

Alumna de PrepaTec, instructora y estrella de TikTok



Paulina Sánchez es **estudiante en PrepaTec campus León**, su pasión, amor por la música, el baile y el performance la ha llevado a convertirse en **instructora de danza, participar a nivel nacional en festivales de arte** y alcanzar **más de 260 mil seguidores en TikTok**.

Paulina cuenta que **desde pequeña soñaba con pararse en el escenario** mientras veía a su hermana en presentaciones de baile. Por lo que **no dudó ni un segundo en aplicar a la compañía de danza** del Tec campus León.

"La primera vez que me paré en el escenario fue en una presentación de la compañía de danza. Fue increíble sentir las luces, la gente mirando hacia ti y percibir toda esa energía" comentó Paulina.



width="900" loading="lazy">

Dentro de la compañía Paulina ha tenido la oportunidad de participar en presentaciones como la final del [Festival Nacional de la Cultura y las Artes](#) en Querétaro, [Requiem por el fundador del Tec Don Eugenio Garza Sada](#) entre otros.

Sánchez cuenta que lo que ha logrado hasta ahora ha sido **gracias a la disciplina, responsabilidad y técnica** que le ha fomentado **su instructora** dentro de la compañía de danza **Marcia Damián**, quien también es fundadora de su propio estudio de baile, Dance Makers.

Gracias a **su dedicación en la compañía** y a que había **practicado gimnasia olímpica** desde chica, Paulina comenzó su camino como **instructora en la academia de su mentora** donde imparte la **clase de jazz y acrobacias** a alumnos desde los 4 hasta los 20 años de edad.



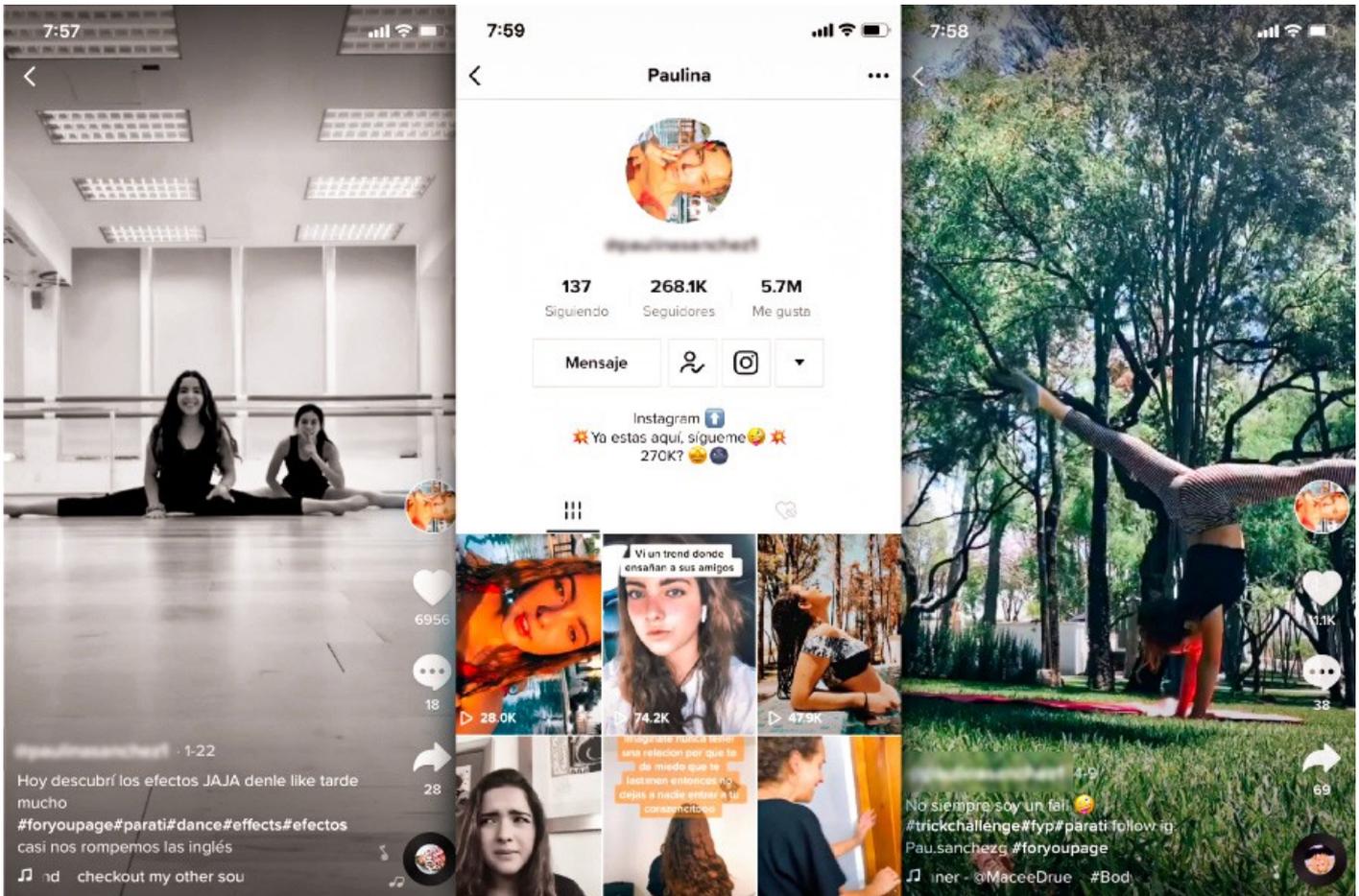
width="900" loading="lazy">

TikTok es una red social **lanzada en China el año 2016**, para inicios del año reportó mas de 500 millones de usuarios. Su nombre en español significa sacudir la música y se basa en la **producción y difusión de videos musicales de un minuto** entre sus usuarios.

Paulina descubrió la aplicación en boca de sus amigos. **Comenzó subiendo videos** con ellos, con su mamá y **recreando pequeñas rutinas de baile** que se han difundido a lo largo de la plataforma.

Hoy en día **cuenta con más de 260 mil seguidores y 5.7 millones de likes** entre los videos que ha subido. Muchos de estos **mostrando sus propias rutinas y movimientos que aprendió en la compañía de danza del Tec.**

"En la compañía de danza aprendes a expresarte y transmitir sentimientos a tus espectadores tanto en el escenario, como al momento de hacer videos" comentó para Conecta.



width="900" loading="lazy">

Paulina nos da algunos tips para destacar en redes sociales.

1. **Perder el miedo.** Muchas veces nos sentimos inseguros con el contenido que creamos e incluso lo borramos. "No eres la única persona que lo está haciendo, ¡diviértete!".
2. **Crea contenido original.** La gente busca cosas que no ha visto, crea tus propios bailes, cuenta tus historias, no temas hablarle a la cámara y contar chistes. "Para mis bailes desarrolló una coreografía como si estuviera en la compañía de danza".
3. **Se constante.** No sirve de mucho llenar tus redes de contenido un día y desaparecer por un mes. Es importante mantener un ritmo y no dejar de hacer lo que te gusta.

Paulina considera que la popularidad de esta plataforma se basa en tener **videos cortos, originales y divertidos**; El algoritmo que permite a los videos **aumentar su alcance fuera de tu círculo social** y la facilidad con la que **cualquiera puede crear un video** sin ser experto.

"De las cosas que más me ha dejado la compañía y el Tec es el sentido de responsabilidad e independencia, así como abrirme fuera de mi círculo social" finalizó Sánchez.

Seguro también querrás leer: