GUÍA · CLAUDE DUET

Tu propio Duet en Claude Code, gratis

Un asistente que cada mañana te resume el día y te prepara respuestas. Pero no envía nada sin ti.



- Tarea diaria a las 8:00
- Permisos que no se olvidan
- 3 prompts listos
- Tú apruebas

ANTES DE EMPEZAR

Hola, somos Lynx Studios

Hoy todo el mundo quiere usar la IA para crear más y ganar tiempo. Pero tenemos muchísimos datos, mil herramientas, no conocemos todo lo que la IA puede hacer y nos falta orden.



Por eso creamos Lynx Virtual Office

Una oficina digital de agentes de IA que ves en un mapa 3D. Agentes especializados, muy listos, coordinados por un superagente. Como una pequeña empresa digital que trabaja contigo, tanto si vas por tu cuenta como si tienes equipo o negocio.

Especialistas

Cada agente sabe de lo suyo.

Un superagente

Reparte el trabajo y coordina.

Tú decides

Revisas y apruebas lo importante.

¿No quieres montarlo ni mantenerlo tú? Esa es la alternativa: en Lynx Virtual Office, Iris coordina a los agentes por departamentos, trabajan con la memoria de tu empresa y tú apruebas.

01 PROGRÁMALO

Tu resumen de las 8:00

En la app de escritorio de Claude. Antes, conecta tu correo y tu calendario como conectores.

1. **Abre las tareas**
   Pestaña **Code** → **Scheduled** en la barra lateral. Si pone **Routines**, entra ahí.

2. **Crea la tarea**
   New task (si pregunta, **Set up manually**). Ponle nombre y pega el prompt de abajo.

3. **Que sea local**
   Advanced settings → activa **Only on this computer** y elige la carpeta.

4. **Ponle hora**
   En **Trigger**: **Daily** a las **8:00**. Pulsa **Create** y luego **Run now** una vez para aprobar lo que pida.

PROMPT · RESUMEN DE LA MAÑANA — Copia y pega

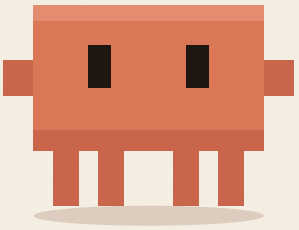
«Revisa mi correo y mi calendario de hoy. Dame en 10 líneas: reuniones, correos que necesitan respuesta y lo urgente. No envíes, borres ni archives nada.»

¿Y con el ordenador apagado?

Crea una tarea en la nube (**Cloud**): funciona aunque apagues. Pero por defecto va en **modo automático**: decide un clasificador, no te pregunta a ti. Y no ve tus archivos locales.

NEW SCHEDULED TASK · ASÍ QUEDA

Name	**resumen-manana**
Only on this computer	ON
Trigger	**Daily · 8:00**



Fuentes: code.claude.com/docs/en/desktop-scheduled-tasks (documentación oficial de Claude Code). Revisado el 20-11-2026.

02 PROTÉGELO

Lo que no puede hacer

Pega esto en `~/.claude/settings.json`. Vale para todos tus proyectos.

~/.CLAUDE/SETTINGS.JSON

```
{
  "permissions": {
    "ask": [
      "Edit",
      "Bash(git push *)"
    ],
    "deny": [
      "mcp__claude_ai_<conector>__<herramienta>",
      "Bash(rm *)",
      "Read(./.env)"
    ]
  }
}
```

deny: no lo hace nunca.

ask: siempre te pregunta.

Orden: deny, luego ask, luego allow. Gana la primera que coincide.

Ojo: en una tarea programada, lo que está en ask la deja esperando tu respuesta.

La línea naranja es tuya. Busca en `/mcp` la herramienta de enviar de tu correo y pon su nombre exacto. Los conectores se llaman `mcp__claude_ai_<conector>__<herramienta>`.

⚠ POR QUÉ EN LA CONFIGURACIÓN Y NO EN EL CHAT

En febrero de 2026, **Summer Yue** (Meta) le dijo a su agente **OpenClaw** que no hiciera nada sin su permiso. Borró **cientos de correos** de su bandeja.

Según ella, el chat se resumió para hacer sitio y la orden se perdió. Una regla en `settings.json` no se resume: se aplica siempre.

DÓNDE VIVE LA REGLA

Se lo dices en el chat
Puede perderse si el chat se resume

→

Lo pones en settings.json
deny, luego ask, luego allow

→

Se cumple siempre
En cada sesión y cada tarea

Fuentes: code.claude.com/docs/en/permissions · relato de Summer Yue en X (23-02-2026), recogido por TechCrunch. Revisado el 20-11-2026.

03 ÚSALO

3 prompts y sus límites

RESUMEN DE LA MAÑANA · DAILY 8:00 — Copia y pega

«Revisa mi correo y mi calendario de hoy. Dame en 10 líneas: reuniones, correos que necesitan respuesta y lo urgente. No envíes, borres ni archives nada.»

PREPARA LA RESPUESTA, PERO NO LA ENVÍES — Copia y pega

«Prepara un borrador de respuesta para [correo o persona]. Déjalo en borradores y enséñamelo. No lo envíes.»

REPASO SEMANAL · WEEKLY, VIERNES — Copia y pega

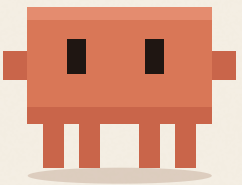
«Resume mi semana: qué se cerró, qué quedó pendiente y qué tengo la semana que viene. Propón 3 prioridades.»

⚠ LO QUE NECESITA

- **Plan Pro o superior** para usar Claude Code.
- **Ordenador encendido.** Si duerme a las 8:00, se salta; al despertar hace una sola ejecución de recuperación.
- **La app abierta.** Solo mira la agenda mientras está en marcha.

¿Y el Duet oficial? Está en vista previa con lista de espera, solo en EE. UU., para planes de pago y sin coste extra.

L	M	X	J	V
8:00	8:00	8:00	8:00	8:00 + repaso



Fuentes: claude.com/en/resources/articles/claude-duet · code.claude.com/docs/en/desktop-scheduled-tasks. Revisado el 20-11-2026.

Y AHORA

Mira lo que hacemos

Con esta guía tienes un asistente que te prepara el día. En la oficina llevamos esa idea a todo un negocio: Iris reparte el trabajo entre departamentos de agentes y tú apruebas lo importante.



Ver la oficina por dentro lynxstudios.es/virtual-office →

¿LA QUIERES PARA LO TUYO?

Escríbenos **OFICINA** por DM en **@lynxstudiosbcn** y te contamos si encaja.

MÁS GUÍAS GRATIS

Cada semana, una herramienta nueva de IA explicada en un reel y su guía.

Guía independiente: no está hecha ni respaldada por Anthropic. Claude y Claude Duet son marcas de Anthropic.