

Habilidades para el currículum que puedes incluir en tu perfil



por **María Martínez** • 18 de septiembre de 2023 • Lectura de 18 minutos

PUNTUACIÓN PROMEDIO

★★★★☆ 4.5/5 estrellas
con 182 reseñas

Prepárate para crear un CV con habilidades que no pase desapercibido durante tu próximo proceso de selección. Nuestros expertos te ayudarán a despejar todas tus dudas sobre qué son las habilidades de un currículum, qué tipos de habilidades hay, qué habilidades puedes poner en tu CV dependiendo de tu puesto y tu sector, ¡y mucho más!

- [¿Qué son las habilidades en un CV?](#)
- [Tipos de habilidades para un CV](#)
- [¿Qué habilidades poner en el CV?](#)
- [¿Cómo y dónde incluir las habilidades en un currículum?](#)



¿Qué son las habilidades en un CV?

Seguro que en más de una ocasión has oído hablar de las habilidades de un CV, también conocidas como competencias o aptitudes. Y es que, últimamente, las habilidades de un currículum se han convertido en un aspecto fundamental a la hora de hablar sobre cuál ha sido la trayectoria y el perfil profesional del candidato.

Pues bien, las habilidades de una persona en el CV hacen referencia a esa serie de rasgos característicos que nos definen a la hora de trabajar tanto en la parte técnica como en la parte personal. Estas pueden ser adquiridas a lo largo de la experiencia o bien ser innatas a cada uno, pero lo que está claro es que una combinación de ambas es lo que te hará un candidato único y competitivo.

Eso sí, no debemos confundir aptitud con actitud, ya que esta última hace referencia a la predisposición que muestra una persona ante una situación o la postura que adopta en un momento determinado. Como ves, no tiene nada que ver con las cualidades que debes mencionar en tu currículum vitae para que los técnicos de RRHH piensen que acaban de encontrar a la persona perfecta para cubrir esa vacante.

[Crear mi CV](#)

Tipos de habilidades para un CV



Como puedes imaginar, existen casi tantas habilidades como personas en el mercado laboral. Esas habilidades sirven, por un lado, para valorar si una persona puede asumir las funciones que son necesarias para desempeñar un puesto de trabajo, pero también para hacer una radiografía de cuál es el perfil de una persona y su manera de comportarse en el entorno profesional.

Dentro de esa amalgama de competencias, encontramos, por una parte, las que están basadas en el conocimiento específico de nuestra área de especialización (habilidades duras o *hard skills* en inglés) y, por otra, esas cualidades personales que nos distinguen del resto y que le aportan un valor añadido a nuestro perfil (habilidades blandas o *soft skills* en inglés).

Entonces, ¿cuál es la diferencia entre habilidades duras y blandas? Pues bien, las duras se refieren a aquellas que son absolutamente imprescindibles para que una persona lleve a cabo un trabajo concreto. Por ejemplo, por mucho que alguien sea un apasionado de la aviación, si no tiene el conocimiento para pilotar un avión, jamás podría acceder a un puesto de piloto comercial en una aerolínea.

Por el contrario, las habilidades blandas se centran en la capacidad que tiene un candidato para desempeñar un trabajo y son conocidas por ser transversales, es decir, tanto un médico como una cajera de supermercado podrán ser expertos en trabajo en equipo, cada uno aplicándolo a su área profesional.

Para que puedas distinguir más fácilmente si una habilidad es dura o blanda, deberás hacerte la siguiente pregunta: “¿Mi nivel en este tipo de habilidad se puede medir mediante una prueba técnica?” Si la respuesta es sí, estás ante una *hard skill*, mientras que si no hay realmente una forma objetiva de medir tu nivel, se tratará de una *soft skill*, ya que son competencias más abstractas y subjetivas.

Para que te quede aún más claro cuáles son los tipos de habilidades para un CV, hemos preparado un listado en el que encontrarás ejemplos de habilidades de un CV, tanto duras como blandas:

Ejemplos de habilidades duras

- Lenguajes de programación
- Primeros auxilios
- Derecho internacional
- Francés nivel C2
- Vacunas de ARN
- Preparación de cocktails
- Optimización de la cadena de montaje
- Herramientas de contabilidad
- Tablas de entrenamiento
- Gestión de la cartera de clientes

Ejemplos de habilidades blandas

- Habilidades comunicativas
- Planificación y organización
- Capacidad para la multitarea
- Empatía y trato amable
- Puntualidad
- Pasión por el sector
- Facilidad para aprender
- Resolución de conflictos
- Compromiso con la calidad del trabajo
- Buena gestión del tiempo

Hasta hace algunos años, los currículums y los procesos de selección se centraban casi exclusivamente en las habilidades duras o técnicas de los candidatos, dado que la competencia era menor y bastaba con comprobar que el aspirante tuviera los conocimientos específicos para el puesto.

Sin embargo, con el incremento de solicitudes para cada vacante, los reclutadores ahora

evalúan a fondo a cada candidato, prestando especial atención a las habilidades blandas, como la inteligencia emocional, la empatía y la capacidad de escucha. Estas competencias interpersonales son clave, especialmente en roles de liderazgo, ya que es más fácil delegar o aprender habilidades técnicas que desarrollar rasgos personales necesarios para gestionar equipos y colaborar de manera eficaz.

¿Qué habilidades poner en el CV?

Como acabas de leer, las habilidades de un candidato son cualidades intransferibles que le proporcionan a cada persona su señal de identidad y, por qué no decirlo, su marca personal. Por lo tanto, para saber qué habilidades poner en tu CV tendrás que analizar varios factores que aplican exclusivamente a tu situación profesional:

- Cuáles son las peculiaridades de tu sector
- Qué competencias aparecen mencionadas en la oferta de trabajo
- Cuáles son tus puntos fuertes a nivel técnico y personal
- Qué habilidades pueden estar incluyendo tus posibles competidores

Al tener estos cuatro aspectos en cuenta, podrás crear un CV con habilidades que te ayuden a posicionarte como un candidato que conoce las tendencias del mercado y que sabe [cómo hacer un curriculum vitae](#) que no pase desapercibido ante la mirada de los técnicos de Recursos Humanos. Por lo tanto, las habilidades para poner en un currículum deben ser personales, relevantes y adaptadas a cada puesto que vayas a solicitar. A continuación puedes ver ejemplos de habilidades en un CV para algunos de los puestos y sectores más populares en España.

Ejemplos de habilidades por sector profesional

Finanzas

- Contabilidad técnica
- Fusiones y adquisiciones
- Visión estratégica
- Persuasión
- Manejo de información confidencial
- Coordinación con despachos externos
- Carteras de inversión
- Letras del Tesoro
- Estudios de mercado
- Ajuste de presupuestos

Hostelería

- Gestión de proveedores
- Control de stock
- Habilidades comerciales
- Orientación al cliente
- Gestión de turnos
- Paciencia
- Gestión de residuos
- Optimización de recursos
- Destrezas numéricas
- Manejo de terminales de cobro

Limpieza

- Manejo de residuos y reciclaje
- Priorización de tareas
- Cumplimiento de normas de seguridad
- Barrido, trapeado, pulido y desinfección
- Uso de productos químicos
- Atención a los detalles
- Optimización del tiempo

- Actitud amable y profesional
- Flexibilidad horaria
- Versatilidad y adaptación

Servicios sociosanitarios

- Atención al paciente
- Vocación de servicio
- Comunicación asertiva
- Gestión del estrés
- Flexibilidad horaria
- Cercanía con los pacientes
- Control de las emociones
- Procedimientos quirúrgicos
- Triage
- Gestión del tiempo

Informática

- Desarrollo web
- Ciberseguridad
- Manejo de datos en la nube
- Inteligencia artificial
- Lenguajes de programación
- Gestión de bases de datos
- Redes
- Identificación de fallos
- Pensamiento analítico
- Alto grado de autonomía

Enseñanza

- Resolución de conflictos
- Hablar en público
- Realización de pruebas de nivel
- Creación de planes educativos
- Tutorías con los padres
- Mediación intercultural
- Inteligencia emocional
- Pensamiento creativo
- Habilidades organizativas
- Adaptación curricular

Ejemplos de habilidades por puesto de trabajo

Entrenador deportivo

- Disciplina
- Capacidad de motivación
- Optimismo
- Empatía
- Prevención de lesiones
- Conocimientos anatómicos
- Adaptación de ejercicios
- Mejora del rendimiento deportivo
- Técnicas de musculación
- Psicología deportiva

Productor de televisión

- Creatividad
- Pensamiento crítico

- Buena reacción ante imprevistos
- Dominio de equipamiento técnico
- Coordinación de equipos
- Pasión por la comunicación
- Buena coordinación manual y visual
- Gusto estético
- Atención al detalle
- Preparación de localizaciones
- Gestión de proyectos

Peluquero

- Experto en tendencias, técnicas y tratamientos
- Amabilidad y paciencia
- Sentido artístico y creativo
- Gestión de citas
- Atención telefónica
- Minuciosidad
- Asesoramiento estético
- Concentración
- Habilidades comerciales
- Gestión de proveedores

Ingeniero

- Pensamiento analítico
- Emprendimiento
- Autoaprendizaje
- Innovación
- Matemáticas avanzadas
- Perseverancia
- Aproximación lógica al trabajo
- Generación de informes
- Herramientas informáticas
- Comunicación verbal y escrita

Traductor

- Herramientas de traducción
- Buena gestión del tiempo
- Capacidad para trabajar de forma autónoma
- Habilidades de investigación
- Copywriting
- Técnicas de revisión y edición
- Memorias de traducción
- Flexibilidad
- Organización y planificación
- Gestión de proyectos

Dependiente

- Capacidad para manejar la caja registradora
- Gestión de ofertas y promociones
- Cambios y devoluciones
- Habilidades para el etiquetado
- Carácter amable
- Capacidad de escucha
- Discreción
- Buena apariencia física
- Habilidades comerciales
- Coordinación de inventario

Camarero

- Servicio de mesa
- Habilidad para el manejo de la bandeja
- Toma de comandas
- Manipulación segura de los alimentos
- Manejo de la caja registradora
- Orientación al cliente
- Prácticas de higiene y limpieza
- Puntualidad y disciplina
- Trato amable y educado
- Buena apariencia física

Maestra

- Contenidos curriculares
- Definición de objetivos de aprendizaje
- Estrategias de evaluación
- Gestión del aula
- Manejo de tecnologías educativas
- Adaptación de los métodos de enseñanza
- Organización de actividades escolares
- Paciencia y empatía
- Mentoría a los estudiantes
- Gestión de conflictos

Comercial

- Conocimiento técnico del producto
- Habilidades de negociación
- Trabajo en equipo
- Dominio de técnicas de venta
- Gestión de CRM
- Persuasión y carisma
- Medición de KPIs
- Comunicación efectiva
- Orientación a resultados
- Adaptabilidad y flexibilidad

¿Cómo y dónde incluir las habilidades en un currículum?

Si tienes dudas sobre dónde poner las habilidades en el CV, lo primero que debes saber es que tus competencias tienen que aparecer a lo largo de todo tu curriculum vitae. Esto quiere decir que, en prácticamente todas las secciones, tienes que dejar claro el tipo de profesional que eres. Decimos prácticamente porque como puedes intuir, hay ciertos apartados como el de “Datos personales” o “**Formación académica**” en los que no habrá lugar para hablar sobre tus competencias.

Sin embargo, en las secciones “Perfil profesional”, “Experiencia profesional” y, por supuesto, “Aptitudes”, no solo puedes sino que debes explicar en profundidad cuáles son tus habilidades más destacadas para conseguir que tu currículum no pase desapercibido.

Habilidades en un CV: sección “Perfil profesional”

Tu misión es hacer que la persona que reciba tu curriculum vitae empiece a leerlo y sepa a los pocos segundos que cuentas con ciertas habilidades que son imprescindibles para seguir avanzando en el proceso de selección. Por eso es fundamental que redactes un **perfil profesional** conciso pero eficaz en el que hables sobre cuál es tu profesión, cuál ha sido tu trayectoria, cuáles son tus objetivos profesionales y cuáles son tus competencias más

destacadas.

Ejemplo de habilidades en el perfil profesional

Profesional de enfermería con 12 años de experiencia ofrece conocimientos sanitarios demostrados, capacidad de liderazgo y conocimientos técnicos. Capacitada para actualizar el historial de los pacientes, supervisar la medicación y trabajar con equipos multidisciplinarios para optimizar los cuidados médicos. Eficiente y profesional con sólidas habilidades interpersonales.

Habilidades en un CV: sección “Experiencia profesional”

A la hora de hablar sobre cuáles han sido tus puestos de trabajo anteriores, no solamente tienes que mencionar el nombre de la empresa y las fechas de inicio y finalización de tu contrato, sino también las tareas más importantes de las que eras responsable. Y ahí es precisamente donde debes aprovechar para sacarle el máximo partido a tus habilidades, ya que te permiten explicar de forma detallada cuáles eran tus funciones y cuál era tu actitud en el entorno laboral.

En nuestro generador de CV puedes encontrar textos predefinidos para crear fácilmente esta sección, como puedes ver a continuación.

Ejemplo de habilidades en la experiencia profesional

Enfermera
Clínica Quirónsalud – Madrid
Febrero 2018 – Actualmente

- Preparación y administración de medicamentos conforme a las prescripciones facultativas.
- Toma de muestras PCR para laboratorio.
- Ajuste del equipo de soporte vital y dispositivos periféricos para proporcionar asistencia a los pacientes más delicados.
- Documentación y gestión de historiales clínicos del centro médico con total confidencialidad.

Habilidades en un CV: sección “Aptitudes”

Y, por supuesto, tus habilidades no pueden faltar en la sección dedicada específicamente para hablar sobre ellas. Es la forma más sencilla y visual de convencer a los reclutadores de que acaban de encontrar el currículum en el que estaban pensando cuando publicaron la oferta de empleo. Recuerda que debes incluir un número razonable de habilidades para que no les quites espacio a otras secciones, que deben ser una combinación entre habilidades duras y habilidades blandas, y que deben ser relevantes con respecto a los requisitos que se mencionan en la descripción del puesto al que aspiras.

Ejemplo de habilidades en las aptitudes

- Gestión de crisis y urgencias
- Buen trato al paciente
- Manejo de instrumental médico
- Trabajo en equipo
- Resistencia física
- Flexibilidad horaria
- Cuidado preoperatorio y posoperatorio
- Administración de medicación prescrita

¿Qué tipo de habilidades de CV son las más valoradas por RRHH?

Si nos remontamos a cómo se hacían los currículums hace unos años, tenemos que reconocer que siempre se les ha dado más importancia a las habilidades duras, es decir, al conocimiento técnico del candidato. Esto se debe, entre otras cosas, a que antes no existía el nivel de competencia en los procesos de selección que hay hoy en día. Por lo tanto, si alguien estaba optando a un puesto de ingeniero informático, por ponerte un ejemplo, únicamente se ponía el foco de atención en comprobar si la persona tenía conocimientos de lenguaje de programación, redes o aplicaciones web.

Sin embargo, hoy en día se presentan tantas personas a una misma vacante, que los técnicos de selección quieren saberlo todo de los candidatos para estar totalmente seguros de que están eligiendo a la persona correcta. Por eso, aparte de los conocimientos que hayas adquirido a lo largo de tu formación o de tu experiencia, ahora también se les da mucha importancia a esos rasgos intrínsecos a cada persona que definen su manera de actuar y de comportarse en el entorno profesional.

De hecho, los equipos de Recursos Humanos nos han confesado que hoy en día, para ser un buen líder, es más importante que la persona cuente con habilidades blandas como la inteligencia emocional, la empatía o la capacidad de escucha a que sepa de contabilidad o de marketing, ya que podrá delegar en sus equipos para que se encarguen de la parte técnica, porque aprender sobre emociones es más complicado que saber sobre un área del negocio. Y no solo lo decimos nosotros: según un [estudio de LinkedIn publicado por la revista Forbes](#), el 92 % de los reclutadores confiesan que las habilidades blandas son más determinantes que las duras a la hora de valorar a un candidato.

Crear mi CV

Las habilidades de CV más demandadas según LinkedIn

En un mercado laboral tan competitivo como el nuestro, en el que a pesar de que las cifras de desempleo son bastante mejores que hace unos años sigue habiendo más demanda que ofertas de trabajo, es fundamental ponérselo fácil a los empleadores y darles a los reclutadores justo lo que están buscando. Por eso, es importante especializarse y demostrarles a tus futuros empleadores que cumples con todos esos requisitos.

¿Y cómo puedes saber qué buscan exactamente las empresas? Por suerte, LinkedIn nos trae la respuesta a esa pregunta en forma de un estudio exhaustivo en el que podemos descubrir qué habilidades poner en el CV tanto a nivel profesional como personal.

Aquí tienes las 10 habilidades blandas que, según el gigante LinkedIn, son las que buscarán las empresas a nivel internacional:

1. Habilidades de gestión y dirección
2. Buena comunicación
3. Atención al cliente
4. Liderazgo
5. Aptitudes para la venta
6. Gestión de proyectos
7. Recursos para la investigación
8. Competencias analíticas
9. Conocimientos de marketing
10. Trabajo en equipo

Y aquí tienes las 10 habilidades duras que, por el momento tecnológico puntero en el que vivimos, son las que a todo técnico de Recursos Humanos le gustaría encontrar en el candidato ideal:

1. Software development
2. SQL
3. Finanzas

4. Python
5. Java
6. Análisis de datos
7. Javascript
8. Cloud computing
9. Administración de la producción
10. Software de CRM (Customer Relationship Management)

¿Qué te parecen las habilidades propuestas por LinkedIn? ¿Se ajustan a tu perfil? ¿Te animas a aprender alguna de las habilidades técnicas que mencionan en su análisis para ajustarte a las tendencias del mercado actual? Sea como fuere, te recomendamos mantener este listado a mano para que no pierdas de perspectiva las cualidades que busca RRHH a la hora de hacer tu CV con habilidades.

Consejos para añadir las habilidades en un CV

Antes de ponerte manos a la obra para redactar un CV con habilidades, presta atención a las cinco recomendaciones que encontrarás a continuación. Seguro que así te resulta mucho más fácil crear el currículum con habilidades que a cualquier técnico de Recursos Humanos le gustaría recibir.

1 Analiza la oferta que vas a solicitar

Es probable que, en más de una ocasión, nos hayas escuchado decir que en la descripción del puesto al que aspiras siempre hay mucha más información de la que te imaginas. Por eso, es fundamental que leas detenidamente la oferta y extraigas aquellas palabras clave que se refieren al tipo de competencias que buscan en el candidato ideal. Así, podrás incluir las que sean relevantes en tu curriculum vitae y pasar el filtro de los sistemas ATS para avanzar en el proceso de selección y llegar a la fase de entrevistas.

2 Mantente al día de las últimas tendencias

La mayoría de los sectores, sobre todo aquellos que tienen que ver con la digitalización, están en continuo cambio. Por lo tanto, deberás demostrarles a los responsables de RRHH que conoces las novedades de tu sector y que has sabido actualizar tu perfil en consecuencia.

Te ponemos un ejemplo: imagina que eres un especialista de marketing y añades como competencias *e-mail marketing*, creación de embudos de ventas y generación de informes. Con estas tres competencias, un tanto desfasadas en nuestra opinión, tendrás menos probabilidades de que tu perfil llame la atención que si añades como aptitudes gestión de campañas con *influencers*, experto en *user experience* y generación de contenido en redes sociales.

3 Preséntate como un candidato único

Incluir algunas de las aptitudes que aparecen en la oferta es fundamental para que tu currículum no sea descartado a la primera de cambio. Sin embargo, si de verdad quieres que tu perfil destaque, tienes que saber jugar tus cartas y tomar algunos riesgos. Por ejemplo, imagínate que decides incluir 20 competencias en total (contando con las que añadas en la sección de "Aptitudes" y las que aparezcan en el resto de secciones). De esas 20, nuestro consejo es que incluyas alrededor de 15 que coincidan con los requisitos de la oferta - siempre pensando en los filtros ATS, pero que reserves otras cinco para demostrar que tu perfil tiene algo diferente al resto. Ante dos currículums iguales, esas habilidades "extra" podrán ayudarte a desbancar al resto.

4 Intenta que haya un equilibrio entre habilidades duras y blandas

Aún hay muchos candidatos que se centran en su conocimiento técnico porque creen que así tendrán más posibilidades de llegar a la fase de entrevistas, pero nada más lejos de la realidad. Como has leído más arriba, solo aquellos que puedan demostrar que han adquirido ambos tipos de competencias a lo largo de su carrera serán capaces de conseguir sus **objetivos profesionales**. Es probable que te resulte difícil añadir un 50 % de habilidades duras y un 50 % de habilidades blandas, y de hecho no tienes por qué hacerlo de manera tan estricta. Solo queremos recordarte que ambos tipos de habilidades para un CV son igualmente importantes, así que asegúrate de que esté reflejado en tu curriculum vitae.

5 Incluye habilidades que te representen al 100 %

Coger ideas y fijarse en los **ejemplos de currículum** de otros candidatos para ver el tipo de habilidades que han incluido en su CV está muy bien, pero lo que no puedes hacer es mencionar competencias que no se ajustan a tu perfil. Sabemos que, en un mercado laboral con tanta competencia, puede resultar tentador inflar el currículum para intentar convencer a los reclutadores de que nos tienen que dar una oportunidad. Sin embargo, mentir tiene un recorrido muy corto, ya que los expertos en contratación son precisamente eso: expertos en identificar y comprobar que la información que aparece en tu CV es cierta. No te la juegues y añade habilidades en tu CV que puedas demostrar.



Preguntas frecuentes sobre las habilidades del currículum

1 ¿Cuáles son las mejores habilidades de un CV para puestos de liderazgo?

Si vas a optar a un puesto como mando intermedio, jefe de equipo o responsable de una empresa, debes demostrar que cuentas con el conocimiento propio del sector en general y del negocio en particular, pero además, con las capacidades necesarias para gestionar capital humano. Ahí está la diferencia entre un manager y un líder, así que apunta las habilidades que encontrarás a continuación y valora incluirlas en tu currículum:

- Capacidad para trabajar bajo presión
- Trabajo en equipo
- Capacidad de escucha
- Habilidades comunicativas
- Trato amable y cercano
- Capacidad para delegar responsabilidades
- Carácter emprendedor
- Iniciativa y proactividad
- Enfocado a objetivos
- Inteligencia emocional

2 No tengo experiencia profesional, ¿qué habilidades para currículum debo incluir?

Antes de responderte, queremos que sepas que todo el mundo cuenta con ciertas habilidades duras y blandas, independientemente de su nivel de experiencia. Es cierto que hay algunas competencias que se adquieren a lo largo de la trayectoria profesional, pero también hay otras que te las puede dar tu formación, por no hablar de las que son innatas a cada persona. Es decir, siempre hay habilidades para poner en un CV.

cada persona. Es decir, siempre hay habilidades para poner en un CV.

Por lo tanto, lo primero es pensar en el tipo de trabajo al que quieres optar, así como en las características específicas de tu sector. Por ejemplo, si quieres optar a un puesto en el departamento de Contabilidad de una empresa, puede que aún sea demasiado pronto para añadir como habilidad tu capacidad para realizar auditorías financieras, pero sí puedes incluir tus habilidades numéricas. Como ves, se trata de ser sincero y de adaptar tus habilidades duras a tu nivel de experiencia.

De hecho, en tu caso, los técnicos de selección les darán mucha más importancia a tus habilidades blandas para valorar si mereces encontrar tu primera oportunidad laboral. Demuestra tu motivación y tus ganas de aprender a través de aptitudes como proactividad, flexibilidad, trabajo en equipo, toma de iniciativa, dinamismo, rapidez de aprendizaje, dominio de nuevas tecnologías o carácter amable.

3 ¿Existe un número específico de habilidades que poner en un CV?

El mundo de los currículums no es una ciencia exacta, por lo que todas las recomendaciones que puedes encontrar en los artículos de ayuda de miCVideal son a nivel general. Es por esto que, dependiendo de tu nivel de experiencia, del tipo de formato de currículum que decidas utilizar y de las necesidades propias de tu sector, deberás añadir más o menos habilidades a tu curriculum vitae. En general, nuestro consejo es incluir entre seis y ocho aptitudes en la

Preferencias relacionadas con las cookies

El Sitio y nuestros socios pueden utilizar cookies para mejorar tu experiencia, analizar el uso que haces del Sitio y ayudarnos en nuestras acciones de marketing. Visita nuestra [Política de Cookies](#) para obtener más información. Haz clic en **Configuración de cookies** para ajustar tus preferencias. Para permitir que se usen todas las cookies, haz clic en **Aceptar todas**.

**Configuración
de cookies**

Aceptar todas