

## Cómo hacer mi primer currículum vitae

No contar con experiencia profesional previa puede cerrar las puertas de muchas ofertas de trabajo, pero no de todas. El mercado laboral requiere también candidatos jóvenes sin experiencia para ocupar puestos específicos en los que se valora tanto la formación académica, como las habilidades y competencias adquiridas por otras vías ajenas a la actividad profesional. Para lograr destacar entre el resto de candidaturas, es imprescindible elaborar un currículum vitae que refleje con claridad y concisión las capacidades y aptitudes del solicitante y los elementos diferenciadores más atractivos para los empleadores.

Por Marta VÁZQUEZ-REINA

3 de junio de 2011

Fuente: eroski consumer

La experiencia profesional previa es uno de los factores que más destacan en su currículum vitae los candidatos que optan por un puesto de trabajo para diferenciarse del resto de postulantes. Sin embargo, no todos los perfiles pueden incluir este apartado en su "hoja de ruta". Los recién titulados o los estudiantes en busca de prácticas carecen, en su mayoría, de una trayectoria laboral que transmita a los empleadores sus cualidades y aptitudes para desarrollar una determinada actividad. ¿Cómo pueden demostrar estas candidaturas su valía en el mercado de trabajo?

La clave está en saber elaborar un primer currículum vitae que refleje la idoneidad del candidato para un puesto a través de su trayectoria académica, sus capacidades y habilidades y otras características particulares que aporten información sugerente y atractiva para los reclutadores.

La formación, sustituta de la experiencia

Las ofertas de trabajo que no requieren experiencia profesional previa de los candidatos son minoritarias en el mercado laboral. Según el informe correspondiente al pasado mes de abril de 2011 del portal de empleo Infojobs, el 70,5% de los puestos ofertados en este periodo solicitaban candidatos con al menos un año de experiencia. No obstante, en este portal se registraron más de 4.000 ofertas para postulantes sin trayectoria profesional anterior y en la web primerempleo.com, especializada en este tipo de puestos, más de 7.200 empresas ofrecen trabajo a estos perfiles.

El aspecto más valorado del currículum vitae de estos candidatos es la formación académica. Así lo afirma Teresa Gentil, directora comercial de primerempleo.com. "La titulación obtenida y la universidad o centro de estudios en la que se haya cursado son los principales factores que se evalúan en estas candidaturas", apunta. "Es importante resaltar -si es posible- los promedios altos en las calificaciones o los premios académicos recibidos", resumen desde primerempleo.com, aunque como recalca Teresa Gentil, "es fundamental ser lo más claro y conciso posible y evitar rellenar el currículum vitae con información irrelevante".

Gentil apunta que es necesario aportar todos los datos que den cuenta de la formación complementaria adquirida, tales como cursos, seminarios, ponencias o exposiciones, "pero siempre que se adecuen al puesto ofertado o que representen algún interés para la empresa que lo ofrece". Lo esencial es que el proceso de aprendizaje refleje los logros y el énfasis y la disciplina que ha puesto el postulante por formarse en el campo de conocimiento requerido.

En la formación, aunque en un apartado diferente a la académica, se incluyen los cursos o actividades formativas para el aprendizaje de idiomas o informática. Respecto a esta, desde el portal infoempleo.com recomiendan señalar el nombre del centro o escuela donde se ha estudiado, los años invertidos, los certificados acreditativos y el nivel obtenido por los candidatos.

Capacidades y aptitudes

Los especialistas en selección de personal recomiendan para los recién titulados sin experiencia el modelo de currículum vitae denominado "funcional", orientado a enfatizar las habilidades, capacidades y aptitudes del candidato para desarrollar con éxito un determinado puesto de trabajo.

Estas competencias se pueden reflejar, por una parte, en el apartado correspondiente al perfil del solicitante de empleo. En esta sección se deben poner de manifiesto los argumentos que lo configuran como un buen candidato para la oferta y describir las cualidades valoradas en el mercado de trabajo que lo definen, tales como la flexibilidad, dinamismo, entusiasmo, creatividad, afán por aprender o capacidad para trabajar en grupo, entre otras.

En el apartado referido a la experiencia, se deben transmitir estas cualidades asociadas a las distintas actividades desarrolladas por el candidato. Ser monitor o entrenador de un equipo deportivo, desarrollar un proyecto de investigación, ser voluntario o cualquier otro trabajo o práctica temporal pueden demostrar al empleador la capacidad de esfuerzo, la disciplina, la habilidad para gestionar un equipo o la responsabilidad que es capaz de adquirir el postulante en el nuevo empleo y su potencial para el futuro.

Elementos diferenciadores

Ante la falta de experiencia laboral, los jóvenes recién titulados deben resaltar en su currículum vitae los elementos diferenciadores de su perfil que pueden atraer a las empresas frente a otras candidaturas con un perfil profesional más extenso. Desde la empresa de reclutamiento Monster destacan que la juventud se debería presentar como "una ventaja más que como un inconveniente".

La carencia de ataduras familiares y la mayor capacidad de adaptación a condiciones laborales "más exigentes" son, con frecuencia, unas cualidades atractivas para optar a determinados puestos de trabajo. Para llamar la atención sobre estos aspectos, en Monster recomiendan a los candidatos resaltar en el apartado de información adicional de su currículum vitae la disponibilidad para trabajar en horarios poco habituales, el interés por la movilidad o cambio de residencia u otras circunstancias que reflejen una actitud abierta y dispuesta ante cualquier modificación o cambio en el puesto de trabajo.

Cinco consejos imprescindibles

Al elaborar el primer currículum vitae, las empresas de selección sugieren seguir determinadas pautas esenciales para que la candidatura sea lo más atractiva posible para los reclutadores:

Recabar información: los candidatos deben informarse bien sobre la empresa que oferta el trabajo y el puesto que se requiere cubrir, para enfocar el currículum hacia las habilidades y competencias que se valoren más en el sector.

Ser realista: antes de postular por una oferta de empleo, el candidato debe valorar con detenimiento si reúne todas las condiciones que se exigen para desarrollarlo. Si no es así, es preferible no enviar la candidatura, antes que adornar el currículum o mentir sobre el perfil disponible.

Claridad y concisión: el currículum debe contener solo la información relevante para el reclutador y tiene que estar organizado de una forma lógica y ordenada que facilite su lectura.

Cuidar la presentación: un papel de buena calidad y una correcta presentación gráfica -con un diseño limpio y sencillo- donde se resalten con recursos tipográficos los aspectos esenciales aporta al seleccionador una primera impresión positiva sobre el candidato. No se debe olvidar revisar la ortografía.

Carta de presentación: conviene adjuntar al currículum una carta de acompañamiento que genere interés en el reclutador y destaque los puntos claves que definen y diferencian al candidato.

Modelos y plantillas

¿Por dónde empezar a elaborar el currículum vitae? Aunque este documento siempre debe ser personalizado, para obtener ideas y pautas genéricas de cómo se confecciona es aconsejable consultar antes los diferentes modelos y plantillas más habituales en el ámbito de selección de personal. Distintos portales y páginas web ofrecen a los usuarios la posibilidad de descargar estos ejemplos y utilizarlos de base para redactar su propio currículum vitae. Estos son algunos de los más destacados:

Modelos y plantillas para crear tu currículum.

- Modelocurrículum.net.
- Plantillas currículum vitae.
- Currículum vitae Europass.
- Currículum vitae formato.
- Plantillas de currículum de Office.
- Ejemplos de Currículum vitae en inglés.