



Guía de Facebook

para Distribuidores Reliv

INTRODUCCIÓN

Facebook (FB) es una herramienta fantástica para conectarse con amigos y promover tu propio negocio y marca. Tal vez pienses que has hecho un buen trabajo de promover tu negocio en el pasado, pero realmente te estás perdiendo un crecimiento exponencial para tu negocio si no tienes una cuenta en Facebook y has comenzado a interactuar con tus amigos.

Esta guía está diseñada como un documento de Preguntas y Respuestas, donde vamos a responder a muchas de tus inquietudes. Ya sea que necesites ayuda configurando un Grupo o que no sepas cómo subir una foto de perfil, aquí encontrarás soluciones y sugerencias.

Sin embargo, lo que no incluye dentro de las Preguntas y Respuestas es el “por qué” usar esta plataforma. Por lo tanto, en esta introducción vamos a explicar cómo puedes maximizar tu presencia en Facebook y por qué te recomendamos utilizar las herramientas que mencionamos.

La Regla 80/20

Ya sea que estés publicando en tu página de Perfil Personal, en la Biografía de un amigo, o en tu Grupo de FB, toma en cuenta la regla 80/20. Ésta dice que el 80% del contenido que estés creando debe contener una semblanza de quién eres y qué te motiva. La única razón por la que las personas aceptan solicitudes de amistad e invitaciones es que quieren saber algo de ti. Si saturas a tus amigos y seguidores con mensajes constantes sobre tu negocio y/o producto, rápidamente perderán el interés y te quitarán como amigo o dejarán de seguirte.

Veinte por ciento del contenido debe ser acerca de tu negocio o producto, pero inclusive entonces, éste debe mostrarse de una manera alegre y divertida. Recuerda, tú eres tu marca. Debes vivir tu sistema de creencias todos los días; así que, cuando estás vendiendo productos Reliv, se da por sentado que tengas una inclinación natural a estar saludable. Subir fotos de tu familia cultivando un huerto, tu plato más saludable, o incluso una cita inspiradora, se ajusta muy bien a los productos y a la marca Reliv.

Grupos vs Páginas Empresariales en FB

Recomendamos seriamente crear un **Grupo** en vez de una **Página Empresarial**, y las razones son simples.

Por ejemplo, los Grupos van a ser más visibles en la Sección de Noticias de una persona, lo cual es exactamente lo que quieres y necesitas.

En segundo lugar, los grupos transmiten una sensación de comunidad. Cualquier persona puede publicar y compartir contenido que ayude a fomentar la discusión.

Con una página empresarial, las únicas publicaciones que serán fácilmente visibles serían las tuyas. Los mensajes de tus seguidores serán empujados a la columna derecha de tu página y no es fácil de navegar a través de ellas.

Respetando las Reglas de Reliv

Cuando estás empezando a configurar tu cuenta de Redes Sociales, es fácil dejarse llevar y querer personificar la marca Reliv. Nos encanta el entusiasmo de nuestros Distribuidores y les deseamos mucho éxito; pero tenemos que ser precavidos cuando se utilizan las Redes Sociales, ya sea Facebook, Instagram, Twitter, Sitios Web, etcétera.

Cuando creas un sitio web, una cuenta de Facebook, etc. NO PUEDES utilizar marcas comerciales de Reliv en tu perfil o URL, a menos que especifiques muy claramente que eres "Distribuidor Independiente de Reliv". Con este propósito, creamos una cuenta de Flickr para nuestros Distribuidores que contiene muchas fotos de Reliv. Ya sea que se trate de imágenes de los últimos viajes patrocinados por Reliv o gráficos para una reunión informativa, hay una infinidad de álbumes. Para accederlos sigue estas instrucciones: 1. Entra en Flickr.com/reliv 2. Selecciona "Albums". Podrás ver el álbum titulado "Reliv Logos". Las imágenes con el texto "Distribuidor Independiente" son un gran recurso para una foto de perfil.

Como recordatorio, todas las comunicaciones deben seguir las Políticas y Procedimientos de Reliv. Cada Distribuidor es responsable de que todo el contenido publicado en Facebook o cualquier otra plataforma de redes sociales cumpla con las Políticas y Procedimientos de Reliv y otras leyes, reglamentos o directrices establecidas por la Oficina de Alimentos y Fármacos (FDA), la Comisión Federal de Comercio (FTC) y la Asociación de Venta Directa (DSA). Todo el contenido debe sujetarse, pero no está limitado, a lo siguiente:

- No debe estar asociado con cualquier organización política o religiosa
- No debe dañar o impugnar el nombre o la reputación de Reliv, sus productos o sus Distribuidores
- No debe hacer uso indebido de marcas registradas de Reliv, nombres de productos, u otra propiedad intelectual
- No debe promover, directa o indirectamente, cualquier otra empresa de venta directa o de mercadeo por redes (sin importar los productos ofrecidos) o cualquier producto que le haga competencia a los que vende Reliv (incluyendo, pero no limitado a, suplementos nutricionales y productos de belleza).
- No debe contener descripciones de los productos, supuestas ventajas, fotos o ilustraciones que sean falsas, engañosas o confusas.

Asimismo, siempre es bueno recordar respetar a los demás en tu red; de evitar insultos étnicos, religiosos, raciales o personales; de no usar obscenidades o exhibir cualquier conducta que no sea aceptable para Reliv. Los Distribuidores también deben mostrar debida consideración por la privacidad de los demás y no tocar temas que consideren objetables. También es una buena práctica el no mezclar tus asuntos de negocio con cualquier otro mensaje religioso o político. Recuerda que tienes un negocio y quieres atraer al mayor número posible de lectores. No hay manera más rápida de alejar a tus clientes que publicando mensajes religiosos o políticos en las redes sociales que se asocien con tu negocio. ¡Mantén esos temas separados en todo momento y tu audiencia crecerá!

Siempre y cuando te sujetes a las reglas, ¡las Redes Sociales pueden ser muy divertidas y realmente te ayudarán a desarrollar tu negocio! Si no lo has hecho ya, esperamos que te incorpores muy pronto al ambiente de las Redes Sociales de Comunicación. La siguiente página contiene nuestro índice de temas, el cual indica el tipo de contenido que encontrarás. ¡Esperamos que lo disfrutes!

ÍNDICE

- 4 A. Configura tu cuenta Facebook**
Desde cómo personalizar tu perfil hasta cómo enviar una solicitud de amistad, conocerás los pormenores de tu cuenta personal de Facebook.
- 9 B. Navega por tu Página Inicial**
Ahora que has dominado tu perfil de Facebook, es hora de aventurarse en tu página de inicio. Puede parecer un poco intimidante, pero con estas Preguntas y Respuestas estarás en condiciones de comenzar en poco tiempo.
- 10 C. Messenger**
Messenger puede parecer innecesario al principio, pero es realmente una gran herramienta cuando quieras mandar mensajes directos. ¡Incluso tiene una opción para videoconferencia! Consulta esta sección si deseas llevar tu experiencia con Facebook al siguiente nivel.
- 11 D. Grupos de Facebook**
Página Empresarial vs. Grupo... ¿Cuál es mejor?
Respondemos aquí esa pregunta, y te decimos cómo tú mismo puedes configurar un grupo.
- 12 E. Fotos**
Aprende a cargar, etiquetar y editar tus fotos.
- 16 F. Eventos**
Cómo crear, aceptar una invitación o declinar un evento.
- 18 G. ¿Qué Sigue? ¿Quién sigue?**

A. Configuración de tu cuenta de Facebook

¿Cómo puedo crear una cuenta en Facebook?

1. Conéctate a Internet (Chrome, Explorer, Safari, Firefox, etc.)
2. Ve a www.facebook.com y elige el idioma español en la parte inferior de la página inicial. En caso que prefieras manejar tu página en inglés, esta guía también está disponible en inglés en el sitio web de reliv.com.
3. Ingresa tu nombre, correo electrónico (o número de teléfono móvil), contraseña (generada por ti), fecha de nacimiento y género.
4. Presiona el botón **Registrarte**.
5. Confirma el correo electrónico o número telefónico que proporcionaste.

NOTA: Si intentas crear un perfil para promover un negocio, producto u organización, tendrás que crear una Página o un Grupo. Entraremos en más detalle acerca de cómo hacerlo más adelante.

¿Cómo confirmo mi cuenta de Facebook?

El propósito de confirmar tu correo electrónico o número telefónico es verificar que eres el propietario real del correo electrónico o número que utilizaste para crear la cuenta. Además, permite que Facebook sepa que está enviando su correspondencia al lugar correcto.

Confirmación por teléfono móvil: Introduce el código que se te está enviando por mensaje de texto en el cuadro Confirmar que aparece al iniciar sesión.

Confirmación por correo electrónico: Selecciona el enlace que se te envió al correo electrónico que indicaste para crear tu cuenta de Facebook.

¿Qué sucede si no puedo encontrar el código o el enlace?

Solución de Problemas con Teléfono Móvil

1. Comprueba que hayas introducido tu número de móvil correcto. (No es necesario añadir ningún – ó +, o cualquier otro número). Si descubres que el número telefónico que indicaste al principio es incorrecto, puedes actualizarlo y solicitar que te envíen de nuevo el código a través de texto.
2. Indícales que te envíen el código otra vez. Puede ser que veas en la pantalla una notificación que diga que has agotado el límite máximo de códigos. En ese caso, espera unos días y vuelve a intentarlo.
3. Otra solución es crear una cuenta de FB con tu correo electrónico en lugar de tu teléfono móvil.

Solución de Problemas con Correo Electrónico

1. Comprueba tu carpeta de correo basura/spam.
2. Si usas Gmail, comprueba tu etiqueta Social, en la parte superior de la cola de correo electrónico.
3. Comprueba que hayas introducido la dirección de correo electrónico correcta.
4. Intenta crear tu cuenta de FB con un número móvil en vez de un correo electrónico.

¿Qué es “Mi Perfil”?

Tu perfil es el medio en el que vas a compartir información con tus amigos. Pueden ser fotos, mensajes, tu ciudad natal, tus intereses, etc.

Tu perfil también contiene tu Biografía (línea de tiempo, cronología). Tu Biografía es donde tú y otras personas pueden ver tus propios mensajes y los mensajes en los que te han etiquetado. Más adelante vamos a hablar de eso.

¿Cómo edito la información de mi Perfil Público?

1. Ve a tu **perfil**.
2. Pasa el cursor por encima de la información de la sección de **Presentación**, ubicada debajo de tu foto de perfil, y selecciona el **ícono del lápiz**.
3. Selecciona la información que te gustaría mostrar en esta sección. Para modificar cualquier información o modificar la configuración de privacidad, selecciona en **Actualiza tu información** en la parte inferior.
4. Una vez que agregues o edites tu información, selecciona en **Guardar cambios**.

¿Cómo introduzco mi información básica?

1. Ve a tu **perfil**.
2. Selecciona **Actualizar información** (está debajo de tu foto de portada).
3. Selecciona la sección que desees modificar o aumentar.
4. Pasa el cursor sobre la información que desees editar.
5. Selecciona **Editar** u **Opciones**, y elige **Editar**.
6. Personaliza el selector de lectores para elegir quiénes pueden ver tu información, luego presiona **Guardar cambios**.

NOTA: De esa misma manera puedes actualizar cualquier otra información en tu perfil. Puedes agregar tu estado civil, cumpleaños, correo electrónico, miembros de la familia, cosas que te gustan, etc. Sólo selecciona en las variadas secciones de Facebook y verás que es relativamente sencillo, especialmente si tus selecciones se ajustan a lo indicado en “¿Cómo ingresar mi información básica?”

¿Cómo añado o cambio mi Foto de Perfil?

1. Ve a tu perfil y pasa el cursor sobre tu foto de perfil.
2. Selecciona en **Actualizar foto del perfil**.
3. Tendrás tres opciones a elegir:
 - a. Agregar una foto desde tu computadora.
 - b. Tomar una nueva foto.
 - c. Seleccionar una foto que ya hayas subido o una en la que estés etiquetado.
4. Recorta la foto elegida y selecciona en **Recortar y guardar**. Si no quieres recortar la foto, selecciona en **No recortar** en la esquina inferior izquierda y luego selecciona en **Usar como foto del perfil**.

NOTA: Tu foto actual del perfil SIEMPRE es pública, lo que significa que cualquier persona en la internet puede verla cuando te encuentre. Una vez que la reemplaces, puedes regresar y ajustar tu configuración de privacidad para esa nueva foto.

¿Qué es una miniatura de la imagen y cómo la edito?

La miniatura de tu foto del perfil es la versión pequeña que la gente verá al lado de tu nombre en su Sección de Noticias, cuando te busque en la barra de búsqueda de Facebook u otras redes. Si la foto que elegiste no es un cuadrado perfecto, puedes modificarla y elegir qué parte de tu foto de perfil se vea en el cuadro de la miniatura.

1. Pasa el cursor sobre tu foto del perfil y selecciona en **Actualizar foto del perfil**.
2. Selecciona en el **lápiz** en la esquina superior derecha. (Si esto no es una opción, significa que tu foto se ajusta perfectamente al cuadro y no puede cambiarse).
3. Utiliza la **escala deslizable**, situada en la parte inferior de la foto, para acercar o alejar, y arrastra la imagen para posicionarla.
4. Selecciona en **Usar como foto del perfil**.

¿Qué es una imagen temporal del perfil y cómo añadir una?

Una foto temporal del perfil tiene una marca de tiempo. Seguirá siendo tu foto del perfil por un periodo seleccionado y volverá a tu foto anterior cuando dicho periodo expire.

NOTA: No se eliminará la foto temporal, pero se archivará en tu **Álbum de Fotos del Perfil**.

1. Pasa el cursor sobre tu foto del perfil.
2. Selecciona en **Actualizar foto del perfil**.
3. Selecciona **Subir** o **Tomar** una foto.
4. Elige **Usar temporalmente**.
5. Decide cuándo volver a tu foto del perfil anterior (“Cambiar a la foto del perfil anterior en...”).
6. Selecciona en **Usar como foto del perfil**.

¿Qué es una Foto de Portada?

La foto de portada es una gran imagen que estará ubicado en la parte superior de la página de tu perfil, generalmente detrás de tu foto del perfil. La foto de portada es pública, por lo que cualquiera que mira a tu perfil, aunque no sea tu “amigo”, podrá verla.

¿Cómo añadir o cambiar mi foto de portada?

1. Ve a tu perfil y pasa el cursor sobre el **ícono de la cámara**, en la esquina superior izquierda de la foto de portada actual.
2. Selecciona **Actualizar foto de portada**.
3. Podrás elegir una de las siguientes opciones:
 - a. Descargar una foto desde tu PC.
 - b. Seleccionar una foto que ya esté en uno de tus álbumes de fotos (en Facebook).
4. Puedes reposicionar la foto elegida seleccionando sobre la imagen y arrastrándola hacia arriba o hacia abajo.

¿Qué es mi “Biografía”?

La Biografía (timeline, cronología o línea de tiempo, antiguamente “muro”) es el lugar donde puedes encontrar tus mensajes o mensajes en los que has sido etiquetado. Esto se mostrará desde la publicación (post) más reciente a la más antigua. La **Biografía** se considera parte de tu **Perfil**. Podrás publicar en tu Biografía ya sea desde arriba de la **Biografía**, en tu **Página de perfil**, o desde la **Sección de Noticias**.

¿Cómo puedo publicar mensajes en mi Biografía?

1. Elige qué tipo de “historia” (cita, experiencia, anécdota, comentario) quieres compartir, ya sea un **Estado** o una **Foto/Video**. (Esto se encuentra en tu Biografía o en tu Sección de Noticias).
2. Escribe lo que deseas comunicar.
3. También tienes otras opciones al crear tu historia:
 - a. Etiquetar amigos.
 - b. Escoger una fecha para la historia.
 - c. Agregar una ubicación.
 - d. Agregar una foto.
 - e. Comentar cómo te sientes o lo que estás haciendo.
4. Elige un **público** para la publicación.
5. Selecciona **Publicar**.

¿Quién es mi público?

En la mayoría de los casos, tendrás la opción de elegir y personalizar exactamente quién podrá ver tu contenido. A la izquierda del botón **Publicar** (Post), verás otro botón que dice normalmente **Público**, **Amigos**, **Personalizar** o **Más opciones**, cuando pasas el cursor por encima de él.

Facebook recordará qué ajuste utilizaste anteriormente y lo escogerá automáticamente por ti. Sin embargo, te recomendamos cambiar la configuración de público para que se adapte a tus necesidades específicas.

Independientemente de lo que publiques, tendrás un ícono al lado que describirá la configuración personalizada actual.

Público se ilustra con un **globo**, **amigos** se ilustra con dos amigos y así sucesivamente.

NOTA: Cuando compartes un elemento en la página de un amigo, este pasa a ser de su propiedad. Por lo tanto, tu amigo podrá controlar quién ve esa publicación. Sólo ten eso en cuenta.

¿Hay alguna manera de evitar que otras personas publiquen en mi biografía?

Facebook permite que tú y tus amigos publiquen en tu **Biografía**. Si no deseas que los demás tengan acceso a publicar en tu biografía, puedes cambiar la configuración de privacidad.

1. En la esquina superior derecha de la página, selecciona el triángulo que apunta hacia abajo.
2. Selecciona **Configuración**.
3. En la columna izquierda, pulsa **Biografía y etiquetado**.
4. Busca la configuración de **¿Quién puede publicar en tu biografía?** y selecciona **Editar**, situado en el extremo derecho.

5. Elige **Sólo yo**.

NOTA: Aunque tus amigos no pueden publicar en tu biografía, si podrán comentar tus publicaciones y también etiquetarte.

¿Cómo incluir mis sentimientos, o lo que estoy haciendo, cuando creo un estado?

1. Ve al cuadro de **¿Que estás pensando?** o en tu Sección de Noticias en tu Biografía, o **Escribe un comentario** en un evento o grupo.
2. Selecciona en **Sentimiento/actividad**.
3. Selecciona en **Sentimiento** o selecciona lo que realmente estés haciendo (ejem.: **"Estoy comiendo en..."**) en el menú desplegable.
4. Elige **lo que estás sintiendo** o escoge una descripción de **lo que estás haciendo** (ejem.: lo que estás comiendo) escogiendo una de las sugerencias. (Si tu actividad no aparece, puedes anotar una propia y, cuando aparezca en el menú desplegable, selecciona sobre ella).
5. Para hacer modificaciones, selecciona la **carita sonriente**, o en la **X** si quieres eliminar completamente la actualización de ese estado.
6. Para cambiar el **ícono**, ve a la actualización de estado y elige uno nuevo en el menú desplegable.
7. Una vez que hayas añadido tu sentimiento o actividad, selecciona **Publicar**.

NOTA: Puedes agregar una actividad o sentimiento, pero no se puede incluir ambos a la vez.

¿Qué significa que algo "te guste"?

Cuando seleccionas **Me gusta** debajo de una publicación (publicación), estás indicando que has disfrutado la publicación de alguien. Es la forma más fácil y rápida de reconocer algo en lugar de dejar un comentario. Ese **Me gusta** será visible para cualquiera que vea esa publicación.

¿Cómo puedo indicar que algo ya no me gusta?

Esta es la manera de revertir cualquier "me gusta" que hayas indicado previamente en una publicación, una imagen o una página.

1. Para "dejar de gustar" una foto o una publicación, pasa el cursor sobre el botón **Me gusta** y selecciónalo otra vez.
2. Para "dejar de gustar" un comentario, pasa el cursor sobre el botón **Me gusta** y selecciónalo otra vez.
3. Para "dejar de gustar" una Página, ve a esa página, y pasa el cursor sobre el ícono **Me gusta**. Una vez que lo selecciones de nuevo, se eliminará el "me gusta" de esa página.

¿Cómo "reacciono" a una publicación?

Reaccionar es similar a gustar: le estás diciendo a la persona que su publicación te provoca una reacción, algo más específico que gustar o no gustar.

Para reaccionar a una publicación, coloca el cursor sobre el botón de **Me gusta**. Verás diversas emociones que puedes expresar. (Me gusta, Me encanta, Me divierte, Me asombra, Me entristece, Me enoja). Ten en cuenta, que sólo puedes reaccionar con una emoción por publicación.

Para cancelar tu reacción, presiona la reacción que escogiste anteriormente, o selecciona en una nueva para escoger otra.

¿Hay una manera de ver quién le dio “Me gusta” o reaccionó a mi publicación?

Sí, simplemente selecciona sobre los íconos situados directamente debajo de tu contenido y podrás ver quiénes y cómo reaccionaron.

¿Qué significa “Agregar a amigos”?

El propósito de “Agregar a amigos” es añadir familiares, amigos y otras personas que conozcas a tu red de Facebook.

¿Cómo agrego a alguien a mi lista de amigos?

1. Escribe el nombre, número telefónico o correo electrónico de esa persona en la barra de búsqueda (en la parte superior izquierda) de la ventana de Facebook.
2. Su nombre aparecerá en la lista desplegable. Selecciona sobre su nombre para ir a su **perfil**.
3. Selecciona en **Agregar a amigos**.

¿Cómo controlar quién puede agregarme como amigo y seguirme?

Para que tus amigos puedan encontrarte, asegúrate de usar tu nombre y tu apellido. Si tienes algún apodo, lo puedes agregar también a tu cuenta.

1. Selecciona el **triángulo invertido**, en la esquina derecha de cualquier ventana abierta de Facebook y elige Configuración.
2. Presiona **Privacidad** situada en la columna de la izquierda.
3. Selecciona **Editar** junto a ¿Quién puede enviarte solicitudes de amistad?
4. Elige de entre las opciones del menú desplegable.

¿Cómo elimino una solicitud de amistad?

Para eliminar una solicitud de amistad, selecciona el menú desplegable **Solicitudes de amistad**.

Nota: La persona no será notificada si decides rechazar su invitación de amistad.

B. Cómo navegar en tu página de Inicio

¿Qué puedo buscar en mi Página de Inicio?

En la barra de búsqueda, situada en la parte superior de la ventana de Facebook (no sólo en tu página de inicio), puedes buscar personas, publicaciones, fotos, grupos, páginas, lugares, aplicaciones e incluso eventos en Facebook.

¿Y Dónde está mi Página Inicial?

La página inicial es la que ves cuando inicias sesión en tu cuenta de Facebook. Contiene tu Sección de Noticias, que constantemente se está actualizando en tiempo real, los mensajes de tus amigos, páginas que te han gustado o que estás siguiendo y publicaciones de grupos que hayas creado o a los que te hayas unido.

¿Cómo veo las publicaciones más recientes en mi Sección de Noticias?

1. Selecciona **Inicio** que se encuentra en la parte superior de cualquier ventana de Facebook.

2. Coloca el cursor sobre la pestaña de **Noticias**, ubicada en la barra izquierda de tu página de **Inicio**.
3. Presiona los tres puntos *** y luego selecciona en **Las más recientes**.

NOTA: Eventualmente tu Sección de Noticias recurrirá a la configuración predeterminada, que es la de historias filtradas por **Más destacadas**.

¿Qué hago con el menú en la parte izquierda de mi página?

El menú del lado izquierdo es información que puedes personalizar. Por lo tanto, cada vez que vayas a tu Sección de Noticias, la información más pertinente estará fácilmente accesible a la izquierda.

Explicaciones para cada elemento del menú de lado izquierdo.

1. **Tu nombre:** El primer elemento en la columna de la izquierda es tu nombre. Puedes seleccionar en tu foto de perfil o en tu nombre y esto le llevará directamente a tu **Página del perfil**.
2. **Messenger:** Aquí es de donde puedes enviar un mensaje privado a una persona, o a una página de Facebook.
3. **Accesos directos:** El lugar donde puedes ver tus grupos, Páginas en las que sirves como administrador, y cualquier juego que estés utilizando.
4. **Explorar:** Te muestra elementos que has guardado: eventos, ofertas y cualesquiera aplicaciones que frecuentes.
5. **Crear:** Presiona cualquiera de los enlaces de abajo para crear un Anuncio, Página, Grupo, Evento o Recaudaciones de fondos.

C. Messenger

¿Cómo puedo enviar un mensaje a través de Facebook en mi escritorio?

1. Ve a la parte superior de tu página de inicio de Facebook y selecciona el **ícono de Messenger**.
(La burbuja de diálogo con el rayo horizontal.)
2. Selecciona en **Mensaje nuevo** y comienza a escribir el nombre de una persona en el campo "Para".
3. **Selecciona** la persona o grupo de personas que quieras incluir en tu mensaje.
4. Escribe tu mensaje y presiona **Enviar**.

¿A quién puedo enviar mensajes? ¿Sólo a mis amigos?

Puedes enviar mensajes a cualquier persona. Sin embargo, los mensajes que envías a las personas que no son tus **amigos** se van a su carpeta de **Solicitudes de mensajes**.

¿Qué es una carpeta de solicitudes de mensajes?

Es donde se guardan los mensajes que te envían las personas que aún no son tus amigos.

Los mensajes de amigos se van a tu bandeja de entrada y todo "spam" (mensaje no deseado) se filtra y se elimina.

¿Cómo encuentro y leo mis Solicitudes de mensajes?

1. Presiona el **ícono de messenger**.
2. Una vez ahí, verás el ícono de una rueda con engranes. Cuando lo seleccionas, aparece un menú desplegable con varios elementos, entre ellos Solicitudes de mensajes.
3. Selecciona en **Solicitudes de mensajes**.
4. Selecciona en una **solicitud de mensaje** para abrir la conversación.
5. En la parte inferior de la conversación, aparecen las opciones de **aceptar** o **rechazar** dicha solicitud.

¿Hay alguna manera de borrar una conversación que he tenido en Messenger?

1. Selecciona el ícono de **messenger** en la parte superior de tu página de Facebook.
2. Selecciona la conversación que desees eliminar.
3. Pasa el cursor sobre el **engranaje** en la parte superior de la página del chat.
4. Podrás ver las opciones en la ventana emergente.
5. Selecciona **Eliminar**.

Alternativamente, hay otra forma de tener acceso a mensajes y borrarlos.

1. Selecciona el ícono de mensajes.
2. Abre la conversación que desees eliminar.
3. Selecciona en el engranaje en la parte superior derecha (opciones) y luego en **Eliminar conversación**.

¿Para qué es el ícono de video en mi chat privado?

Si tienes una webcam integrada o conectada a tu PC, puedes utilizar esta característica.

1. Selecciona el **ícono de Messenger**.
2. Elige la conversación con la persona (o grupo) con la que desees tener un video chat.
3. Presiona el ícono de la cámara de video en la parte superior derecha de la ventana del chat que esté abierta.

NOTA: Si encuentras cualquier problema, asegúrate estar usando Mozilla Firefox, Google Chrome, o Safari y que estas aplicaciones estén correctamente configuradas.

D. Grupos de Facebook

¿Cómo puedo crear un grupo en Facebook?

1. Ve a tu página de inicio en FB. Selecciona el **triángulo invertido** situado en la esquina superior derecha.
2. Selecciona **Crear grupo** de la lista desplegable.
3. Verás una ventana flotante en la cual hay que agregar un nombre del **nuevo grupo**.
4. También puedes agregar (invitar) personas, y seleccionar el **grado de privacidad**.

¿Qué opciones de grupo tengo?

1. **Grupo público:** Cualquiera puede ver y unirse a tu grupo. Los integrantes tendrán completo acceso a comentar, etc.
2. **Grupo cerrado:** Cualquiera puede ver el título de tu grupo, pero no podrá ver su contenido. Aquí es donde el administrador (tú) tendrá la opción de aceptar o rechazar a personas que le den “me gusta” o pidan unirse al grupo.
3. **Grupo secreto:** Sólo quienes son invitados al grupo podrán verlo y formar parte de él.

Ya formé mi grupo, ¿qué sigue?

1. Una vez que hayas completado la información, el programa te llevará a tu nueva página de grupo. Elige una foto de portada que represente con precisión a tu grupo.
2. En el lado derecho de tu página, verás las áreas donde puedes **Agregar a miembros** adicionales, escribir una **descripción del grupo** y añadir algunos otros detalles.

NOTA: Si decides usar **etiquetas**, asegúrate de que sea una etiqueta aprobada por el corporativo.

¿Qué son los tres puntos directamente debajo de la foto de portada?

Este es un lugar donde puedes crear un grupo adicional de algo no relacionado, un lugar donde tienes la opción de **Archivar el grupo** (esencialmente lo deja inactivo) y **Editar la configuración**.

¿Qué puedo modificar en configuración de grupo?

Situado en la parte inferior de la página se encuentran **Permisos para publicar** y **Aprobación de publicaciones**. También puedes modificar la configuración de **Privacidad**, elegir un **Tipo de grupo** y decidir si moderarás, y cómo, los comentarios en la página.

NOTA: Asegúrate de presionar el botón **Guardar**, ubicado en la parte inferior de la página.

¿Qué significan las opciones en el lado izquierdo de la pantalla?

Cuando eliges **Administrar grupo**, verás las **Solicitudes de miembros**, **Reportado por miembros**, etc. Si optaste por tener un grupo cerrado o secreto, aceptarás o rechazarás en la sección de **Solicitudes de miembros**.

NOTA: Familiarízate con las otras opciones disponibles en esta sección.

E. Fotos

Compartir fotos en Facebook es una gran manera de conectarte con tu público. Ya sea unas vacaciones recientes o una promoción de negocios, una vez que cargas una imagen tienes la posibilidad de elegir quién puede y quién no puede verla. No sólo eso, también tienes los medios para controlar las fotos en las que estás etiquetado.

¿Cómo puedo agregar y cargar una foto a Facebook?

Existen diferentes maneras de cargar fotos a través del Escritorio. Elige cuál manera es la mejor y más fácil para ti.

¿Cómo agrego fotos en mi Sección de noticias?

1. En la parte superior de tu Sección de noticias, verás las opciones de crear una **Publicación**, opción de búsqueda en tu **Álbum de fotos/Vídeos** y activación de **Vídeo en vivo**.
2. Selecciona **Álbum de fotos/Vídeos** para agregar contenido al **Álbum de fotos de tu biografía**, o selecciona directamente **Álbum de fotos** para agregar a un nuevo álbum en línea.
3. A continuación, selecciona la **foto o vídeo** que desees añadir a Facebook.
 - a. Asegúrate de que hayas cargado anteriormente las fotos a tu escritorio y que sepas dónde las colocaste.
4. Puedes **Etiquetar** a cualquiera de tus amigos que estén en las fotos.
5. Escribe una breve descripción abajo de la foto.
6. Puedes poner la **Ubicación** en el cuadro correspondiente. Puedes escoger de entre algunas sugerencias que aparecen.
7. En la parte inferior derecha verás un menú desplegable con la etiqueta **'Amigos'** seguido por el triángulo boca abajo.
8. Selecciona si desees personalizar quién puede ver la foto. Tienes varias opciones:
 - a. **Público**: Cualquiera puede verlos.
 - b. **Amigos**: Solo tus amigos en Facebook.
 - c. **Amigos excepto...**: Todos los amigos de Facebook excepto los que elijas.
 - d. **Sólo yo**: Solo podrás ver las fotos publicadas.
 - e. **Amigos específicos**: Mostrar solo a un determinado grupo de amigos en Facebook.
9. Selecciona **'Publicar fotos'**.

¿Cómo agrego fotos a mi Página del perfil? (Parte 1)

1. Selecciona tu nombre situado en la parte superior de cualquier ventana de Facebook; esto te llevará a tu perfil.
2. Ahí en un lado verás **Publicación, Foto/Video, Vídeo en vivo y Acontecimiento importante**.
3. Selecciona **Foto/vídeo**. (Eso te lleva a tus carpetas en el Administrador de archivos de tu PC).
4. Elige entre Crear álbum de fotos o agregar fotos/vídeos.
5. Selecciona las fotografía o videos que desees agregar a Facebook.
6. Verás la palabra **'Con'** que se encuentra abajo de la foto. Si está una persona contigo en la foto, que tenga página en Facebook, aquí puedes "etiquetarla" (escribir su nombre).
7. Selecciona el ícono de cara sonriente y "Sentimiento y actividad", y elige entre cualquiera de las opciones desplegadas.
8. Elige el lugar y la hora en que se produjo este evento.

¿Cómo agrego fotos a mi Página del perfil? (Parte 2)

1. Selecciona la pestaña **Fotos**, situada un poco más arriba en tu página de perfil. Eso te llevará a la zona donde se guardan todas tus fotos. Se puede ver por **Fotos en las que apareces**, **Tus fotos** (fotos que has agregado personalmente a Facebook), y **Álbumes**.
2. Puedes seleccionar en **Agregar fotos/video** para agregarla a esa carpeta existente o seleccionar en + **Crear álbum**.

¿Cómo puedo añadir más fotos a un álbum existente?

NOTA: Sólo puedes hacer esto si el álbum se creó anteriormente o si eres contribuyente a ese álbum.

1. Ve al **álbum** donde quieres añadir más fotos o videos.
2. Selecciona en **Agregar fotos/video**.
3. Escoge las fotos que quieras subir.
 - a. **Consejo de los Profesionales:** Presiona la tecla de Control en la PC, o la de Command en la Mac, si quieres escoger varias imágenes a la vez.
4. Observa la barra azul de progreso, y una vez que esté llena, selecciona **Publicar** para cargar las imágenes.
5. Mientras esperas, puedes modificar el **título**, agregar una **descripción** al álbum, agregar **pies de foto**, **etiquetar** amigos, y agregar **fechas** y **ubicaciones**.

¿Cómo puedo eliminar un álbum que ya no quiero?

NOTA: Cuando eliminas un álbum, todas las fotos se eliminan de tu Facebook. Cualquier persona que hayas etiquetado también perderá las imágenes incluyendo fotos en las que hayas etiquetado a alguien. No hay ningún botón para recuperar después de “eliminar”.

1. Encuentra el álbum que deseas eliminar.
2. Selecciona en el engranaje en la parte superior derecha y elije **Eliminar el álbum**.
3. Selecciona para confirmar.

¿Qué significa “etiquetar”?

Etiquetar es una opción donde puedes crear un enlace de tu perfil al de alguien más. La publicación o foto en que etiquetas a otra persona, puede añadirse también a la Biografía de esa persona.

Ejemplo: Un compañero distribuidor puede estar en una foto que publiques. Puedes etiquetar esta foto para mostrar exactamente quién estaba en la foto.

O bien

Podrías publicar un “estado” sobre lo que estás haciendo y con quién estás.

Cualquiera que vea tu foto o estado verá el nombre de tu amigo resaltado en azul, lo que significa que efectivamente se ha convertido en un enlace a su página. Cualquiera que tenga permiso de ver tu publicación, podrá seleccionar este enlace, y ello lo llevará a la página de Facebook de tu amigo. Posiblemente también se vea en la biografía de tu amigo.

¿Cómo etiqueto a alguien en una foto?

El etiquetado se puede hacer a **personas** o **Páginas** que hayan permitido esta opción.

1. Selecciona la foto en la que quieras etiquetar a alguien.
2. Pasa el cursor sobre la foto y selecciona **Etiquetar foto**, ubicado en la parte inferior.
3. Selecciona la persona de la foto y comienza a escribir su nombre.
4. Comenzarás a obtener sugerencias de personas o páginas; elije uno.
5. Cuando hayas terminado, presiona **Finalizar etiquetado**.

¿Quién ve mis fotos y las fotos en las que yo he sido etiquetado?

Las personas con las que se comparten las fotos.

¿Qué sucede cuando yo, o un amigo es etiquetado?

Tú o tu amigo será notificado del etiquetado. Si alguien que no es "tu amigo" te etiqueta, entonces puede aparecer en la **Revisión de la biografía**. Esto te da la opción de decidir si vas a permitir que aparezca en tu Biografía.

¿Cómo habilito la Revisión de biografía?

1. Selecciona el triángulo invertido en la parte superior derecha de cualquier página de Facebook y selecciona **Configuración**.
2. Selecciona **Biografía y etiquetado**, ubicado en la columna de la izquierda.
3. Selecciona "¿Quieres revisar las publicaciones en las que te etiquetan antes de que aparezcan en tu biografía?", y selecciona **Editar**.
4. Selecciona **Habilitar**, en la ventana desplegable.

¿Cómo agrego y publico una foto a la Biografía de un amigo?

1. Ve a la Biografía de tu amigo y selecciona **Foto/Video** situado en la parte superior.
2. Selecciona **+** para seleccionar una imagen desde tu PC.
3. Dale **Publicar**

¿Puedo editar mis fotos?

Sí, pero sólo las puedes editar cuando las preparas para **cargarlas** a Facebook. Una vez que las hayas agregado a Facebook, no puedes regresar y modificar su apariencia de ninguna manera.

Hay muchas opciones al editar:

1. Agregar un filtro
2. Etiquetar amigos
3. Recortar la foto
4. Agregar texto
5. Agregar stickers (estampitas)

¿Cómo puedo editar mis fotos?

1. Cuando la foto esté pasando por el proceso de carga, pasa el cursor sobre la foto que quieres editar, y selecciona el **ícono del pincel**.
2. De la izquierda, elije el tipo de edición que se desees utilizar.
3. Cuando hayas terminado con la edición, asegúrate de seleccionar **Guardar**, y luego **Publicar**.

¿Cómo le hago para que se vea texto en mi foto?

Cuando estés editando una foto tienes la opción de arrastrar texto a la imagen.

1. Selecciona en **Aa**, luego en "Agregar texto".
2. Selecciona el **cuadro de texto** para arrastrarlo alrededor de la foto.
3. Selecciona la **flecha infinita** para reposicionar el cuadro y hacer el texto más grande o más pequeño.
4. Si deseas eliminar, selecciona la **X** en la parte superior izquierda del cuadro de texto para borrar las palabras de la imagen.

Mi foto no es vertical. ¿Cómo la giro?

1. Selecciona la **foto subida**.
2. Pasa el cursor sobre la imagen y elije **Opciones**, situada en la parte inferior de la imagen.
3. Selección **Girar a la izquierda** o **Girar a la derecha**.

F. EVENTOS

La herramienta "eventos" te permite crear una actividad para un grupo de personas, y también te permite asistir a un evento. Puede ser algo pequeño, como el estreno de una película o la fiesta de cumpleaños de una persona, o algo mayor, como una Conferencia.

¿Cómo puedo crear un evento?

1. Selecciona **Eventos** situado en la columna izquierda de tu Sección de noticias.
2. Selecciona **Crear evento**.
3. Elige entre evento **privado** o **público**. (Si es público, tú podrás designarte a ti mismo como organizador del evento).
4. Llena la información solicitada:
 - a. Nombre del evento
 - b. Detalles
 - c. Ubicación
 - d. Tiempo
5. Los eventos públicos te dan una gama más amplia de opciones:
 - a. Selecciona una **categoría** para el evento.
 - b. Agrega **palabras clave** que describen tu evento.
 - c. Añade un **enlace** a un sitio web para tu evento.

6. Selecciona **Crear** para activar el evento y en seguida podrás verlo como se publicó.
7. **Invita a personas, sube fotos**, y escribe detalles del evento

NOTA: Una vez que hayas personalizado la configuración de privacidad, **NO** podrás cambiarla.

¿Cómo invito a alguien a mi evento?

1. Asegúrate de que tu evento se haya **creado**.
2. Selecciona **Invitar**, en la parte superior derecha y debajo de la foto.
3. Escribe los nombres de varios amigos, **selecciónalos** y presiona **Enviar invitaciones**.

¿Hay una opción donde pueda tener múltiples organizadores?

1. Selecciona **editar**, arriba a la derecha del evento.
2. Agregar los **nombres** al cuadro de los organizadores.

NOTA: Cualquiera de los organizadores puede invitar a otras personas al evento y realizar cambios en los detalles del evento. (Cuando creas un evento automáticamente quedas registrado como organizador).

¿Dónde debo poner las direcciones para mi evento?

1. Selecciona **editar**.
2. Junto a la **Ubicación**, añade o realiza cambios al lugar y la dirección.
3. Presiona el botón de **Guardar**.

Me invitaron o vi un evento público en mi Sección de Noticias. ¿Cómo puedo responder?

Abre el evento y selecciona **Me interesa** o **Asistiré**.

NOTA: Una vez que eliges cualquiera de estas opciones, automáticamente empezarás a recibir notificaciones y actualizaciones del evento. Y podrás regresar y cambiar tu respuesta, si es necesario.

Me invitaron a un evento privado. ¿Cómo puedo responder?

1. Selecciona el nombre del evento y elije **Asistiré**, **Tal vez asista** o **No asistiré**.

NOTA: Los organizadores y otros huéspedes podrán ver cuando has **VISTO UN EVENTO**. Es mejor elegir una respuesta en el momento de ver la invitación. Más adelante puedes regresar y modificar tu respuesta.

Dependiendo de la configuración de privacidad del evento, tus acciones pueden aparecer en tu **Sección de Noticias** para que tus amigos las puedan ver. Si quieres mantener tu interés en un evento como privado, puedes mejor optar por guardarlo.

1. Selecciona el evento ...
2. Selecciona **Guardar**.
3. Vuelve atrás y ve todos los **eventos próximos** que hayas guardado.

Estoy cansado de recibir notificaciones sobre un evento. ¿Cómo los desactivo?

1. Abre el **evento**.
2. Selecciona sobre los 3 puntos ...
3. Elige **Configuración de notificaciones**.
4. Selecciona **Desactivadas** para dejar de recibir cualquier notificación y que quieres que se te notifique.
5. Selecciona **Listo**.

NOTA: También tienes la opción de desactivar las notificaciones que recibes de un evento en el momento que las ves.

1. Selecciona el **triángulo invertido** en la parte superior derecha de tu ventana.
2. Elige **Configuración**.
3. Selecciona **Notificaciones** que se encuentra a la izquierda.
4. Elige en **Configuración de notificaciones** la opción deseada.

G. ¿Qué Sigue? ¿Quién sigue?

Estas son las dos preguntas más importantes en tu negocio.

El siguiente paso es Practicar. Practicar. Practicar.

Por favor envíame una solicitud de amistad a Javier Reliv.

Sigue las publicaciones de Reliv

Aunque Reliv EEUU maneja las Redes Sociales en inglés, podrás solicitar en el texto la traducción a español.

En la barra de búsqueda, busca la página de grupo del Corporativo de Reliv, escribiendo **Reliv International**, selecciona la lupa para iniciar la búsqueda o presiona "enter" o "entrar".

Selecciona "Te Gusta", "Seguir" y "Compartir" situado debajo de la imagen superior.

Ahora busca nuestra página de **Fit3** y repite los mismos pasos.

OTRAS REDES SOCIALES:

Instagram y Twitter: @RelivInternational

LinkedIn y Pinterest: Reliv International

PRESENTACIONES EN INGLÉS:

Mondays @ 11:30 a.m. CST

Michaela Monday Series on Facebook

Check out our Facebook Ad Webinar and training podcast at reliv.com/success-training