

DANIEL BLANCO

Haz que te encuentren, no que te busquen.

BRIEF DE CONTENIDO

Sitio	https://tusitioweb.com/heridas-de-la-infancia/
Publicado en	Blog
Categoría	Psicología
Intención de búsqueda	Informacional
Número de palabras sugerido	Entre 1500 y 2500 (base un análisis de competidores)

LEER: ES MUY IMPORTANTE

Optimización del artículo	• La palabra clave principal debe aparecer entre los primeros párrafos del texto de forma natural. • Es importante incluir variantes de la palabra clave principal (<i>keywords secundarias</i>) de forma natural en el texto. • En el apartado enlaces, verá los enlaces que se deben añadir al artículo, tanto enlaces internos como externos. • Si quieres añadir algún enlace externo extra, por favor, usa fuentes fiables como Google Académico o Wikipedia. • Utiliza negritas de forma inteligente, “<i>ni mucho ni poco</i>”, algo normal, y siempre para referenciar frases importantes.
---------------------------	--



DANIEL BLANCO

Haz que te encuentren, no que te busquen.

DETALLES TÉCNICOS

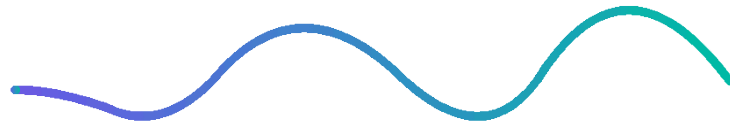
Palabra clave principal	Heridas de la infancia
Palabras claves secundarias	las heridas de la infancia heridas de la infancia y sus mascararas cuales son las heridas de la infancia sanar heridas de la infancia las cinco heridas de la infancia cinco heridas de la infancia transformando las heridas de la infancia que son las heridas de la infancia tipos de heridas de la infancia curar heridas de la infancia mascararas de las heridas de la infancia cuales son las cinco heridas de la infancia las mascararas de las heridas de la infancia como curar heridas emocionales de la infancia sana tus heridas de la infancia 8 heridas emocionales de la infancia como transformar las heridas de la infancia heridas de la infancia en la adultez heridas de la infancia humillacion la herida de la infancia psicologia heridas de la infancia heridas infancia que son las heridas de la infancia heridas de la vida huellas de la infancia dime como eres y te dire que herida emocional tienes herida del abandono y su mascara heridas del alma y sus mascararas injusticia emocional la herida de rechazo la herida del rechazo personas heridas



DANIEL BLANCO

Haz que te encuentren, no que te busquen.

	las mascararas de las heridas de la infancia como curar heridas emocionales de la infancia sana tus heridas de la infancia 8 heridas emocionales de la infancia como transformar las heridas de la infancia heridas de la infancia en la adultez heridas de la infancia humillacion la herida de la infancia psicologia heridas de la infancia heridas infancia que son las heridas de la infancia heridas de la vida huellas de la infancia dime como eres y te dire que herida emocional tienes herida del abandono y su mascara heridas del alma y sus mascararas injusticia emocional la herida de rechazo heridas emocionales de la infancia herida de la humillacion la herida del rechazo personas heridas
Referencias para crear el artículo	1. https://www.terapify.com/blog/5-heridas-de-la-infancia-mas-comunes-y-como-sanarlas/ 2. https://emmaribas.com/las-heridas-de-la-infancia-que-son-y-los-5-tipos/ 3. https://somoestupendas.com/heridas-de-la-infancia/
Enlaces internos	Incluir dos enlaces interno hacia estás URLs: 1. https://tusitioweb.com/heridas-emocionales/ 2. https://tusitioweb.com/el-poder-de-la-sanacion/ Deben estar enlazados de forma natural.
Enlaces externos	Enlazar está URL en el post de forma natural:



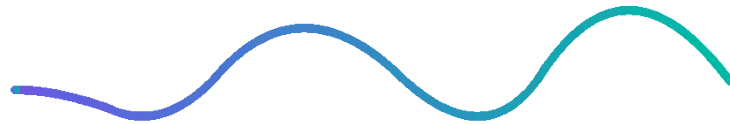
DANIEL BLANCO

Haz que te encuentren, no que te busquen.

	https://www.pastoraljuvenil.es/wp-content/uploads/2016/10/446_2.pdf
Alerta	Tanto la palabra clave principal como la secundaria deben escribirse de forma natural, como lo haría un humano. NO SE PUEDE USAR IA.

CONTENIDO SEO

H1	Heridas de la infancia: cuáles son y cómo puedes sanarlas
H2 H3 H4 FAQ	Incluye una descripción corta que dé inicio al artículo de unas 100/150 palabras H2: ¿Qué son las heridas de la infancia? Explicar qué son las heridas de la infancia y cuál es su origen. H2: Las 5 heridas de la infancia más frecuente en adultos Una pequeña introducción que conecte el qué son con cuáles son y donde se explique que, las principales o más conocidas por diversos libros o medios son rechazo, abandono, humillación, traición e injusticia, pero hay más, y desarrollar las siguientes: H3: Herida de abandono en la infancia



DANIEL BLANCO

Haz que te encuentren, no que te busquen.

H3: Herida de rechazo en la infancia

H3: Herida de la humillación en la infancia

H3: Herida de traición en la infancia

H3: Herida de la infancia y la injusticia

H2: ¿Cómo sanar las heridas de la infancia adecuadamente?

Desarrolla este listado de ideas y respóndelas de forma breve:

- Reconoce el problema
- Háblalo con alguien
- Rodéate de personas que te inspiren
- Lee y aprende acerca de las heridas para identificar la tuya
- Practica alguna actividad que implique cuidarte
- Aprende a poner límites

H2: 5 ejercicios para sanar las heridas de la infancia

Menciona 5 ejercicios prácticos que pueda hacer el individuo por su cuenta como escribir una carta a su niño interior, por ejemplo, y menciona los beneficios o propósito de cada ejercicio.

H2: Algunas técnicas para sanar heridas de la infancia

En las técnicas menciona al menos 5 como la meditación, bioneuroemoción, escritura reflexiva, terapia del perdón, entre otras y explica brevemente sus beneficios/propósito.

H2: ¿Cómo saber si tengo heridas de la infancia por resolver?

Escribe un texto de entre 100 y 300 palabras abordando la forma para descubrir si la persona tiene heridas de infancia.

H2: Conclusiones sobre las heridas de la infancia



DANIEL BLANCO

Haz que te encuentren, no que te busquen.

	Da un resumen breve del tema y cierra con una invitación a evaluar qué heridas emocionales tiene para trabajarlas para una mejor calidad de vida, especialmente a nivel emocional. H2: Preguntas frecuentes ¿Cómo superar heridas de la infancia con la neurociencia? ¿Cómo transformar las heridas de la infancia en algo positivo? ¿Cómo afectan las heridas de la infancia a la vida adulta? ¿La meditación “Yo soy” puede sanar traumas profundos y heridas emocionales de la infancia?
--	--

METADATOS

Meta título (60 caracteres)	5 heridas de la infancia que pueden afectar tu vida adulta
Meta descripción (160 caracteres)	Las heridas de la infancia afectan a nuestra vida adulta si no se tratan adecuadamente, aquí te mostraremos cuáles son y como sanarlas.

© Todos los derechos reservados a Daniel Blanco.

Atención, este documento no puede utilizarse para uso comercial o personal sin autorización expresa del propietario.