Market Talks
CENTRO DE EDUCACIÓN

FOREX · PRINCIPIANTE · LECCIÓN 15 DE 15

Primeros pasos: cuenta demo, plataforma y plan de trading

Cómo practicar con una cuenta demo, moverte por una plataforma de trading, escribir un plan de trading sencillo, llevar un diario y decidir cuándo estás preparado para operar con dinero real

13 min de lectura 8 preguntas con sus respuestas

FOREX · PRINCIPIANTE · LECCIÓN 15 DE 15

Primeros pasos: cuenta demo, plataforma y plan de trading

EN UNA FRASE

Ya sabes cómo funciona el mercado de forex, qué mueve los precios y cómo controlar el riesgo. Esta última lección del nivel principiante convierte ese conocimiento en una rutina. Practicarás con una cuenta demo, conocerás las partes principales de una plataforma de trading, escribirás un plan de trading de una página, anotarás cada operación en un diario y medirás los resultados en R. Después verás una lista de comprobación para pasar a una cuenta real pequeña y qué hacer cada semana a partir de ahí.

Del aprendizaje a la cuenta real

La mayoría de los principiantes cometen el mismo error: abren una cuenta real el mismo día que descubren el forex, operan con un tamaño excesivo y pierden dinero antes de haber aprendido nada. Un camino mejor tiene cuatro etapas:

1. **Aprender.** Entender lo básico, que es lo que han cubierto las Lecciones 1 a 14.
2. **Practicar con una cuenta demo** y un plan escrito, hasta poder seguir las propias reglas siempre.
3. **Pasar a una cuenta real pequeña**, con posiciones pequeñas y poco riesgo por operación.
4. **Revisar y mejorar** cada semana, y aumentar el riesgo solo poco a poco, cuando los resultados lo respalden.

Ninguna de estas etapas tiene una fecha de fin fija. Algunos traders pasan seis meses en una cuenta demo. El objetivo no es llegar rápido a la cuenta real, sino llegar con hábitos que protejan tu dinero.



Figura 1. El camino del aprendizaje a la cuenta real. Las etapas 3 y 4 se repiten mientras se siga operando.

Empezar con una cuenta demo

Una **cuenta demo** (demo account) es una cuenta de práctica que usa dinero virtual pero precios reales del mercado. Casi todos los brókeres regulados ofrecen una gratis. Permite aprender la plataforma, probar el plan y cometer errores de principiante sin perder dinero real.

Para sacar el máximo partido a una cuenta demo:

- **Un balance realista.** Muchas cuentas demo empiezan con 100.000 $. Si piensas depositar 1.000 $, configura la demo con 1.000 $ para que los tamaños de posición y el riesgo se sientan reales.
- **Operar exactamente igual que con dinero real.** Los mismos pares, el mismo riesgo por operación y los mismos stop loss.
- **Un diario desde la primera operación.** Una demo sin registros enseña muy poco.
- **Practicar la mecánica.** Colocar órdenes de mercado, limitadas y stop, poner y mover stops, cerrar parte de una posición y revisar el margen y los swaps (Lecciones 10 y 11).

Una demo también tiene límites. Las emociones son mucho más débiles cuando el dinero no es real, y algunas cuentas demo ejecutan las órdenes con más suavidad que una cuenta real, sobre todo en torno a las noticias. Unos buenos resultados en demo son un primer paso, no una prueba.

Un recorrido rápido por la plataforma

Las plataformas de trading tienen aspectos distintos, pero casi todas tienen las mismas cuatro zonas principales:

1. **Market Watch** (Observación de mercado, o una lista de seguimiento) muestra los pares que sigues, con sus precios bid y ask en directo.
2. **El gráfico** muestra cómo se ha movido el precio. La mayoría de las plataformas permiten ver la entrada, el stop loss y el take profit como líneas sobre el gráfico.

3. **El ticket de orden** es donde se elige el tamaño en lotes, se añaden un stop loss y un take profit y se pulsa Comprar o Vender. Muchas plataformas tienen también la operativa con un clic (one-click trading). Mientras se aprende, conviene dejarla desactivada, para no abrir una operación por accidente.
4. **La zona de cuenta y posiciones** muestra las operaciones abiertas y el balance, el capital, el margen y el margen libre (Lección 10).

Antes de la primera operación, busca también la **especificación del contrato** (contract specification) de cada instrumento que operes. Muestra el tamaño del contrato, el valor por pip o por punto, los swaps y el horario de negociación. El oro, por ejemplo, usa un tamaño de contrato distinto del de los pares de divisas (Lección 13).

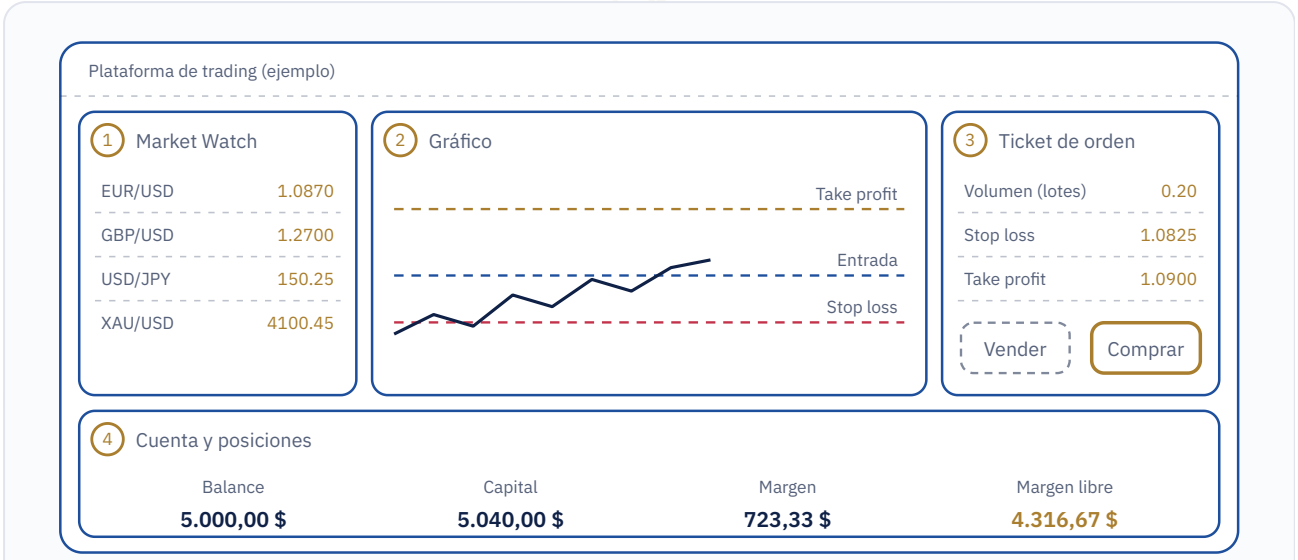


Figura 2. Las cuatro zonas principales de una plataforma de trading. La disposición cambia, pero las partes son las mismas. Los precios son ejemplos.

Escribir un plan de trading de una página

Un **plan de trading** (trading plan) es un conjunto breve de reglas escritas que se siguen en cada operación. Convierte el trading de una serie de suposiciones en un proceso que se puede medir y mejorar. No tiene que ser complicado. Para empezar basta con una página, que debe responder a estas preguntas:

- **¿Qué voy a operar?** Para empezar, uno o dos pares mayores con mucha liquidez.
- **¿Cuándo voy a operar?** Una sesión que encaje con tu día y con los pares que operas (Lección 6).
- **¿Cuál es mi configuración (setup)?** Las condiciones exactas que deben cumplirse antes de entrar. Escritas de forma que otra persona pudiera seguirlas.
- **¿Cuánto voy a arriesgar?** Un porcentaje fijo por operación, como el 1% (Lección 12).

- **¿Dónde van mi stop y mi objetivo?** Decididos antes de entrar, con un beneficio posible claramente mayor que el riesgo.
- **¿Y las noticias?** Por ejemplo, ninguna operación nueva poco antes de publicaciones de alto impacto (Lección 9).
- **¿Cuándo paro?** Un límite de pérdida diario o semanal que pone fin al trading de ese periodo.
- **¿Cuándo reviso?** Un momento fijo cada semana para mirar el diario.

La configuración en sí es lo que la mayoría de los traders pasan años mejorando. El nivel intermedio profundiza en los gráficos, los niveles clave y cómo crear un plan de trading completo. Por ahora, lo más importante es que las reglas estén escritas y que se sigan.

Mi plan de trading

Mercados	Solo EUR/USD y GBP/USD
Cuándo	Solapamiento de Londres y Nueva York
Configuración	Reglas de entrada escritas, siempre iguales
Riesgo	1% de la cuenta por operación
Stop y objetivo	Antes de entrar; objetivo de al menos 2 × el riesgo
Noticias	Sin operaciones nuevas 30 min antes de alto impacto
Límite	Fin del día tras 2 pérdidas o −2%
Revisión	Cada fin de semana, con el diario

Figura 3. Un ejemplo de plan de trading de una página. Tus reglas serán distintas, pero deberían ser así de claras.

Llevar un diario de trading

Un **diario de trading** (trading journal) es un registro de cada operación que haces. Puede ser un cuaderno, una hoja de cálculo o una aplicación de diario. En cada operación se anotan el par y la dirección, la entrada, el stop loss, el objetivo, el tamaño, el resultado y, lo más importante, por qué se abrió la operación y si se siguió el plan. Aquí tienes una parte del diario de Anna en su cuenta demo. Su cuenta es de 5.000 $ y arriesga el 1%, es decir, 50 $ por operación.

Operación	Entrada	Stop	Objetivo	Tamaño	Resultado	R	Notas
EUR/USD compra	1.0850	1.0825	1.0900	0.20 lotes	+100 $	+2R	Configuración de mi plan. Mantenida hasta el objetivo.
GBP/USD venta	1.2700	1.2730	1.2640	0.17 lotes	−51 $	−1R	Entré tarde, con el movimiento ya empezado. No estaba en mi plan.
XAU/USD compra	4100.50	4090.50	4120.50	0.05 lotes	+100 $	+2R	Tamaño con la fórmula del oro de la Lección 13.
EUR/USD venta	1.0880	1.0900	1.0840	0.25 lotes	+25 $	+0.5R	Cerrada antes de tiempo por miedo. El plan decía mantener.

La columna **R** mide cada resultado en unidades del riesgo. Si Anna arriesga 50 $ y gana 100 $, eso es +2R. Si salta su stop, es −1R. Medir en R permite comparar operaciones de distintos tamaños y ver con claridad si la ganancia media es mayor que la pérdida media (Lección 5).

En las notas es donde más se aprende. En el diario de Anna, los dos errores vinieron de saltarse el plan, no del plan en sí. Es algo útil de saber.

Juzgar los resultados en muchas operaciones

Una sola operación no dice casi nada. Un buen plan puede perder varias operaciones seguidas, y un mal plan puede ganar unas cuantas por suerte (Lección 12). Los resultados se juzgan sobre al menos 20 a 30 operaciones, mirando cuatro cifras:

- **Resultado total en R**: ¿es positivo?
- **Tasa de acierto**: ¿qué parte de las operaciones fueron ganadoras?
- **Ganancia media y pérdida media en R**: ¿son las ganancias claramente mayores que las pérdidas?
- **Incumplimientos del plan**: ¿cuántas operaciones no siguieron el plan y qué resultado dieron?

En el ejemplo de abajo, solo la mitad de las operaciones ganaron, pero el total es +4R, porque la ganancia media fue 1,8 veces la pérdida media. Con 50 $ de riesgo por operación, +4R es un beneficio de 200 $.

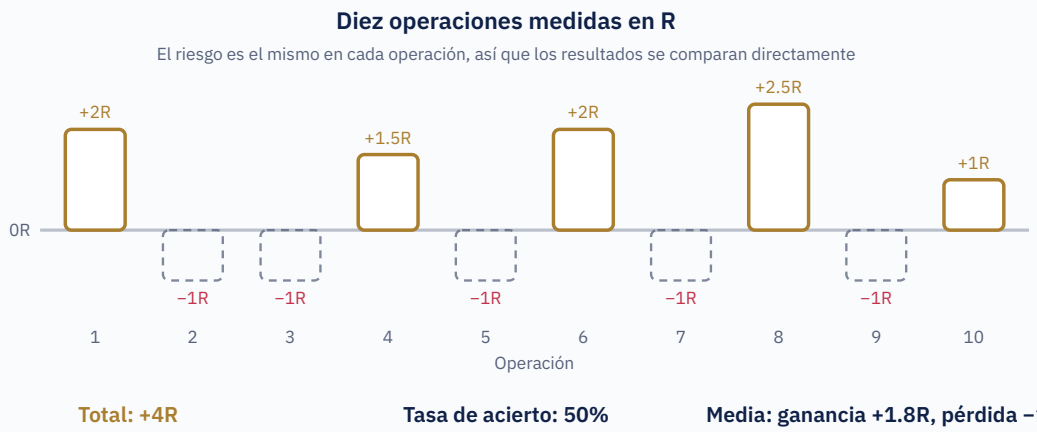


Figura 4. Diez operaciones con el mismo riesgo. La mitad perdieron, pero el total es +4R porque las ganancias fueron mayores que las pérdidas.

Cuándo pasar a una cuenta real

No hay una regla exacta, pero estos son buenos indicios de que estás preparado para una cuenta real pequeña:

- Has practicado con una cuenta demo durante al menos dos o tres meses.
- Has hecho 50 operaciones o más, y todas están en tu diario.
- Has seguido tu plan escrito en casi todas las operaciones.
- Has usado un stop loss en todas las operaciones y nunca lo has alejado.
- Tus resultados están cerca del punto de equilibrio o por encima, después de costes.
- El dinero que vas a depositar es dinero que puedes permitirte perder.

Al pasar a real, lo prudente es **empezar con poco**: microlotes (0.01) y un riesgo del 0,5% al 1% de la cuenta por operación. El dinero real se siente muy distinto: puede que quieras cerrar las ganadoras demasiado pronto o mantener las perdedoras demasiado tiempo. Una cuenta pequeña permite aprender a gestionar esas emociones mientras los errores todavía son baratos. El tamaño solo se aumenta poco a poco, tras otros meses de resultados constantes.

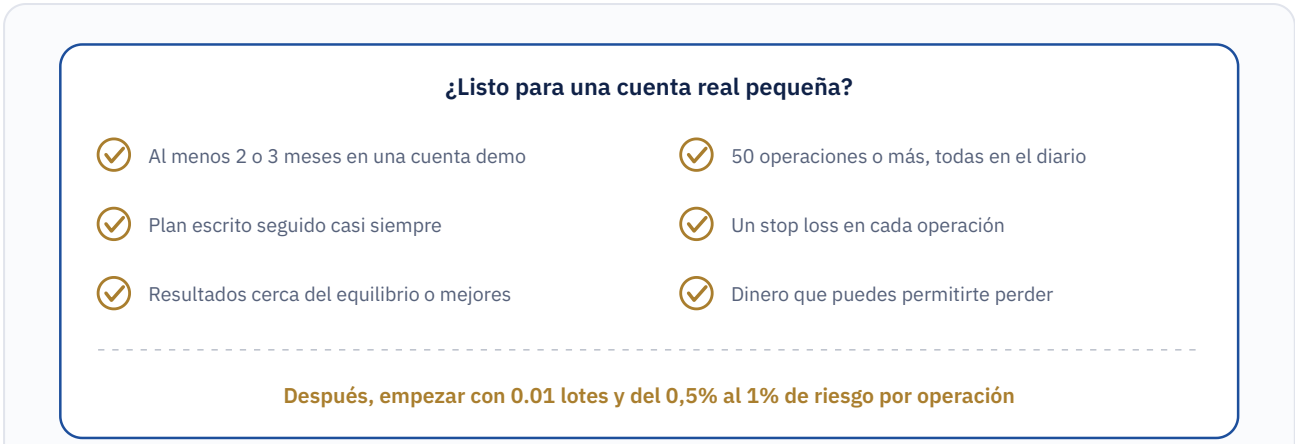


Figura 5. Una lista de comprobación antes de pasar de una cuenta demo a una cuenta real pequeña.

IMPORTANTE: RETIRA PRONTO Y NUNCA OPERES CON DINERO QUE NECESITAS

Tras el primer depósito real, una retirada pequeña permite comprobar cómo funciona el proceso y cuánto tarda (Lección 14). Nunca operes con dinero que necesitas para el alquiler, las facturas o tus ahorros, y nunca pidas prestado para operar. Si te sorprendes operando para recuperar pérdidas, para por hoy.

Una rutina semanal sencilla y lo que viene después

Los traders que tienen éxito construyen rutinas. Una sencilla para un principiante:

- **Antes de la semana:** revisar el calendario económico en busca de acontecimientos de alto impacto y reuniones de bancos centrales (Lecciones 8 y 9).
- **Antes de cada sesión:** leer el plan, revisar las posiciones abiertas y saber dónde están los stops.
- **Después de cada operación:** completar el diario en el momento, mientras aún recuerdas por qué la abriste.
- **El fin de semana:** revisar el diario, contar los incumplimientos del plan y elegir una cosa que mejorar la semana siguiente.

Aquí termina el nivel principiante. Ya entiendes cómo funciona el forex, cómo leer los precios, qué mueve a las divisas, cómo funcionan el apalancamiento y las órdenes, cómo gestionar el riesgo, cómo cotiza el oro y cómo elegir un bróker con seguridad. El **nivel intermedio**, para los miembros de MARKET TALKS, parte de aquí con la lectura de gráficos, la estructura del mercado, los soportes y las resistencias, las correlaciones, el carry trade, cómo crear un plan de trading completo y la psicología del trading.

Por qué esto importa a los traders

- **Practicar antes de pagar.** Una cuenta demo con un balance realista es el lugar más barato para cometer errores de principiante.
- **Las reglas, por escrito.** Un plan que se puede leer es un plan que se puede seguir, medir y mejorar.
- **Cada operación, anotada.** Sin un diario no se distingue la habilidad de la suerte.
- **Pensar en R.** Muestra si las ganancias son lo bastante grandes para cubrir las pérdidas, sea cual sea el tamaño de la cuenta.
- **Empezar en real con poco y crecer despacio.** El primer objetivo en una cuenta real es proteger la cuenta mientras se aprende.

Términos clave

Cuenta demo	Una cuenta de práctica gratuita que usa dinero virtual y precios reales del mercado.
Plataforma de trading	El programa que se usa para ver precios y gráficos, enviar órdenes y gestionar la cuenta, como MT4, MT5, cTrader o TradingView.
Market Watch	La parte de una plataforma que lista los instrumentos con sus precios bid y ask en directo.
Ticket de orden	La ventana donde se eligen el tamaño, el stop loss y el take profit, y se envía una orden de compra o de venta.
Especificación del contrato	Los datos del bróker sobre un instrumento: tamaño del contrato, valor por pip o por punto, swaps y horario de negociación.
Plan de trading	Reglas escritas sobre qué, cuándo y cómo se opera, cuánto se arriesga y cuándo se para.
Diario de trading	Un registro de cada operación con sus datos, su resultado y el motivo por el que se abrió.
Múltiplo de R (R multiple)	El resultado de una operación dividido entre la cantidad arriesgada. Ganar el doble del riesgo es +2R; un stop loss completo es −1R.
Incumplimiento del plan	Una operación, o una decisión durante una operación, que no siguió el plan escrito.

Microlote (micro lot)	0.01 lotes, o 1.000 unidades de la divisa base. Un tamaño habitual para una primera cuenta real.

Ideas clave

1. El camino tiene cuatro etapas: aprender, practicar con una cuenta demo, pasar a real con poco y luego revisar y mejorar cada semana.
2. La cuenta demo funciona mejor con un balance realista y operada exactamente igual que con dinero real.
3. Las cuatro partes principales de la plataforma se aprenden primero, y la especificación del contrato se lee antes de operar un instrumento.
4. Un plan de trading de una página, un diario con cada operación y resultados juzgados en R sobre muchas operaciones.
5. El paso a real llega solo cuando el plan se sigue de forma constante, y empieza con microlotes y un riesgo del 0,5% al 1%.

Ponte a prueba

Marca con un círculo una respuesta en cada pregunta. Las respuestas con su explicación están en la página siguiente. También puedes hacer este cuestionario en línea en markettalks.info y ver tu puntuación al instante.

1. ¿Qué es una cuenta demo?

- A) Una cuenta con un bono por depósito
- B) Una cuenta de práctica con dinero virtual y precios reales
- C) Una cuenta solo para traders profesionales
- D) Una cuenta real sin comisiones

2. Piensas depositar 1.000 $. ¿Qué balance deberías usar en tu cuenta demo?

- A) 100.000 $, el habitual por defecto
- B) 1.000 $
- C) 1.000.000 $
- D) Da igual

3. ¿En qué parte de la plataforma se ven el capital, el margen y el margen libre?

A Market Watch
B El gráfico
C La zona de cuenta y posiciones
D El calendario económico

4. Anna arriesga 50 $ y cierra la operación con 100 $ de beneficio. ¿Cuál es el resultado en R?

A +0.5R
B +1R
C +2R
D +100R

5. En 10 operaciones, un trader gana 5 con una media de +1.8R y pierde 5 con −1R cada una. ¿Cuál es el total?

A 0R
B +4R
C −4R
D +9R

6. ¿Cuál es la parte más importante de cada anotación del diario para aprender?

A La hora del día
B Por qué se abrió la operación y si se siguió el plan
C La plataforma que se usó
D El color de las velas

7. ¿Cuál de estos es un buen indicio de que estás preparado para una cuenta real pequeña?

A Tres operaciones ganadoras seguidas en demo
B Has seguido tu plan en 50 operaciones o más en demo
C Un amigo ganó dinero operando
D Tu balance demo es de 100.000 $

8. ¿Qué tamaño y qué riesgo son sensatos para una primera cuenta real?

A. Lotes estándar y un 10% de riesgo

B. Microlotes (0.01) y del 0,5% al 1% de riesgo

C. El apalancamiento máximo que permita el bróker

D. El mismo tamaño que tu mayor operación en demo

Respuestas

1 B

Una cuenta de práctica con dinero virtual y precios reales

Una cuenta demo usa dinero virtual con precios reales del mercado, así que se puede practicar sin arriesgar dinero real.

2 B

1.000 $

Un balance realista hace que los tamaños de posición y el riesgo se sientan como en la cuenta real.

3 C

La zona de cuenta y posiciones

La zona de cuenta y posiciones muestra las operaciones abiertas, el balance, el capital, el margen y el margen libre.

4 C

+2R

El beneficio es el doble de lo arriesgado: 100 $ ÷ 50 $ = +2R.

5 B

+4R

Las ganancias suman 5 × 1.8R = 9R y las pérdidas 5 × 1R = 5R, así que el total es +4R, incluso con una tasa de acierto del 50%.

6 B

Por qué se abrió la operación y si se siguió el plan

Los motivos y los incumplimientos del plan muestran qué mejorar. Los números por sí solos no dicen por qué una operación ganó o perdió.

7 B

Has seguido tu plan en 50 operaciones o más en demo

Seguir un plan escrito de forma constante en muchas operaciones importa más que unas pocas ganancias.

8 B

Microlotes (0.01) y del 0,5% al 1% de riesgo

Las posiciones pequeñas y el riesgo bajo mantienen baratos los errores mientras se aprende a manejar dinero real.

FUENTES

- CFTC, aviso a clientes: ocho cosas que debes saber antes de operar en forex: https://cftc.gov/node/241606
- ESMA, la ESMA acuerda prohibir las opciones binarias y restringir los CFD para proteger a los inversores minoristas: https://www.esma.europa.eu/node/84933
- MetaQuotes, ayuda de MetaTrader 5: interfaz de usuario: https://www.metatrader5.com/en/terminal/help/startworking/interface

- MetaQuotes, ayuda de MetaTrader 5: Market Watch: https://www.metatrader5.com/en/terminal/help/trading/market_watch

Market Talks

SIGUE APRENDIENDO

Esta lección forma parte del curso de Forex del Centro de Educación de MARKET TALKS. Las lecciones de nivel principiante son gratuitas, cada una con un cuestionario y un PDF descargable. Las lecciones de nivel intermedio y avanzado son para miembros.

Centro de Educación
Lecciones desde los principios básicos hasta temas avanzados

Análisis de Mercados
Análisis técnico y fundamental de los principales mercados

Informes
Bitcoin, Oro, Plata, SPX y más

markettalks.info

Telegram @MARKET_TALKS

Solo con fines educativos. Nada en este documento constituye asesoramiento financiero. © 2026 MARKET TALKS. Puedes compartir este PDF libremente sin modificarlo.