

POLÍTICA DE COOKIES

Última actualización: 13 de septiembre de 2026

En esta Política de Cookies encontrarás toda la información necesaria para comprender cómo y por qué se utilizan cookies y tecnologías similares de seguimiento en los sitios web, subdominios y plataformas titularidad de **Suelo Pélvico Fit LLC** (en adelante, "nosotros" o "la entidad"):

- carolinagarrido.com
- programas.carolinagarrido.com
- suelopelvicofit.app.clientclub.net (videoescuela y área privada alojada en GoHighLevel)
- Subdominios, páginas de venta, embudos, formularios y comunidades alojadas en GoHighLevel.

La presente política cumple con las obligaciones establecidas en el Reglamento General de Protección de Datos (RGPD) de la Unión Europea, la Ley Orgánica 3/2018 (LOPDGDD), la Directiva ePrivacy y la Ley 34/2002 de Servicios de la Sociedad de la Información y de Comercio Electrónico (LSSI-CE).

1. ¿Qué son las cookies y tecnologías de seguimiento?

Las cookies son pequeños archivos de texto que se descargan y almacenan en tu dispositivo (ordenador, teléfono móvil o tablet) al acceder a nuestras páginas web. Permiten almacenar y recuperar información sobre la navegación, el uso del sitio y las preferencias del usuario (como el mantenimiento de la sesión iniciada en la videoescuela).

Dentro de esta categoría se incluyen también otras tecnologías equivalentes de rastreo:

- Píxeles de seguimiento y conversión (Meta Pixel, TikTok Pixel, Google Ads).
- Etiquetas (*tags*) y contenedores gestionados a través de Google Tag Manager.
- SDKs e identificadores de dispositivo.
- Scripts de autenticación y analítica interna de plataformas como GoHighLevel, Harbiz, Vimeo y Stripe.

2. ¿Por qué utilizamos cookies y cuál es su base legal?

Utilizamos estas tecnologías con las siguientes finalidades:

1. **Garantizar el funcionamiento técnico del sitio web:** Cargar contenidos de forma segura, gestionar accesos al área privada de alumnas y validar formularios (*Base*

legal: Ejecución del contrato / Interés legítimo, sin necesidad de consentimiento previo).

2. **Procesar pagos seguros:** Facilitar la autenticación de transacciones y prevención de fraude a través de Stripe (*Base legal: Ejecución del contrato*).
3. **Analizar el rendimiento y tráfico web:** Medir patrones de navegación y uso a través de Google Analytics 4 y métricas internas (*Base legal: Consentimiento explícito*).
4. **Gestionar campañas publicitarias y remarketing:** Medir atribución de conversiones y mostrar anuncios relevantes en redes sociales mediante Meta Pixel, TikTok Pixel y Google Ads (*Base legal: Consentimiento explícito*).

Las cookies no esenciales se instalarán **únicamente tras obtener tu consentimiento explícito** a través del banner de configuración.

3. Tipos de cookies utilizadas

A. Según su finalidad

- **Cookies Necesarias (Obligatorias):** Permiten la navegación básica, seguridad, autenticación en GoHighLevel, reproductor de vídeo en Vimeo, entorno seguro en Harbiz y procesamiento de pagos en Stripe. No requieren consentimiento previa instalación.
- **Cookies de Preferencias o Personalización:** Permiten recordar parámetros como la zona horaria, idioma o mantenimiento de interfaz de usuario.
- **Cookies Analíticas o de Medición:** Recopilan información anónima sobre cómo interactúan las usuarias con la web (Google Analytics 4, Google Tag Manager y analítica interna de GoHighLevel).
- **Cookies de Publicidad y Remarketing:** Permiten crear audiencias personalizadas, medir conversiones de anuncios y mostrar campañas de remarketing en Meta (Facebook/Instagram), TikTok y Google Ads.

B. Según su permanencia

- **Cookies de Sesión:** Diseñadas para recabar y almacenar datos mientras la usuaria accede a la web. Se eliminan automáticamente al cerrar el navegador.
- **Cookies Persistentes:** Los datos permanecen almacenados en el dispositivo y pueden ser accedidos y tratados durante un periodo definido por el responsable de la cookie (desde unos minutos hasta 2 años).

4. ¿Quién utiliza las cookies? (Titularidad)

- **Cookies Propias:** Gestionadas directamente por **Suelo Pélvico Fit LLC** para guardar la configuración del banner de consentimiento y preferencias del sistema.

- **Cookies de Terceros:** Administradas por prestadores de servicios tecnológicos externos integrados en nuestra plataforma:
 - **GoHighLevel:** Hosting web, gestión de formularios, CRM, automatizaciones y videoescuela.
 - **Stripe:** Pasarela de pago cifrada y prevención de fraude.
 - **Harbiz:** Plataforma y aplicación de rutinas de entrenamiento.
 - **Vimeo:** Reproducción de contenidos de vídeo alojados en alta definición.
 - **Google (Analytics 4 / Tag Manager / Workspace / Ads):** Analítica, gestión de etiquetas y publicidad.
 - **Meta Platforms (Meta Pixel):** Publicidad en Facebook e Instagram y medición de conversiones.
 - **TikTok (TikTok Pixel):** Medición de campañas y conversión en TikTok Ads.
 - **Webempresa:** Gestión de registros de dominio y servicios DNS.

5. Tabla representativa de cookies utilizadas

La siguiente tabla ofrece una visión esquemática de las principales cookies empleadas en nuestros portales (la lista puede actualizarse en función de modificaciones técnicas en las plataformas de terceros):

Cookies Necesarias y Técnicas

Cookie	Proveedor	Finalidad	Duración
ghl_session	GoHighLevel	Gestión de sesión y autenticación en la videoescuela	Sesión
__stripe_mid	Stripe	Medidas de seguridad y prevención de fraude en el pago	1 año
__stripe_sid	Stripe	Identificación de la sesión de pago en curso	Sesión

player / void	Vimeo	Guardar preferencias del reproductor y reproducción de vídeo	Persistente (2 años)
harbiz_auth	Harbiz	Autenticación y acceso seguro a las rutinas	Sesión
cookie_consent	GoHighLevel	Guardar la elección de la usuaria en el banner de cookies	1 año

Cookies Analíticas y de Medición

Cookie	Proveedor	Finalidad	Duración
_ga	Google Analytics	Distinguir e identificar a las usuarias de forma anónima	2 años
ga_*	Google Analytics	Registrar y medir eventos de navegación y conversión	2 años
_gid	Google Analytics	Agrupar estadísticas de rendimiento y tráfico	24 horas

Cookies Publicitarias y de Remarketing

Cookie	Proveedor	Finalidad	Duración
_fbp	Meta Platforms	Almacenar y realizar seguimiento de visitas para Meta Ads	3 meses

fr	Meta Platforms	Entregar, medir y mejorar la relevancia de los anuncios	3 meses
_tt_enable_cookie	TikTok	Medir rendimiento publicitario y remarketing en TikTok	13 meses
_ttp	TikTok	Medición de atribución de campañas publicitarias	13 meses

6. ¿Cómo configurar, rechazar o revocar el consentimiento?

Al acceder por primera vez a cualquiera de nuestras páginas, se mostrará un **banner de consentimiento de cookies** que te permite:

1. **Aceptar todas las cookies.**
2. **Rechazar todas las cookies no esenciales.**
3. **Configurar preferencias por categorías** (Técnicas, Analíticas, Marketing).

Puedes reabrir el panel de preferencias en cualquier momento haciendo clic en el enlace **"Configuración de Cookies"** disponible en el pie de página de nuestras webs.

Desactivación desde las opciones de tu navegador:

Asimismo, puedes restringir, bloquear o borrar las cookies instaladas en tu equipo configurando las opciones del navegador que utilices:

- [Google Chrome](#)
- [Mozilla Firefox](#)
- [Safari para Mac](#)
- [Safari para iPhone/iPad](#)
- [Microsoft Edge](#)
- [Opera](#)

Políticas de privacidad y cookies de terceros:

- [Política de Cookies de Google](#)
- [Política de Cookies de Meta \(Facebook/Instagram\)](#)

- Política de Cookies de TikTok

7. Transferencias Internacionales de Datos

Debido a que **Suelo Pélvico Fit LLC** es una entidad estadounidense y utiliza herramientas tecnológicas de empresas ubicadas en EE. UU. (GoHighLevel, Stripe, Meta, Google, TikTok), la información captada por ciertas cookies se transfiere fuera del Espacio Económico Europeo (EEE).

Todos nuestros proveedores están adheridos al **Data Privacy Framework (DPF)** o ejecutan las **Cláusulas Contractuales Tipo (SCC)** aprobadas por la Comisión Europea, garantizando un nivel adecuado de protección de datos.

8. Modificaciones de la Política de Cookies

Nos reservamos el derecho de actualizar la presente Política de Cookies para adaptarla a novedades legislativas, cambios técnicos en las plataformas o la incorporación de nuevos píxeles publicitarios. La versión vigente estará siempre accesible en nuestras plataformas.