimo)
- ☐ Usar hashtags: #PsicólogoZipaquirá #TerapiaOnline #SaludMental
- ☐ Crear historias destacadas: "Servicios", "Testimonios", "Consultorio"
- ☐ Responder todos los mensajes en menos de 24h

Facebook (Psicomariangaleano)

- ☐ Actualizar info de contacto
- ☐ Activar "Reservar Ahora" (conectar con Calendly)
- ☐ Publicar artículos del blog
- ☐ Crear eventos para webinars gratuitos
- ☐ Pedir reseñas a pacientes satisfechos

LinkedIn

- ☐ Actualizar perfil profesional de María
 - ☐ Agregar URL del sitio web
 - ☐ Publicar contenido profesional (casos anónimos, reflexiones)
 - ☐ Conectar con otros profesionales de salud mental
-

FASE 9: Crear Contenido (Blog)

Primeros 3 Meses

- ☐ **Mes 1:** "5 Señales de que Necesitas Terapia Psicológica en Zipaquirá"
- ☐ **Mes 2:** "Terapia de Pareja en Zipaquirá: ¿Cuándo Buscar Ayuda?"
- ☐ **Mes 3:** "Psicólogo Virtual: Cómo Funciona la Terapia Online"

Estructura de Carpetas para Blog

```
/blog/  
  /5-senales-terapia-zipaquira/  
    index.html  
    imagen-destacada.webp  
  /terapia-pareja-zipaquira/  
    index.html  
    imagen-destacada.webp
```

FASE 10: Acciones SEO Continuas

Semanales

- ☐ Publicar 1-2 posts en redes sociales
- ☐ Responder comentarios y mensajes
- ☐ Monitorear posición en Google (búsqueda manual)

Mensuales

- ☐ Publicar 1 artículo de blog
- ☐ Pedir 2-3 reseñas a pacientes
- ☐ Actualizar Google Business Profile con fotos nuevas
- ☐ Revisar Google Analytics (tráfico, keywords)
- ☐ Actualizar precios o servicios si es necesario

Trimestrales

- ☐ Auditoría SEO completa (errores, velocidad)
 - ☐ Crear backlinks (guest posts en blogs de salud)
 - ☐ Analizar competencia (qué están haciendo otros psicólogos)
 - ☐ Actualizar testimonios
-

FASE 11: Optimización de Velocidad

- ☐ Usar PageSpeed Insights
- ☐ Comprimir todas las imágenes con TinyPNG
- ☐ Activar caché del navegador (en hosting)

- ☐ Minificar CSS y JavaScript
 - ☐ Usar CDN para archivos estáticos (Cloudflare)
 - ☐ Lazy loading para imágenes
 - ☐ **Meta:** Puntaje de 90+ en PageSpeed
-

FASE 12: Email Marketing (Opcional pero Recomendado)

- ☐ Crear cuenta en Mailchimp (gratis hasta 500 contactos)
 - ☐ Agregar formulario de suscripción al blog
 - ☐ Enviar newsletter mensual con:
 - Tip de salud mental
 - Nuevo artículo del blog
 - Oferta especial (descuento en pack de sesiones)
-

FASE 13: Seguridad y Mantenimiento

- ☐ Activar HTTPS (SSL)
 - ☐ Configurar copias de seguridad automáticas
 - ☐ Agregar política de privacidad (obligatorio para GDPR)
 - ☐ Agregar política de cookies
 - ☐ Proteger contra spam (Cloudflare o similar)
 - ☐ Actualizar contenido cada 6 meses
-

FASE 14: Monitoreo de Resultados

Herramientas Gratuitas

- ☐ Google Search Console (errores, keywords)
- ☐ Google Analytics (visitas, conversiones)
- ☐ Google Business Insights (vistas de perfil, llamadas)
- ☐ Ubersuggest (keywords, competencia)

KPIs a Monitorear

- **Posición en Google:**

- "Psicólogo Zipaquirá" → Meta: Top 5 en 6 meses
 - "Terapia de pareja Zipaquirá" → Meta: Top 3 en 6 meses
 - "Psicólogo virtual Colombia" → Meta: Top 10 en 3 meses
 - **Tráfico:**
 - 50+ visitas orgánicas/mes (primeros 3 meses)
 - 200+ visitas/mes (6 meses)
 - 500+ visitas/mes (12 meses)
 - **Conversiones:**
 - 5-10 citas agendadas/mes desde la web
 - 10-20 mensajes de WhatsApp/mes
-

FASE 15: Celebrar los Logros

- ☐ Primera cita agendada desde la web
 - ☐ Primera reseña 5 estrellas en Google
 - ☐ Aparecer en primera página de Google
 - ☐ Aparecer en Top 3 de Google
 - ☐ 100 visitas orgánicas en un mes
 - ☐ Primer paciente internacional por terapia virtual
-

Contacto para Soporte Técnico

Si necesitas ayuda:

- **Hosting:** soporte@hostinger.com
 - **Dominio:** soporte de Namecheap o Hostinger
 - **Google:** support.google.com
 - **Desarrollador:** Juan Sebastián Frásica (LinkedIn)
-

Timeline Estimado

Fase	Duración	Prioridad
Preparación archivos	1-2 días	● Alta
Comprar dominio/hosting	1 día	● Alta
Subir archivos	1 día	● Alta
Google Business Profile	1-2 días	● Alta
Search Console + Analytics	1 día	● Media
Directorios	1 semana	● Media
Primer blog post	1 semana	● Media
Optimización continua	Permanente	● Baja

Total: 2-3 semanas para estar 100% operativo

Recursos Adicionales

- [Guía de SEO Local de Google](#)
- [Google Search Central](#)
- [Moz: Guía de SEO para principiantes](#)
- [Ahrefs Blog - Estrategias SEO avanzadas](#)

¡Éxito con tu sitio web! 