Primer Boceto de Podcast

Radio y Podcast 2026 · Alumna: María Sandoval

TIPO DE PODCAST

Entretenimiento.

TEMA

Lo difícil que es maternar y seguir sintiéndose mujer. Lo cuento desde mi propia experiencia como mamá: los comentarios, los juicios y la presión, y cómo nos afectan en la cabeza y en el cuerpo, más allá de la versión romántica de la maternidad.

OBJETIVO

Que las mamás se sientan acompañadas y se den cuenta de que no están solas ni locas. Hablar en voz alta de lo que muchas pensamos y no decimos, con humor y sin filtro, para sacarle peso a la culpa y desarmar los mandatos de la “madre perfecta”.

PÚBLICO OBJETIVO

Mamás de 25 a 40 años, con hijos chicos, que sienten que perdieron su espacio, su tiempo y a veces su identidad. Consumen Instagram, TikTok y reels de maternidad real, y escuchan podcasts mientras hacen otras cosas: cocinan, viajan o llevan a los chicos.

PÚBLICO SECUNDARIO

- Parejas y familiares que quieren entender lo que vive una mamá.
- Mujeres que están pensando en ser mamás o que están embarazadas.
- Abuelas y otras mujeres que maternaron “a la antigua” y se pueden ver reflejadas.

OTROS DATOS DEFINIDOS

- **Formato:** individual. Conduzco sola, en primera persona.
- **Tono:** picante y directo.
- **Duración:** unos 20 minutos por capítulo.
- **Soporte:** audio y video. El video va a YouTube y a clips para Instagram y TikTok, y el audio va a Spotify.
- **Nombre:** a definir (lo propongo en el segundo boceto).