

Graba el trabajo una vez *y repetilo* con Claude.

Como convertir una tarea de pantalla en un skill reutilizable,
con narracion, limites claros y una revision humana antes de guardarlo.

No es un resumen de una funcion. Es un flujo para elegir una tarea,
grabarla sin exponer secretos, revisar el skill propuesto y volverlo rutina.

CONTENIDO

01	La tesis: el trabajo repetitivo es conocimiento escondido	El cambio de enfoque
02	Que captura Record a skill	La funcion concreta
03	Antes de grabar: prepara una tarea segura	La calidad empieza antes
04	Como hacer la grabacion util	El flujo de captura
05	La narracion que convierte movimientos en criterio	Explicar el por que
06	Revisa el skill antes de guardarlo	Aprobar o descartar
07	De una demostracion a un procedimiento operativo	La ficha minima
08	Como usarlo y cuando programarlo	A demanda o con horario
09	Privacidad, permisos y limites reales	Que no delegar a ciegas
10	El plan de una tarde	Instalarlo hoy

01

La tesis: el trabajo repetitivo es conocimiento escondido

El cambio de enfoque

Muchas tareas no se repiten porque sean intelectualmente difíciles. Se repiten porque alguien tiene que recordar una secuencia de pantallas, decisiones y excepciones.

La demostración conserva dos capas: la mecánica, que pantalla y botón se usa; y el criterio, que estás buscando y como sabes que terminaste bien.

LA IDEA CENTRAL

No grabes todo lo que haces en la computadora. Graba un resultado concreto y repetible: preparar un reporte, clasificar filas o revisar campañas.

Un buen candidato ocurre con frecuencia, tiene un inicio y un final claros, usa herramientas que ya puedes abrir y produce una salida que alguien puede revisar.

02 Que captura Record a skill

La funcion concreta

En la pantalla de tu video aparece un modal de Claude/Cowork con el texto Record a skill. El modal dice que se registran la pantalla, los clicks, la escritura y la voz, y que despues se envia a Claude para convertirlo en un skill repetible.

DISPONIBILIDAD DOCUMENTADA

Anthropic documenta la grabacion en Cowork dentro de Claude para Mac para planes Pro, Max y Team. No esta disponible en chat, Windows, Free ni Enterprise segun la pagina revisada el 1 de agosto de 2026.

Skills, en el sentido mas amplio de Claude, son carpetas de instrucciones, scripts y recursos que Claude carga dinamicamente cuando resultan relevantes. Esa capa existe tambien fuera de la grabacion y requiere que la ejecucion de codigo este habilitada.

La guia verifica la funcion de Claude/Cowork y el video tambien menciona ChatGPT. En ChatGPT/Codex, la funcion equivalente se llama Record & Replay: en macOS permite demostrar un workflow y convertirlo en un skill reutilizable. Requiere Computer Use habilitado; la disponibilidad concreta depende de la cuenta y la region.

03 Antes de grabar: prepara una tarea segura

La calidad empieza antes

La calidad de la salida se decide antes de tocar Start recording. Escoge un flujo, no una intencion.

Mala tarea: organizar mis operaciones. Buena tarea: cada viernes, abrir el dashboard, filtrar los ultimos siete dias, identificar las cinco campanas con CPA mas alto, exportar la tabla y dejarla en una carpeta.

Antes de iniciar, cerra conversaciones privadas, contraseñas, tokens y documentos que no deben aparecer; prepara una vista con datos no sensibles; abre solo las aplicaciones necesarias; y deja claro donde deberia terminar el resultado.

- | | |
|--|--|
| ☐ RESULTADO
Puedo decir que significa terminar y alguien puede revisar la salida. | ☐ DATOS
La pantalla no contiene secretos ni informacion que no deba enviarse. |
| ☐ ESCENA
Solo estan abiertas las apps necesarias para completar el flujo. | ☐ EXCEPCIONES
Se que hacer si falta un archivo o aparece un error. |

REGLA DE SEGURIDAD

La interfaz advierte no escribir contraseñas o secretos ni mostrar informacion sensible o conversaciones privadas durante la grabacion.

04 Como hacer la grabacion util

El flujo de captura

La ruta documentada para Claude para Mac es:

- Abri Cowork en Claude para Mac.
- En el composer, toca + y selecciona Record a skill. Tambien podes ir a Customize > Skills > Add > Record your screen.
- Lee la advertencia y toca Start recording.
- Hace la tarea con normalidad. Deja el microfono encendido si vas a narrar.
- Cuando termines, toca Done. Si la demostracion se desvio, toca Discard.

La barra de captura muestra que la grabacion sigue activa y cuenta los pasos. La documentacion indica que una grabacion puede durar unos diez minutos y que aparece una cuenta regresiva cuando queda aproximadamente un minuto.

GUION DE APERTURA

Voy a demostrar una tarea repetitiva llamada: [NOMBRE DEL FLUJO].

El resultado final debe ser: [SALIDA VERIFICABLE].

La tarea empieza cuando: [CONDICION DE INICIO].

La tarea termina cuando: [CONDICION DE SALIDA].

Estas son las fuentes que si puede usar: [APPS, CARPETAS O VISTAS].

Estas son las cosas que no debe tocar: [DATOS, ACCIONES O CUENTAS].

05 La narracion que convierte movimientos en criterio

Explicar el por que

La voz evita que el resultado sea una simple coreografia de clicks. Anthropic recomienda hablar mientras trabajas porque la narracion puede explicar por que saltas un paso o como elegis entre dos opciones.

Usa estas cinco frases cada vez que aparezca una decision:

- Estoy buscando... para nombrar la senal.
- Lo considero valido cuando... para definir el criterio.
- En este caso elijo... porque... para explicar la preferencia.
- Si aparece..., entonces... para registrar una excepcion.
- No hagas... para marcar un limite.

NARRACION DE UNA DECISION

```
Estoy buscando filas que cumplan [CRITERIO], no solo filas que tengan [SEÑAL PARECIDA].  
Lo considero valido cuando [CONDICION OBSERVABLE].  
En este caso elijo [OPCION] porque [RAZON].  
Si aparece [EXCEPCION], paro y lo dejo marcado para revision humana.  
No hagas [ACCION RIESGOSA] sin mostrarme primero una vista previa.
```

Inclui al menos una excepcion segura: que pasa si no hay resultados, si la fecha esta vacia o si el boton no aparece. No hace falta provocar un error real; alcanza con describir el fallback.

06

Revisa el skill antes de guardarlo

Aprobar o descartar

Al tocar Done, Claude inicia una tarea de Cowork y revisa la grabacion. Puede proponer un skill nuevo, marcado como NEW, o una actualizacion de un skill existente.

Antes de tocar Save o Update, revisa alcance, disparador, limites y salida. Si la demostracion se desvio, Dismiss es una buena decision: significa que la proxima version puede ser mas enfocada.

Revisa	Pregunta
Alcance	Resuelve una tarea o intenta hacer de todo?
Disparador	La descripcion dice cuando debe usarse?
Limites	Que nunca debe enviar, borrar, comprar o modificar sin confirmacion?
Salida	Que queda, donde queda y como se verifica?

QUE QUEDA DE LA GRABACION

La documentacion dice que el video y el audio no se retienen despues de la revision; se guardan capturas de la sesion dentro de la tarea de Cowork. Si borras la tarea, esas capturas se eliminan con ella.

07

De una demostracion a un procedimiento operativo

La ficha minima

La grabacion te da un borrador. Para que el skill sobreviva a la proxima semana, completa estos campos: nombre, descripcion, entrada, procedimiento, excepciones, salida y revision.

Campo	Que debe responder
Nombre	Como lo llamaria alguien que necesita usarlo.
Descripcion	Cuando debe activarse y que resultado produce.
Entrada	Que archivos, vistas o datos necesita.
Procedimiento	Los pasos con el criterio de cada decision.
Excepciones	Cuando parar, pedir confirmacion o usar un fallback.
Salida	Que archivo, tabla, mensaje o cambio debe quedar.
Revision	Como comprobar que la salida esta correcta.

FICHA MINIMA DE UN SKILL

name: reporte-semanal-de-campanas

description: Preparar el reporte semanal de campanas con los datos de los ultimos 7 dias.

Entrada:

- Dashboard de anuncios conectado.
- Rango: ultimos 7 dias completos.
- Carpeta: reportes/campanas/

Procedimiento:

1. Revisar cuenta y rango.
2. Filtrar y ordenar por CPA de mayor a menor.
3. Exportar las cinco campanas con peor CPA.
4. Mostrar una vista previa antes de enviar.

Limites:

- No cambiar presupuestos.
- No pausar campanas.
- Parar si la cuenta o rango no estan claros.

Salida:

- Un CSV y un resumen de cinco lineas.

08

Como usarlo y cuando programarlo

A demanda o con horario

Las skills se cargan dinamicamente cuando Claude determina que son relevantes. Para aumentar la probabilidad de activacion, describe el resultado y usa el nombre del skill como apoyo.

USAR UN SKILL GUARDADO

Usa el skill [NOMBRE DEL SKILL] para completar [RESULTADO].

Trabaja solo con [FUENTES PERMITIDAS].

Primero confirma que la cuenta, el rango y la carpeta de salida sean correctos.

Devuelve una vista previa antes de enviar, compartir, borrar o modificar algo.

Si falta una fuente o una decision no esta cubierta, para y preguntame.

La documentacion oficial confirma que las tareas programadas de Cowork pueden usar skills y plugins instalados. Estan disponibles en planes pagados y corren en remoto. Pero una tarea programada no puede quedar atada a una carpeta de tu computadora; si el flujo necesita archivos o apps locales, deja un paso manual o usa un entorno remoto compatible.

TAREA PROGRAMADA CON LIMITES

Cada [DIA Y HORA], ejecuta el skill [NOMBRE] para preparar [SALIDA].

Usa solo [FUENTES]. Guarda el resultado en [UBICACION PERMITIDA].

No envíes, publiques, borres ni modifiques datos sin mostrarme una vista previa.

Si la fuente no esta disponible o falta un dato, marca la tarea como pendiente en vez de adivinar.

09 Privacidad, permisos y límites reales

Que no delegar a ciegas

Durante la grabación, todo lo que aparece en pantalla y todo lo que decís forma parte de la captura que se envía a Claude para construir la propuesta. Trátala como información compartida, no como un video privado que desaparece sin rastro.

- La grabación captura lo que se ve y se dice; no entiende automáticamente intenciones que nunca explicaste.
- Un cambio de layout, cuenta, permiso o nombre de campo puede romper el camino grabado.
- Los skills pueden incluir scripts o recursos y deben revisarse antes de habilitarlos, especialmente si vienen de otra persona.
- Las acciones con consecuencias reales deben tener una pausa de revisión humana.
- La programación usa el contexto y las capacidades de la tarea; no presupongas acceso a los mismos archivos locales.

DISPONIBILIDAD NO ES GARANTÍA UNIVERSAL

Record a skill está documentado para Cowork en Claude para Mac en Pro, Max y Team. Las skills generales aparecen documentadas para Free, Pro, Max, Team y Enterprise cuando la ejecución de código está habilitada. Verifica cuenta, versión y configuración antes de prometer el flujo a un cliente.

- | | |
|--|---|
| <p>☐ ANTES</p> <p>Quita secretos, sesiones privadas y datos que no son necesarios.</p> | <p>☐ DURANTE</p> <p>Explica el por qué, excepciones y acciones que nunca debe tomar.</p> |
| <p>☐ DESPUES</p> <p>Lee la propuesta y prueba la salida con datos de bajo riesgo.</p> | <p>☐ SIEMPRE</p> <p>Pide vista previa antes de enviar, publicar, borrar, comprar o modificar.</p> |

10 El plan de una tarde

Instalarlo hoy

1. Hace una lista de cinco tareas repetitivas que hoy dependan de tu memoria.
2. Escoge una que tenga inicio, salida y bajo riesgo.
3. Prepara una escena limpia con datos de prueba o datos no sensibles.
4. Escribe el guion de apertura y la condicion de salida.
5. Abri Cowork en Claude para Mac y busca + > Record a skill.
6. Graba una demostracion corta, narrando decisiones y excepciones.
7. Toca Done y lee la tarjeta propuesta completa.
8. Guarda el skill solo si el alcance, los limites y la salida estan claros.
9. Pruebalo con una segunda entrada parecida, pero no identica.
10. Si quieres programarlo, crea la tarea con fuentes, ubicacion, limites y vista previa escritos.

LA MEDIDA DE EXITO

El resultado no debería ser que la IA hace todo sola. Debería ser que una tarea que antes solo existía en tu cabeza ahora tiene un procedimiento que puedes revisar, repetir, delegar y mejorar.

Fuentes y limites de esta guia

Investigacion revisada el 1 de agosto de 2026

FUENTE	URL
Record a skill	https://support.claude.com/en/articles/12512198-how-to-create-custom-skills
What are skills?	https://support.claude.com/en/articles/12512176-what-are-skills
Scheduled tasks	https://support.claude.com/en/articles/13854387-schedule-recurring-tasks-in-claude-cowork
Get started with Cowork	https://support.claude.com/en/articles/13345190-get-started-with-claude-cowork
Record & Replay	https://developers.openai.com/codex/record-and-replay

La documentacion de Anthropic puede cambiar por version, plan, region o configuracion de organizacion. Usa las fuentes para verificar la disponibilidad de tu cuenta antes de convertir esta guia en una promesa comercial.

SIGUIENTE PASO

Escoge una sola tarea repetitiva, limpia la escena y grabala con una salida que se pueda revisar. La primera version no necesita ser perfecta; necesita ser especifica y segura.