



FREE Y PRO, EN EL CHAT

HAZ QUE TU CLAUDE DURE MÁS

7 cambios para que tu límite llegue más lejos, y el prompt para cambiar de chat sin perder nada.

TU SESIÓN DE 5 HORAS

SE REINICIA

TODO EN EL MISMO CHAT

cada mensaje pesa más



TEMA NUEVO, CHAT NUEVO

te llega más lejos



0 h

1 h

2 h

3 h

4 h

5 h

Cómo se cuenta tu límite

Cuántos mensajes te caben depende de lo largo que sea cada uno, de lo que adjuntas, de lo que ya lleva el chat y del modelo. El margen se rellena solo cada cierto tiempo.

Free

Un límite por sesión que se reinicia **cada 5 horas**.

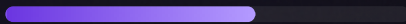
Pro y Max

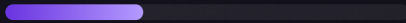
La sesión de 5 horas y, encima, un **límite semanal** para todos los modelos, que se reinicia a una hora fija cada semana.

DÓNDE LO VES

Configuración > Uso

Dos barras: la sesión de 5 horas y la semana, con cuándo se reinicia. Salen en Pro, Max, Team y Enterprise.

Sesión 

Semana 

TODO SUMA JUNTO

Lo que gastas en **claude.ai**, en la **app de escritorio** y en **Claude Code** sale del mismo límite. Si por la mañana tiras de Claude Code, por la tarde lo notas en el chat.

Lo que más te come el límite

QUÉ	POR QUÉ	QUÉ HAGO
Chats largos	Cuanto más largo va el chat, menos mensajes te caben.	Tema nuevo, chat nuevo Página 4
Archivos grandes	El tamaño de lo que adjuntas cuenta en cada mensaje.	Lo que usas siempre, a un Proyecto Página 6
El modelo	Haiku es el más ligero. Fable, el que más gasta.	El modelo justo para la tarea Página 8
Esfuerzo y pensamiento	Más esfuerzo, más tokens.	Esfuerzo bajo para la rutina Página 8
Investigación y búsqueda web	Cuentan como uso de herramientas.	Apágala si no buscas datos de hoy Página 9
Conectores	Anthropic avisa de que gastan muchos tokens.	Solo los de esa conversación Página 9

También suman **crear artefactos** y las tareas de varios pasos, como ejecutar código o navegar por webs.

Tema nuevo, chat nuevo

Es lo que más repite Anthropic: chat nuevo para cada tema, y también cuando un chat largo te acerca al límite. Así pierdes lo hablado, por eso yo pido un resumen antes de cambiar.

El prompt para cambiar de chat

EN MI CASO

PROBADO

Resume esta conversación para seguirla en un chat nuevo. Incluye el objetivo, las decisiones que hemos tomado, los datos clave, el tono que estamos usando y lo que falta por hacer. Máximo 200 palabras, en un bloque que pueda pegar tal cual.

1

Pégalo al final del chat largo

Te devuelve un bloque con todo lo importante.

2

Abre un chat nuevo y pega el bloque

Si estabas en un Proyecto, ábrelo dentro del mismo Proyecto.

3

Debajo, pide lo siguiente

En el mismo mensaje. Así no gastas uno solo en presentar el contexto.

Así queda el resumen

Lo probé con un chat de once mensajes sobre la campaña de enero de una clínica de fisioterapia, con cambios por el camino.

LO QUE DEVOLVIÓ (RECORTADO)

Objetivo: pacientes nuevos en enero con dolor de espalda por teletrabajo.

Decisiones: 1.200 € al mes en Meta Ads e Instagram. 20 % en la primera sesión.

Datos: bajar el coste por lead de 9,40 € a menos de 7 €.

Tono: de tú, con humor sin reírse del paciente. Nada de «milagro» ni «curar».

Falta: guiones de 4 reels, calendario y respuesta de WhatsApp.

EN EL CHAT NUEVO

[Resumen pegado] Seguimos por aquí. Hazme el guion del primer reel, de unos 20 segundos.

- ✓ Cerró con «**Pide cita por WhatsApp**», el CTA que habíamos fijado.
- ✓ Metió el **20 %** y no la valoración gratis.
- ✓ Ni «milagro» ni «curar».

No tuve que repetirle nada. Si ves que falta algo, añádelo tú al bloque antes de pegarlo.

Proyectos bien usados

Lo que subes al conocimiento de un Proyecto queda en caché y **cuenta menos cuando lo vuelves a usar**. Hay Proyectos en todos los planes. En Free puedes tener hasta cinco.

1 Lo que consultas siempre, dentro

La guía de marca, las tarifas, el briefing del cliente. En vez de adjuntarlo otra vez en cada chat.

2 Trabaja de un tirón

La caché caduca si pasas un rato sin usarla, y tras un descanso largo el primer mensaje lo cuenta todo entero. Yo junto lo de cada cliente en la misma mañana. **EN MI CASO**

3 Borra lo que ya no uses

El informe del trimestre pasado, la versión vieja de la propuesta. Fuera.

4 Instrucciones cortas **EN MI CASO**

Unas pocas líneas con el tono y el formato. Todo lo demás va en los documentos.

En los planes de pago, si el conocimiento se llena, el Proyecto pasa a **modo RAG** y te da hasta 10 veces más capacidad.

Cinco preguntas, un mensaje

Si tienes varias preguntas relacionadas, Anthropic recomienda **juntarlas en un solo mensaje**. Te ahorras el ir y venir.

CINCO MENSAJES

1 Escribeme 3 asuntos para el email de Black Friday.

2 Hazlos más cortos.

3 ¿Y el preheader?

4 Dame también el texto del botón.

5 Ponlo todo de tú.

Cinco idas y vueltas, y el chat cada vez más largo.

UN MENSAJE

Para el email de Black Friday de **[mi tienda]**, dame 3 asuntos de menos de 40 caracteres, un preheader para cada uno y el texto del botón. Tono cercano, de tú. Lo recibirán **[clientes que compraron el año pasado]**.

Sale todo a la primera y con el mismo tono.

Reléelo antes de mandarlo. Un mensaje claro y completo te ahorra los «me faltó decirte que...».

Qué modelo para cada tarea

Cada modelo gasta a un ritmo distinto. Las tareas de cada tarjeta son cómo lo reparto yo en marketing **EN MI CASO**



Haiku



EL MÁS LIGERO

Free y de pago

Resumir un informe, clasificar comentarios, sacar datos de una tabla.



Sonnet



MODERADO

Free y de pago

Copys, emails y analizar una campaña. Es mi modelo por defecto.



Opus



PESADO

Pro en adelante

Una estrategia o una investigación que vas a ir corrigiendo.



Fable



EL MÁS PESADO

Planes de pago

Tareas largas de muchos pasos en las que un error sale caro.

EL ESFUERZO

Está en el menú del modelo, junto al botón de enviar. Tiene **cinco niveles** («Muy alto» solo en algunos modelos), y el que viene marcado por defecto vale para casi todo. Bájalo para lo rutinario y guarda el máximo para lo más difícil.

BAJO

MEDIO

ALTO

MUY ALTO

MÁXIMO

Apaga lo que no usas



Búsqueda web

+ abajo a la izquierda > Búsqueda web

Cuando desaparece el check, está apagada. Si tienes la nueva experiencia de Claude no hay interruptor: dile que no busque en internet cuando no necesites datos de hoy.



Conectores



+ > Conectores

Deja encendidos solo los que necesita esa conversación. Para redactar un email no hace falta tener el Drive conectado.



Pensamiento extendido

Menú del modelo > Esfuerzo > interruptor de pensamiento

Apágalo cuando no necesites que razone a fondo. En Haiku 5.5, Sonnet 5.5, Opus 5.5, Fable 5.1 y Opus 5 no se puede apagar: **ahí baja el esfuerzo**.

En Free, buscar y leer webs **también cuenta** para tu límite de 5 horas. Apagarlo cuando no hace falta te deja margen para lo importante.

PARA TENERLA A MANO

Antes de cada chat

- | | | |
|--------------------------|--|---------------------|
| ☐ | ¿Es un tema nuevo ? | Chat nuevo |
| ☐ | ¿Lo vas a consultar más veces ? | Al Proyecto |
| ☐ | ¿Tienes varias preguntas ? | Un mensaje |
| ☐ | ¿Es algo rápido ? | Haiku o Sonnet |
| ☐ | ¿Es rutina ? | Esfuerzo bajo |
| ☐ | ¿Necesitas datos de hoy ? | Si no, sin búsqueda |
| ☐ | ¿Necesita tus conectores ? | Si no, apagados |

Empieza hoy por uno: pega el prompt de la página 4 en el chat más largo que tengas abierto y sigue en uno nuevo.

FUENTES OFICIALES · [SUPPORT.CLAUDE.COM](https://support.claude.com)

How do usage and length limits work (11647753) · What is the Pro plan (8325606) · Usage limit best practices (9797557) · Manage extra usage for paid Claude plans (12429409) · What are projects (9517075) · Model, effort and thinking settings (8664678) · Web search (10684626) · Connectors in Claude (11176164) · academy.claude.com: Choosing the right Claude model