Formularios de contacto en WordPress: por qué no llegan a Gmail y cómo configurarlos bien

Si los mensajes del formulario de contacto de tu web no te llegan a una cuenta de Gmail, o llegan tarde o a spam, casi siempre es por la forma en que el formulario está configurado para enviar el correo. Esta guía explica por qué pasa y cómo dejarlo bien en los dos plugins más habituales: **WPForms** y **Contact Form 7**.

Por qué Gmail rechaza el correo del formulario

Muchos formularios vienen configurados, o se configuran por comodidad, para que el mensaje salga **desde la dirección del visitante** o desde una dirección de Gmail. Es decir, el servidor de tu web envía un correo que dice ser de `usuario1@ejemplo.es`.

Gmail comprueba que quien envía un correo esté autorizado por el dominio que aparece como remitente. Tu servidor no está autorizado a enviar en nombre de `gmail.com` ni del dominio de tus visitantes, así que Gmail lo trata como una suplantación. Según el caso lo verás como:

- **Aplazado y reintentado**, con errores como `421-4.7.32` (remitente no alineado) o `421-4.7.0` (mensaje sospechoso).
- **Rechazado en firme**, con errores como `550-5.7.26` (remitente no autenticado).

A esto se suma el spam: un formulario sin protección recibe envíos automáticos de bots, y ese contenido hace que Gmail desconfíe todavía más del resto de correos de tu web.

La regla: tres campos, tres direcciones distintas

Campo	Qué poner	Ejemplo
De (From)	Una dirección de **tu propio dominio**	`usuario2@ejemplo.es`
Responder a (Reply-To)	El correo que escribe el visitante en el formulario	el campo «Email» del formulario
Para (To)	Quien recibe los mensajes	tu buzón, sea del dominio o de Gmail

Así el correo sale legítimamente desde tu dominio, y cuando pulsas «Responder» contestas directamente al visitante. No pierdes nada.

El nombre del remitente sí puede ser el del visitante: lo que importa es la **dirección**.

WPForms

Remitente

1. Entra en **WPForms → Todos los formularios** y edita el formulario.
2. Ve a **Ajustes → Notificaciones**.
3. En **Correo electrónico del remitente** pon una dirección de tu dominio, por ejemplo `usuario3@ejemplo.es`. No dejes `{admin_email}` si el correo de administración de WordPress es de Gmail u otro proveedor.
4. En **Responder a** selecciona, con el botón de etiquetas inteligentes, el campo **Email** del formulario.
5. En **Enviar a la dirección de correo** pon el buzón donde quieres recibir los mensajes. Revisa que no sea un valor de ejemplo como `@example.com`.

Protección antispam

1. En **WPForms → Ajustes → CAPTCHA** elige un proveedor (**Cloudflare Turnstile**, **hCaptcha** o **reCAPTCHA**) y pega sus claves. Las tres opciones son gratuitas.
2. Edita el formulario y, en **Ajustes → Protección y seguridad antispam**, activa la protección antispam y el CAPTCHA.

Contact Form 7

Remitente y asunto

Edita el formulario en **Contacto → Formularios de contacto** y abre la pestaña **Correo electrónico**:

- **Para:** tu buzón.
- **De:** `[your-name] <usuario4@ejemplo.es>` (el nombre del visitante, la dirección de tu dominio).
- **Asunto:** usa el nombre de la etiqueta tal cual, por ejemplo `[your-subject]`. Si escribes `[text your-subject]` (la etiqueta completa del formulario) el asunto llega literal y el mensaje parece spam.
- **Cabeceras adicionales:** `Reply-To: [your-email]`

Contact Form 7 avisa en la parte superior del editor cuando detecta un problema de configuración en el correo: si ves ese aviso, revísalo.

Si tu web está en varios idiomas, repite la revisión en cada formulario: cada idioma suele tener el suyo.

Protección antispam

- En **Contacto → Integración** puedes activar **reCAPTCHA** con sus claves. Si prefieres **Cloudflare Turnstile**, hay plugins que lo integran con Contact Form 7.
- Si usas **Akismet**, conéctalo al formulario añadiendo opciones a las etiquetas: `[text* your-name akismet:author]` y `[email* your-email akismet:author_email]`.

Comprueba que funciona

1. Envía un mensaje de prueba desde el formulario usando una dirección tuya de Gmail como visitante.
2. Confirma que llega al buzón de destino, y no a spam.
3. Pulsa «Responder» y verifica que la respuesta va a la dirección que escribiste en el formulario.

Si tu dominio tiene el DNS fuera de nuestro servidor

Para que Gmail acepte la dirección `usuario5@ejemplo.es`, el registro **SPF** de tu dominio tiene que autorizar a nuestro servidor. Si el DNS lo gestionas en otro proveedor (tu registrador, Cloudflare, etc.), abre un ticket y te indicamos exactamente qué valor poner.

Revision #2
Created 2026-09-30 13:23:23 UTC by Abkrim
Updated 2026-11-13 05:58:45 UTC by Abkrim