

UNIVERSO SDC

Una audiencia grande.

Un ecosistema propio.

Una historia que puede viajar.

Secretos del Cuerpo convierte ciencia, salud, movimiento y rendimiento en contenido audiovisual, editorial y directo. Una colaboración puede apoyarse en vídeos, web, newsletter y comunidad.

130K

YOUTUBE PRINCIPAL

perfil · redondeado

7.803.649

VISTAS PÚBLICAS

catálogo actual · API

+8.778

SUSCRIPTORES / 28D

27/09–24/10/2026

3

CANALES YOUTUBE

principal + LAB + RADAR

12.295

INSTAGRAM

perfil público

72K*

FACEBOOK

perfil · redondeado

UN ECOSISTEMA QUE MULTIPLICA CADA PIEZA

YouTube, Facebook, Instagram, TikTok, Spotify, web, newsletter y canales propios.

Cada canal abre una puerta distinta hacia la misma marca y refuerza la frecuencia de contacto con la audiencia.

Autoridad, prueba y distribución en una sola colaboración.

SDC convierte productos relevantes en preguntas, pruebas y narrativas que la audiencia quiere seguir.

AUTORIDAD

Documentales, investigación editorial, publicaciones, biblioteca, recursos y método. Profundidad antes que claim.

USO REAL

Probamos en contexto: rutina, limitaciones, datos, adherencia, errores, aprendizaje y cambios.

DISTRIBUCIÓN

La pieza viaja por tres canales de YouTube, redes, audio, web, newsletter y canales directos.

CONVERSIÓN

Recursos, comunidad, Sociedad Azul, Método SDC y canales propios permiten relación más allá del algoritmo.

CONFIANZA

Integraciones identificadas, criterio editorial independiente y comunicación basada en evidencia: una combinación que protege la credibilidad de la marca y del contenido.

Mejor encaje: salud, deporte, tecnología, wearables, nutrición, sueño, recuperación, movilidad, familia activa y longevidad.

El vídeo vive en un canal. La audiencia vive en el universo.

La cifra de visualizaciones pertenece al canal que aloja la pieza, pero la difusión no se limita a ese canal.

Secretos del Cuerpo

130K subs* · 7.803.649 vistas públicas

Documentales, grandes reviews, explicaciones y autoridad central.

SDC LAB

4,1K subs* · 182.832 vistas públicas

Pruebas, protocolos, investigación aplicada, comparativas técnicas.

SDC RADAR

1,22K subs* · 26.667 vistas públicas

Actualidad científica, tendencias, productos, estudios y reacción rápida.

REGLA COMERCIAL IMPORTANTE

Una pieza en LAB o RADAR puede apoyarse desde el canal principal mediante comunidad, menciones, enlaces y publicaciones propias. La promoción cruzada no garantiza alcance ni ventas.

Cada pieza se mide en su canal anfitrión y se impulsa estratégicamente desde todo el Universo SDC para maximizar descubrimiento, repetición y alcance.

Alcance público + canales propios + relación directa.

Tres capas complementarias: alcance público, canales propios y relación directa con la comunidad.

135K+

SUSCRIPCIONES YOUTUBE

3 canales · sin deduplicar

8.013.148

VISTAS PÚBLICAS YT

3 canales · API 26/10

1.208

VÍDEOS PÚBLICOS

3 canales · API 26/10

72K*

FACEBOOK

perfil · redondeado

12.295

INSTAGRAM

perfil público

Spotify

VIDEOPODCAST

show activo

WEB

secretoscuerpo.com

Hub propio: publicaciones, premium, libros, Academia y Sociedad Azul.

NEWSLETTER

Systeme.io

Relación directa, segmentación por intención y frecuencia. No depende de algoritmo.

WHATSAPP / DIFUSIÓN

Canales propios

Canal SDC, WhatsApp Business y canal de difusión Instagram para avisos, recursos y comunidad.

TIKTOK

@secretoscuerpo

4.409 seguidores · perfil 26/10 · contenido fotográfico nativo exclusivo.

Crecimiento reciente + audiencia adulta.

28 días: 27/09–24/10 · Audiencia 90 días: 27/07–24/10/2026

1,13M

VISTAS / 28 DÍAS

1.131.930 vistas

+8.778

SUBS / 28 DÍAS

cambio neto · Studio

257,1K

HORAS / 28 DÍAS

tiempo de visualización

88,4%

35+ AÑOS

audiencia adulta

74,3%

45+ AÑOS

suma aproximada

51,3%

55+ AÑOS

salud/longevidad

TOP MERCADOS · 90 DÍAS

México		993.565
España		401.658
EE. UU.		350.353
Colombia		333.751
Argentina		257.269
Perú		172.431
Chile		142.370
Venezuela		103.132

Audiencia hispana madura, interesada en salud real, rendimiento, prevención, hábitos y longevidad.

Volver a cuidarnos, en la vida real

Un programa propio de SDC para ayudar a las personas a comprender su cuerpo, su contexto y sus hábitos, y aprender a construir una vida más saludable que pueda sostenerse.

QUÉ HEMOS CONSTRUIDO

El Método SDC nace como un programa de adaptación práctica: entender el punto de partida, evaluar contexto y capacidad, definir prioridades, actuar, medir, aprender y ajustar.

No propone una vida perfecta ni reglas universales. Busca que cada persona entienda cómo integrar movimiento, ejercicio, nutrición, sueño, recuperación y hábitos dentro de sus obligaciones y circunstancias reales.

UNA SERIE EN PRIMERA PERSONA

Constan Antón documenta su vuelta al cuidado personal tras la paternidad, lesiones y un periodo sin deporte regular. La serie será el contenido principal de SDC durante cuatro meses.

Punto de partida, decisiones y avances con trabajo, crianza y tiempo limitado. La comunidad puede compartir dudas y progresos en Sociedad Azul.

CURSO GRATUITO

Introducción a una Vida Azul · Academia

SERIE + COMUNIDAD

vídeo principal + estáticos e historias propias

PARTNERS EN CONTEXTO

productos y servicios integrados cuando aporten valor real

OPORTUNIDAD DE MARCA

buscamos partners que quieran apoyar el proyecto y formar parte de una historia longitudinal, medible y multiplataforma

De producto a historia. De historia a sistema.

La mejor integración no interrumpe el contenido: resuelve una necesidad real del proceso.

1

CESIÓN / PRÉSTAMO

Producto integrado en uso real durante el tiempo necesario para generar experiencia, datos y contexto antes de comunicar resultados.

2

PROTOCOLO

Definimos qué medir, durante cuánto tiempo, en qué contexto y qué historia puede construir esa prueba.

3

PIEZA PRINCIPAL

Review, integración, experimento, episodio del Método o documental.

4

MULTIPLICACIÓN

Stories, Facebook, Comunidad YouTube y carruseles originales por red.

5

OWNED MEDIA

Web, newsletter, WhatsApp/canales de difusión, recursos o comparativa si procede.

6

ESCALA

Paid integration, afiliación, código, campaña o partnership si el producto encaja.

Objetivo: que la audiencia entienda por qué ese producto aparece y qué papel juega en una mejora real.

Formatos diseñados para distintos objetivos de marca.

Cada formato puede activarse solo o combinarse en un paquete multiplataforma.

CESIÓN / PRÉSTAMO

Evaluación independiente con posibilidad de integración editorial cuando el producto encaja y aporta valor.

INTEGRACIÓN PAGADA

Presencia natural dentro de un vídeo, episodio o serie donde el producto encaja.

REVIEW DEDICADA

Vídeo específico con prueba real, límites, experiencia y criterios declarados.

SERIE LONGITUDINAL

Apariciones recurrentes durante semanas/meses dentro del Método SDC o retos específicos.

PROMOCIÓN MULTIPLATAFORMA

Vídeo + Stories + publicaciones estáticas + web/newsletter cuando aporte valor.

AFILIACIÓN / CÓDIGO

Solo tras validar producto. Enlaces identificados y condiciones claras.

PAID MEDIA / WHITELISTING

Derechos de uso, licencias, anuncios y exclusividad siempre aparte.

Credibilidad editorial, utilidad real y confianza de audiencia: el activo que hace que una integración tenga valor.

Rango orientativo. Derechos separados.

Las cifras cambian según producto, complejidad, calendario, derechos y número de piezas.

Integración en vídeo	500-850 €
Review dedicada	900-1.500 €
Documental / experimento	1.250-2.000 €
Amplificación social	250-450 €
Paquete multiplataforma	1.300-2.200 €
Serie / partnership	A medida
Afiliación / código	A negociar
DERECHOS Y AMPLIACIONES Paid media · whitelisting · exclusividad · licencias · raw files · reutilización por marca · versiones extra · derechos internacionales se cotizan según alcance y uso.	
Las colaboraciones se presentan de forma clara y profesional, reforzando la confianza y el valor de la recomendación.	

La próxima colaboración debe tener una historia.

Producto adecuado → prueba real → contenido útil → distribución por todo el Universo SDC.

CANALES Y SUPERFICIES OFICIALES

Web	secretoscuerpo.com
Newsletter / empieza aquí	secretoscuerpo.com/empieza
YouTube principal	www.youtube.com/@SecretosCuerpo
SDC LAB	www.youtube.com/channel/UCA61FitZDmu5EPDp3QfmW6A
SDC RADAR	www.youtube.com/channel/UCIB7jZtsMHrqifrLaiCUaUA
Instagram	www.instagram.com/secretoscuerpo/
Facebook	www.facebook.com/secretoscuerpo/
TikTok	www.tiktok.com/@secretoscuerpo
Spotify	open.spotify.com/show/3srzZi0AEZqdg12sNWL2Et
WhatsApp Business	wa.me/34661548227

CONTACTO PROFESIONAL

Constan Antón

Fundador y CEO de Secretos del Cuerpo

constan@secretoscuerpo.com

UNIVERSO SDC

Una audiencia que quiere entender antes de comprar.

ALCANCE MULTILINGÜE

Una sola producción. Más idiomas. Más mercados potenciales.

YOUTUBE INTERNACIONAL

SDC ha trabajado localización en seis idiomas: español, inglés, francés, alemán, portugués e italiano. La cobertura de subtítulos y audio se comprueba por vídeo antes de acordar una colaboración.

EJEMPLO REAL · SDC LAB

«El Manual del Músculo después de los 50» ya dispone de subtítulos en inglés, francés, alemán, portugués e italiano, además del español original.

Es la referencia de la arquitectura multilingüe que estamos extendiendo a los documentales recientes.

SOCIAL + LOCALIZACIÓN

Instagram, Facebook, TikTok, WhatsApp y difusión tienen un núcleo hispanohablante. La distribución actual se apoya en imágenes e historias originales por red, sin prometer nuevas piezas de vídeo corto.

VALOR PARA PARTNERS

Una integración en un documental de YouTube puede ganar exposición en varias lenguas desde la misma pieza y apoyarse, a la vez, en un ecosistema social fuerte en español. Para marcas con ambición internacional, SDC combina profundidad editorial, localización y distribución multiplataforma.

Localización según la cobertura real de cada publicación