vifalio

GUÍA DE ESTUDIO GRATIS · EE. UU.

MONTACARGAS

GUÍA DE ESTUDIO PARA OPERADOR

Aprende la teoría del montacargas (también llamado carretilla elevadora) antes de tu práctica: lo que pide OSHA (la agencia federal de seguridad y salud en el trabajo), cómo leer la data plate (placa de capacidad), el cambio de tanque LPG (gas LP) y 40 preguntas de práctica.

- Lo que exige OSHA, en palabras simples
- Curso en línea vs. certificación real
- Triángulo de estabilidad + data plate
- Revisión, andenes, LPG y baterías
- 40 preguntas de práctica + respuestas



CÓMO USAR ESTA GUÍA

Léela en orden una vez. Luego repasa las páginas de estudio hasta sacar 8 de 10 en cada práctica.

1 CONOCE LAS REGLAS

Páginas 3-4: lo que pide la norma y lo que un curso en línea cubre y no cubre.

2 CONOCE EL TRABAJO

Página 5: qué hace un operador, salario estimado y cómo crecer.

3 ESTUDIA LA MÁQUINA

Páginas 6-8: clases de montacargas, triángulo de estabilidad, centro de carga y data plate.

4 TRABAJA SEGURO

Páginas 9-12: revisión antes del turno, manejo, andenes, tanques LPG y baterías.

5 PONTE A PRUEBA

Páginas 14-17: 40 preguntas originales. Revisa la página 18 al terminar cada sección.

6 CONSIGUE TRABAJO

Páginas 19-20: currículum, mensajes listos y un plan de 8 pasos.

QUÉ TRAE

3 Lo que exige OSHA
4 Curso en línea vs. certificación
5 El trabajo + salario estimado
6 Clases de montacargas I a VII
7 Triángulo de estabilidad
8 Centro de carga + data plate
9 Revisión antes del turno
10 Manejo: rampas, uñas, peatones
11 Andenes, tráileres, plataformas
12 Tanques LPG + baterías
13 Glosario: 30 términos EN / ES
14 Práctica: reglas + certificación
15 Práctica: estabilidad + capacidad
16 Práctica: revisión + combustible
17 Práctica: manejo + andenes
18 Respuestas comentadas
19 Primer empleo: currículum + mensajes
20 Tu plan de 8 pasos

LAS REGLAS — Lo que pide OSHA, en simple

SEGURIDAD — Estabilidad, revisión, andenes

BILINGÜE — Glosario EN / ES

vifalio.com — Guía gratis

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

LO QUE EXIGE OSHA

Norma federal: 29 CFR 1910.178, parte (l), capacitación del operador. En palabras simples:

1 INSTRUCCIÓN FORMAL

Clases, videos, lecturas o aprendizaje en computadora (en línea) sobre el montacargas y el lugar de trabajo.

2 CAPACITACIÓN PRÁCTICA

El instructor te muestra y luego tú practicas en el montacargas, bajo supervisión directa.

3 EVALUACIÓN EN EL TRABAJO

Una persona calificada te observa operar en tu lugar de trabajo real y comprueba que lo haces seguro.

Las tres partes son obligatorias. Un video o un curso en línea solos no alcanzan.

Quién	Qué hace
Tu empleador	Se asegura de que estés capacitado y evaluado antes de operar, y lo certifica por escrito.
Instructor / evaluador	Persona con conocimiento, capacitación y experiencia para capacitar y evaluar.
Tú	Aprendes, practicas con supervisión, pasas la evaluación y sigues las reglas en cada turno.
OSHA	Escribe la norma y la hace cumplir. No emite licencias ni tarjetas de montacargas.

LA RECAPACITACIÓN ES OBLIGATORIA CUANDO...

- Te vieron operar el montacargas de forma insegura.
- Tuviste un accidente o un casi accidente.
- Una evaluación muestra que no operas de forma segura.
- Te asignan a otro tipo de montacargas.
- Cambia algo en el lugar de trabajo que afecta la operación segura.

EVALUACIÓN

3 AÑOS

Cada operador se evalúa por lo menos una vez cada 3 años.

EL REGISTRO DE CERTIFICACIÓN INDICA

- Nombre del operador
- Fecha de capacitación
- Fecha de evaluación
- Quién capacitó / evaluó

LO QUE DEBE CUBRIR LA CAPACITACIÓN

EL EQUIPO

Controles e indicadores, dirección, visibilidad, uñas y accesorios, capacidad, estabilidad, revisión, combustible o carga, límites de operación.

EL LUGAR DE TRABAJO

Pisos y superficies, cargas y estiba, peatones, pasillos angostos, rampas, áreas peligrosas, espacios cerrados y ventilación.

Edad: por las reglas federales de trabajo infantil, los menores de 18 años no pueden operar montacargas en trabajos no agrícolas.

Fuentes: 29 CFR 1910.178(l)(1) a (l)(6), Powered Industrial Trucks: capacitación del operador; Fair Labor Standards Act, Hazardous Occupations Order No. 7. Resumen en palabras simples; vale el texto de la norma.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

CURSO EN LÍNEA VS. CERTIFICACIÓN REAL

Los cursos en línea sirven, pero son solo una parte. Así funciona el proceso completo en EE. UU.

1 TEORÍA
En línea o en salón: reglas, estabilidad, data plate.

EN LÍNEA OK

2 PRÁCTICA
En un montacargas real, con un instructor.

EN PERSONA

3 EVALUACIÓN
En tu trabajo, en el montacargas que vas a usar.

EN PERSONA

4 CERTIFICADO
Tu empleador firma el registro con nombres y fechas.

EMPLEADOR

UN CURSO EN LÍNEA SÍ PUEDE

- Enseñar la parte teórica: reglas, partes, estabilidad y capacidad.
- Ayudarte a aprender las palabras antes de una entrevista.
- Contar como la parte de instrucción formal, si tu empleador lo acepta.
- Mostrarle a un empleador que vas en serio.

UN CURSO EN LÍNEA NO PUEDE

- Reemplazar la práctica en un montacargas real.
- Reemplazar la evaluación en tu lugar de trabajo.
- Certificarte por sí solo: eso lo hace el empleador.
- Darte una "licencia" válida en cualquier trabajo.

SEÑALES DE ALERTA EN ANUNCIOS

- "Licencia OSHA" o "tarjeta oficial de OSHA": OSHA no emite licencias de montacargas.
- "Certifícate en minutos desde tu celular, válido en todos lados."
- "Válido de por vida": al operador se le evalúa por lo menos cada 3 años.
- Pagar por una tarjeta de plástico que ningún empleador pidió.

BUENO SABER

- Muchos empleadores capacitan y evalúan a operadores nuevos en el trabajo, sin costo para el trabajador.
- ¿Trabajo nuevo? El nuevo empleador igual te evalúa. Lo que ya aprendiste puede contar, si sirve para ese montacargas y ese lugar.
- Pregunta antes de pagar: "¿Aceptan este curso como la parte teórica?"

Fuentes: 29 CFR 1910.178(l)(2) (instrucción formal, práctica y evaluación en el trabajo), (l)(5) (sin capacitación duplicada) y (l)(6) (certificación por el empleador).

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

QUÉ HACE UN OPERADOR DE MONTACARGAS

Mueves materiales con equipo motorizado: cargas tráileres, acomodas mercancía, surtes líneas de producción y preparas pedidos.

$46,000
Salario medio al año (estimado)
BLS mayo 2025, redondeado

$22/H
Salario medio por hora (estimado)
$46,000 / 2,080 horas

800,000
Empleos en EE. UU. (aprox.)
BLS mayo 2025, redondeado

18+
Edad mínima para operar
Regla federal, no agrícola

El pago cambia mucho por estado, industria y turno. Son estimados: no se garantiza ningún salario.

UN TURNO NORMAL

- Revisar el montacargas y llenar la lista
- Cargar y descargar tráileres en el andén
- Acomodar y bajar tarimas de racks altos
- Llevar material a las líneas de producción
- Escanear tarimas y contar inventario
- Mantener pasillos libres y reportar daños

POR QUÉ HAY DEMANDA

- Todo lo que se vende en tiendas y en línea pasa por almacenes y andenes.
- Los centros de distribución trabajan de día, de noche y en fin de semana.
- Cuesta encontrar gente cuidadosa y puntual en el montacargas.

DÓNDE TRABAJAN LOS OPERADORES

Almacenes · Centros de distribución · Fábricas · Alimentos y cámaras frías · Tiendas de construcción · Madereras · Puertos y patios de tren

CÓMO CRECES

Ayudante de almacén — Surtir, empacar, cargar a mano

Aprendiz — Práctica con supervisión

Operador — Certificado por tu empleador

Especialista — Retráctil, recogepedidos, más equipos

Líder / instructor — Capacita y evalúa a otros

Salario y empleos: U.S. Bureau of Labor Statistics, Occupational Employment and Wage Statistics, Industrial Truck and Tractor Operators (SOC 53-7051), mayo 2025, redondeado por nosotros. Estimados nacionales; no es promesa de ingresos. Edad: Fair Labor Standards Act, Hazardous Occupations Order No. 7.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

TIPOS DE MONTACARGAS: CLASES I A VII

La capacitación debe ser para tu equipo. Conoce la clase del que vas a manejar.

Clase	Tipo	Dónde lo ves
I	Eléctricos con operador montado (contrapeso sentado o de pie)	Almacenes, plantas de alimentos, andenes
II	Eléctricos de pasillo angosto: retráctiles, recogepedidos, torreta	Racks altos en centros de distribución
III	Eléctricos de mano o mano/montado: patines eléctricos, apiladores	Tiendas, andenes, tramos cortos
IV	Motor de combustión (LP, gasolina, diésel), llantas sólidas (cushion)	Pisos lisos interiores y andenes
V	Motor de combustión, llantas neumáticas	Adentro y afuera: patios
VI	Tractores eléctricos y de motor (de arrastre)	Jalar carritos en aeropuertos y plantas
VII	Todo terreno, incluye manipuladores telescópicos	Obras y ranchos

CONTRAPESO VS. PASILLO ANGOSTO

- Contrapeso: el peso de atrás equilibra la carga de las uñas. Es el más común.
- Retráctil: las uñas salen hacia el rack; vas de pie y de lado.
- Recogepedidos: subes con la plataforma, con protección contra caídas.

OTRO EQUIPO = OTRA CAPACITACIÓN

- Cada tipo se maneja distinto. Otro tipo de montacargas exige capacitación y evaluación en ese tipo.
- Algunas áreas (ej.: con vapores inflamables) piden equipos especiales.

LLANTAS

- Cushion: hule sólido para pisos lisos, vueltas cerradas.
- Neumáticas: para piso rudo y exteriores.
- No metas un equipo de llanta cushion a grava o lodo.

ENERGÍA

- Eléctrico: silencioso, sin humo; hay que cargar la batería (página 12).
- LPG: el tanque se cambia con cuidado (página 12). El humo del motor tiene monóxido de carbono: ventila adentro.

MEMORIZA

Clases I, II, III: eléctricos

Clases IV, V: motor (LP, gasolina, diésel)

Clase VII: todo terreno

Fuentes: eTool Powered Industrial Trucks de OSHA (clases I a VII); 29 CFR 1910.178(l)(4)(ii)(D) (otro tipo de equipo exige capacitación) y 1910.178(c) (equipos aprobados para lugares peligrosos).

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

TRIÁNGULO DE ESTABILIDAD

El montacargas de contrapeso funciona como un subibaja: así se entienden casi todas las volcaduras.

VISTO DESDE ARRIBA



- Ruedas delanteras
- Pivote del eje trasero
- Vacío
- Con carga
- Afuera = volcadura

CÓMO FUNCIONA

- El montacargas se apoya en 3 puntos: las dos ruedas delanteras y el pivote al centro del eje trasero. Ese es el triángulo de estabilidad.
- El centro de gravedad del montacargas más la carga debe quedar dentro del triángulo.
- La carga mueve el centro combinado hacia adelante, hacia las ruedas delanteras. Muy pesada o muy afuera: se levantan las ruedas traseras.
- Vacío, el centro queda atrás: una vuelta rápida lo puede voltear de lado.

VISTO DE LADO



QUÉ SACA EL CENTRO DEL TRIÁNGULO

- Carga muy arriba
- Dar vuelta rápido
- Frenar de golpe
- Cruzar una rampa de lado
- Carga pesada o muy al frente
- Inclinar adelante con carga arriba

SI EL MONTACARGAS SE VOLTEA

1. No saltes
2. Agarra fuerte el volante
3. Apoya bien los pies
4. Inclínate al lado contrario

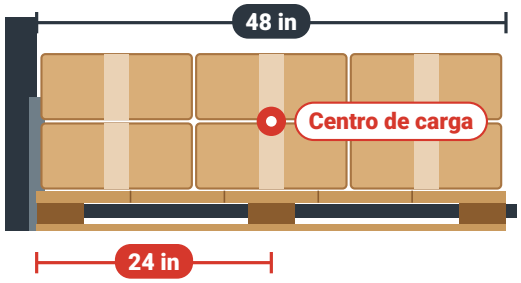
Usa el cinturón: te mantiene dentro del techo protector.

Fuentes: triángulo de estabilidad según el eTool Powered Industrial Trucks de OSHA y materiales de capacitación; 29 CFR 1910.178(o) (carga). Dibujos simplificados, sin escala.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

CENTRO DE CARGA + DATA PLATE

La capacidad de la placa solo vale con el centro de carga que trae impreso. Carga más larga = menos capacidad.



¿QUÉ ES EL CENTRO DE CARGA?

- La distancia desde la cara frontal de las horquillas hasta el centro de gravedad de la carga.
- Carga pareja empujada hasta atrás: la mitad de su fondo. Tarima de 48 in de fondo = 24 in.
- La mayoría de las placas estándar están a 24 in. Carga dispareja: cuenta el lado pesado.

DATA PLATE DE EJEMPLO (NO ES UN MODELO REAL)

MODELO
EX-50 (ejemplo)

3 TIPO
LP

PESO DEL EQUIPO
8,950 lb (sin carga)

ACCESORIO
Desplazador lateral

4

ALTURA	CENTRO DE CARGA	CAPACIDAD
189 in	24 in	4,800 lb
240 in	24 in	4,300 lb

1

2

CÓMO LEERLA

1. Capacidad: el peso máximo con ese centro de carga, esa altura y ese accesorio.
2. Más altura = menos capacidad (aquí 4,300 lb arriba de 189 in).
3. El tipo (ej.: LP) indica en qué áreas está aprobado el montacargas.
4. ¿Placa que falta o no se lee? No lo uses y repórtalo.

CUENTA RÁPIDA (ESTIMADO, A 189 IN DE ALTURA)

Máximo estimado = 4,800 lb x 24 in / tu centro de carga

Peso de la carga	Centro de carga	Máximo estimado	¿La puedes subir?
3,500 lb	24 in	4,800 lb	SÍ
3,500 lb	30 in	3,840 lb	SÍ
3,500 lb	36 in	3,200 lb	NO
2,800 lb	40 in	2,880 lb	SÍ

Es solo una regla práctica. La placa o la tabla de capacidad del fabricante manda. Nunca la pases y nunca agregues peso al contrapeso.

Fuentes: 29 CFR 1910.178(a)(4) y (a)(6) (cambios con aprobación del fabricante; placas legibles), (o)(2) (cargas dentro de la capacidad). Los valores de la placa son inventados para practicar.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

REVISIÓN ANTES DEL TURNO

Revisa el montacargas antes de cada turno. Si algo afecta la seguridad, el equipo no se mueve.

Revisión visual (apagado)	Qué buscar
Horquillas (uñas)	Grietas, dobleces, talón gastado; seguros en su lugar; ambas parejas
Mástil y cadenas	Eslabones dañados, cadenas flojas o disparejas, aceite en el mástil
Llantas y rines	Cortes, pedazos faltantes, poca presión (neumáticas), birlos flojos
Líquidos y fugas	Aceite, líquido hidráulico, anticongelante, combustible; charcos abajo
Techo protector, respaldo	Partes dobladas o rotas, tornillos faltantes
Data plate y calcomanías	En su lugar y legibles; correctas para el accesorio
LPG o batería	Tanque asegurado, manguera bien, sin olor a gas; cables, conector y tapa

REVISIÓN CON EL EQUIPO PRENDIDO

- Claxon, luces, alarma de reversa y testigos funcionan.
- El freno de servicio y el de mano detienen.
- La dirección se siente firme, sin juego.
- Subir, bajar, inclinar y desplazar sin tirones.
- Indicadores: combustible o carga, sin códigos de falla.

ANTES DE MOVERTE

- Abróchate el cinturón.
- Ajusta el asiento y los espejos.
- 3 puntos de apoyo al subir y bajar.

¿ENCONTRASTE UNA FALLA?

- No lo uses. Ponle "Fuera de servicio" y quita la llave.
- Avisa a tu supervisor de inmediato.
- Solo personal autorizado lo repara.

CADA CUÁNDO

- Por lo menos una vez al día, antes de usarlo.
- Si trabaja las 24 horas: después de cada turno.
- Llena y firma la lista de tu lugar.

MEMORIZA

Antes de cada turno

Falla = fuera de servicio + reporte

Cinturón antes de moverte

Fuentes: 29 CFR 1910.178(q)(1) (equipo inseguro sale de servicio) y (q)(7) (revisión antes de usarlo, por lo menos diaria; después de cada turno si trabaja todo el día; fallas corregidas antes).

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

MANEJO SEGURO: RAMPAS, UÑAS, PEATONES

Casi todo el trabajo es manejar. Estas reglas te cuidan a ti, a la carga y a la gente alrededor.

Situación	Regla
Al avanzar	Uñas abajo, apenas sobre el piso (muchos enseñan 4-6 in), inclinadas atrás
Detrás de otro equipo	Deja unos 3 largos de montacargas de distancia
Rampa de más de 10%, con carga	Carga hacia arriba: de frente al subir, en reversa al bajar
Rampa, sin carga	Uñas hacia abajo de la rampa
La carga tapa la vista	Avanza en reversa mirando hacia donde vas (o usa un guía)
Al dejar el equipo	Uñas abajo, controles en neutral, apagado, freno puesto; calzas en pendiente

PEATONES

- Nunca manejes hacia alguien parado frente a una pared, rack o banco.
- Nadie se para ni pasa bajo las uñas levantadas, con o sin carga.
- Haz contacto visual. Baja la velocidad y toca el claxon en esquinas y cruces.

VELOCIDAD Y VUELTAS

- Maneja a una velocidad que te deje frenar seguro. Respeta los límites.
- Baja la velocidad antes de dar vuelta y en piso mojado.
- Cruza vías de tren en diagonal cuando se pueda.

NUNCA

- Llevar pasajeros sin asiento para ellos.
- Subir a una persona en las uñas o en una tarima.
- Jugar, correr o usar el celular al manejar.

ESTIBAR

- Solo cargas estables y dentro de la capacidad.
- Inclina adelante con carga arriba solo para dejarla.
- Mira arriba: lámparas, tubos, rociadores, marcos.

MEMORIZA

Uñas abajo, inclinadas atrás

Unos 3 largos de distancia

Con carga en rampa: carga arriba

Fuentes: 29 CFR 1910.178(m) (operación: personas cerca, estacionar, sin atender = 25 ft o fuera de vista), (n) (tránsito: 3 largos, pendientes de más de 10%, vista tapada), (o) (carga e inclinación).

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

ANDENES, TRÁILERES Y PLATAFORMAS

El andén es de los lugares más riesgosos: orillas, huecos y tráileres que se pueden mover.

Antes de entrar	Por qué
Freno del tráiler + calzas (o candado de andén)	Evita que el tráiler ruede o se separe
Placa niveladora asegurada y de capacidad	Una placa que se corre o se dobla tira el equipo
Revisa el piso del tráiler	Hoyos o tablas débiles se rompen con el peso
Gatos fijos bajo un tráiler sin tractor	Evitan que el frente del tráiler se vaya abajo
Luz dentro del tráiler	Debes ver la carga y el piso

EN LA ORILLA DEL ANDÉN

- Aléjate de la orilla; debe estar marcada.
- Nunca des reversa junto a una puerta abierta sin mirar.
- No pases por una placa sin asegurar.

HUMO

- Equipos de motor en tráileres y cuartos cerrados generan monóxido de carbono.
- ¿Dolor de cabeza o mareo? Sal al aire libre y avisa.

VAGONES DE TREN

- Freno del vagón puesto y topes en las ruedas.
- Usa una placa puente asegurada; ojo con los huecos.

SUBIR PERSONAS

- Solo en una plataforma hecha para eso, asegurada a las uñas.
- El operador se queda en los controles.
- Nunca en las uñas solas ni en una tarima.

MEMORIZA

Freno + calzas antes de entrar

Placa asegurada y de capacidad

Personas solo en plataforma

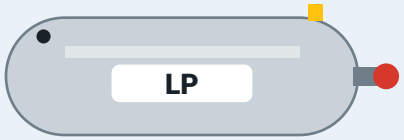
Fuentes: 29 CFR 1910.178(k) (freno del tráiler, calzas, gatos fijos, topes en vagones, revisar pisos), (m)(12) (subir personas en plataforma), (n) (placas aseguradas); 1910.26 (placas niveladoras).

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

TANQUES LPG + CARGA DE BATERÍAS

Cargar combustible y batería es parte del trabajo. Sigue el procedimiento escrito de tu lugar y estas bases.

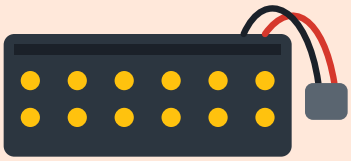
CAMBIO DE TANQUE LPG



1. Ve al área designada. Uñas abajo, freno puesto.
2. Guantes y lentes: el gas LP líquido puede congelar la piel.
3. Cierra la válvula del tanque, deja que el motor se apague solo y quita la llave.
4. Desconecta el acople, suelta los seguros, baja el tanque vacío con cuidado.
5. Revisa el tanque nuevo (golpes) y el empaque del acople (O-ring).
6. Pasador guía en su hoyo (válvula de alivio arriba), cierra los seguros.
7. Conecta, abre la válvula despacio y busca fugas con agua jabonosa.

NUNCA: llamas, cigarros ni chispas cerca. ¿Huele a gas? Cierra la válvula y repórtalo.

CARGA DE BATERÍA



1. Carga solo en el área de carga: ventilación y lavaojos.
2. Estaciona en su lugar, uñas abajo, freno puesto, llave fuera.
3. Careta o goggles, guantes y mandil: el electrolito es ácido.
4. Abre la tapa de la batería para que salgan el calor y el gas.
5. Cargador apagado antes de conectar o desconectar.
6. Nada de herramientas ni joyas sobre la batería.
7. Agrega agua solo como diga el procedimiento. ¿Mezclar? Ácido sobre agua.

NUNCA: cigarros, llamas ni chispas. La batería suelta hidrógeno al cargarse y puede explotar.

EQUIPO DE PROTECCIÓN

- Lentes o careta
- Guantes químicos
- Mandil para ácido (baterías)
- Botas de seguridad
- Chaleco reflejante

SI ALGO SALE MAL

Fuga de gas
Cierra la válvula si es seguro, nada de chispas ni arrancar motores, aleja a la gente y repórtalo.

Ácido en ojos o piel
Enjuaga con agua en el lavaojos por lo menos 15 minutos y busca atención médica.

Derrame de ácido
Aleja a la gente y usa el kit de derrames como diga tu procedimiento.

Fuentes: 29 CFR 1910.178(f) (combustible), (g)(1)-(g)(14) (cambio y carga de baterías), 1910.110 (gas LP). Sigue siempre al fabricante y el procedimiento de tu lugar.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

INGLÉS DE TRABAJO: 30 TÉRMINOS

Las palabras que vas a oír en el andén y en los pasillos. Útil en cuadrillas que mezclan inglés y español.

English	Español
1. Forklift	Montacargas
2. Operator	Operador
3. Pallet	Tarima
4. Forks	Horquillas (uñas)
5. Mast	Mástil
6. Carriage	Carro portahorquillas
7. Load backrest	Respaldo de carga
8. Overhead guard	Techo protector
9. Counterweight	Contrapeso
10. Load center	Centro de carga
11. Center of gravity	Centro de gravedad
12. Stability triangle	Triángulo de estabilidad
13. Data plate	Placa de capacidad
14. Rated capacity	Capacidad nominal
15. Tilt back / forward	Inclinar atrás / adelante

English	Español
16. Raise / lower	Subir / bajar
17. Reach truck	Montacargas retráctil
18. Pallet jack	Patín hidráulico
19. Order picker	Recogepedidos
20. Loading dock	Andén de carga
21. Dock plate	Placa niveladora
22. Wheel chock	Calza de rueda
23. Ramp / grade	Rampa / pendiente
24. Pedestrian	Peatón
25. Horn	Claxon
26. Seatbelt	Cinturón de seguridad
27. Pre-shift check	Revisión antes del turno
28. LPG cylinder	Tanque de gas LP
29. Battery charger	Cargador de batería
30. Near miss	Casi accidente

5 FRASES PARA EL TURNO

- **This forklift is out of service.** ▶ Este montacargas está fuera de servicio.
- **The horn is not working.** ▶ El claxon no funciona.
- **Please stay clear. I'm backing up.** ▶ Hazte a un lado, por favor. Voy en reversa.
- **Are the trailer wheels chocked?** ▶ ¿Ya pusieron las calzas en el tráiler?
- **This load is over the capacity.** ▶ Esta carga pasa la capacidad.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

PRÁCTICA · REGLAS + CERTIFICACIÓN

10 preguntas originales. Escoge una respuesta en cada una. Respuestas comentadas en la página 18.

1 **¿Quién certifica que un operador de montacargas fue capacitado y evaluado?**

(A) Una página web de cursos
(B) OSHA
(C) El empleador
(D) El DMV del estado

2 **La capacitación debe combinar instrucción formal, práctica y:**

(A) Un ensayo escrito
(B) Un examen de manejo en el DMV
(C) Un examen médico
(D) Una evaluación del operador en el trabajo

3 **A cada operador se le debe evaluar por lo menos una vez cada:**

(A) 3 años
(B) Año
(C) 5 años
(D) 10 años

4 **¿Qué hecho obliga a una recapacitación?**

(A) Un día festivo
(B) Un supervisor nuevo
(C) Un uniforme nuevo
(D) Un casi accidente

5 **El registro de certificación incluye nombre, fechas de capacitación y evaluación, y:**

(A) El domicilio
(B) El número de Seguro Social
(C) Quién capacitó o evaluó
(D) El número de serie del equipo

6 **Un aprendiz puede operar un montacargas:**

(A) Solo, después de ver un video
(B) Con supervisión directa de alguien calificado, donde sea seguro
(C) Solo en calles públicas
(D) Nunca, hasta que le llegue una tarjeta

7 **¿Qué parte puede cubrir un curso de montacargas en línea?**

(A) Toda la certificación
(B) La evaluación en el trabajo
(C) La instrucción formal (teoría)
(D) La firma del empleador

8 **Pasas de un montacargas sentado a un retráctil de pie. Necesitas:**

(A) Nada nuevo
(B) Capacitación y evaluación en el nuevo tipo
(C) Una licencia de manejo nueva
(D) Solo leer el manual

9 **Edad mínima federal para operar montacargas en trabajos no agrícolas:**

(A) 16
(B) 17
(C) 21
(D) 18

10 **Entras a un trabajo nuevo y ya tienes tarjeta de montacargas. Tu nuevo empleador:**

(A) Igual te evalúa; lo que ya aprendiste puede contar
(B) Debe aceptar la tarjeta de por vida
(C) La manda a OSHA
(D) No te puede contratar en 6 meses

Preguntas de práctica originales, escritas a partir de la norma federal pública. No es un examen oficial.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

PRÁCTICA · ESTABILIDAD + CAPACIDAD

10 preguntas originales. Escoge una respuesta en cada una. Respuestas comentadas en la página 18.

11 **El triángulo de estabilidad de un montacargas de contrapeso lo forman:**

(A) Las 2 ruedas delanteras y el pivote trasero
(B) Las 4 ruedas
(C) Uñas, mástil y asiento
(D) Las 2 ruedas traseras y la carga

12 **Para no voltearse, el centro de gravedad combinado (equipo + carga) debe quedar:**

(A) Detrás del contrapeso
(B) Arriba del mástil
(C) Dentro del triángulo de estabilidad
(D) Delante de las ruedas delanteras

13 **El centro de carga es:**

(A) El peso de la carga
(B) La distancia de la cara de las uñas al centro de gravedad de la carga
(C) La altura de las uñas
(D) El centro del almacén

14 **Una carga pareja de 48 in de fondo, empujada hasta atrás, tiene un centro de carga de unos:**

(A) 12 in
(B) 48 in
(C) 36 in
(D) 24 in

15 **Placa: 5,000 lb a 24 in. Tu centro de carga es 36 in. Máximo estimado (regla práctica):**

(A) 5,000 lb
(B) 3,333 lb
(C) 4,000 lb
(D) 7,500 lb

16 **Placa: 4,000 lb a 24 in. Tu centro de carga es 32 in. Máximo estimado:**

(A) 3,000 lb
(B) 3,200 lb
(C) 5,333 lb
(D) 4,000 lb

17 **¿Qué hace MENOS estable al montacargas?**

(A) Carga abajo e inclinada atrás
(B) Manejar despacio
(C) Dar vuelta con la carga muy arriba
(D) Llevar la carga centrada

18 **¿Dónde ves la capacidad nominal del montacargas?**

(A) En la data plate
(B) En el tanque de gas
(C) En la orden de trabajo
(D) En las llantas

19 **Le ponen un desplazador lateral. La capacidad:**

(A) Sube
(B) No cambia
(C) Casi siempre baja; la placa debe indicarlo
(D) Se duplica

20 **Si un montacargas de asiento empieza a voltearse, debes:**

(A) Saltar del lado bajo
(B) Subir las uñas
(C) Abrir la puerta y correr
(D) Quedarte, agarrarte, apoyar pies, inclinarte al lado contrario

Preguntas de práctica originales, escritas a partir de la norma federal pública. No es un examen oficial.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

PRÁCTICA · REVISIÓN + COMBUSTIBLE

10 preguntas originales. Escoge una respuesta en cada una. Respuestas comentadas en la página 18.

21 **El montacargas se debe revisar antes de usarlo por lo menos:**

(A) Una vez por semana
(B) Una vez al mes
(C) Una vez al día (cada turno si va 24/7)
(D) Una vez al año

22 **En la revisión encuentras una uña agrietada. Tú:**

(A) La usas con cuidado
(B) Lo sacas de servicio, quitas la llave y reportas
(C) La sueldas tú mismo
(D) Solo les dices a tus compañeros

23 **¿Qué es parte de la revisión con el equipo prendido?**

(A) Claxon, frenos, dirección, subir e inclinar
(B) Contar las llantas
(C) Revisar la pintura
(D) Leer la portada del manual

24 **Si alguna vez mezclas electrolito para una batería, debes:**

(A) Echar agua sobre el ácido
(B) Mezclar todo rápido
(C) Usar una lata de metal
(D) Echar ácido sobre el agua

25 **Fumar en el área de carga de baterías:**

(A) Se permite afuera
(B) Se permite con ventilador
(C) Está prohibido: la carga suelta hidrógeno
(D) Se permite de noche

26 **Antes de cambiar o cargar una batería:**

(A) Coloca el equipo y pon los frenos
(B) Sube el mástil
(C) Deja el motor prendido
(D) Calienta la batería

27 **Cambio de tanque LPG. ¿Qué paso es correcto?**

(A) Hacerlo junto a un soldador
(B) Dejar el motor prendido
(C) Tomar el acople sin guantes
(D) Usar guantes y protección de ojos

28 **El pasador guía del soporte del tanque LPG sirve para que:**

(A) Nadie se robe el tanque
(B) La válvula de alivio quede arriba (en el vapor)
(C) El indicador marque bien
(D) El tanque esté lleno

29 **Después de conectar un tanque LPG nuevo, buscas fugas con:**

(A) Un encendedor
(B) Solo el olfato
(C) Solo el oído
(D) Agua jabonosa o detector de fugas

30 **Herramientas de metal sobre una batería destapada pueden:**

(A) Cargarla más rápido
(B) Causar un corto y chispas
(C) Enfriarla
(D) Nada

Preguntas de práctica originales, escritas a partir de la norma federal pública. No es un examen oficial.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

PRÁCTICA · MANEJO + ANDENES

10 preguntas originales. Escoge una respuesta en cada una. Respuestas comentadas en la página 18.

31 **Al avanzar con carga, lleva las uñas:**

(A) A la altura de los ojos
(B) Lo más alto posible
(C) Abajo, apenas sobre el piso, inclinadas atrás
(D) Inclinadas adelante

32 **La carga te tapa la vista hacia adelante. Debes:**

(A) Avanzar tocando el claxon
(B) Asomarte por un lado
(C) Subir la carga para ver por abajo
(D) Ir en reversa mirando hacia donde vas

33 **En una rampa de más de 10% CON carga, la carga debe apuntar:**

(A) Hacia arriba
(B) Hacia abajo
(C) De lado
(D) Da igual

34 **En una rampa SIN carga, las uñas deben apuntar:**

(A) Hacia arriba
(B) Hacia abajo
(C) De lado
(D) Da igual

35 **Distancia segura detrás de otro montacargas:**

(A) Medio largo de montacargas
(B) 1 largo de montacargas
(C) Casi tocándolo
(D) Unos 3 largos de montacargas

36 **En una esquina ciega o un cruce de pasillos debes:**

(A) Acelerar para pasar rápido
(B) Bajar la velocidad y tocar el claxon
(C) Solo prender las luces
(D) Apagar el motor

37 **Un montacargas está "sin atender" cuando el operador está:**

(A) A 25 ft o más, o sin verlo
(B) Sentado en él
(C) En el asiento, con el motor apagado
(D) Hablando por radio

38 **Cuando estacionas y dejas el montacargas:**

(A) Uñas a la altura de la cabeza
(B) Motor prendido para estar listo
(C) Uñas abajo, neutral, apagado, freno puesto
(D) En rampa, sin freno

39 **Antes de entrar a un tráiler:**

(A) Solo entras
(B) Revisas frenos, calzas y placa niveladora asegurada
(C) Tocas el claxon dos veces
(D) Solo abres las puertas

40 **Un compañero quiere subir en las uñas para alcanzar un estante. Tú:**

(A) Dices que sí si se agarra
(B) Lo subes despacio
(C) Lo dejas pararse en una tarima
(D) Dices que no: solo plataforma aprobada

Preguntas de práctica originales, escritas a partir de la norma federal pública. No es un examen oficial.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

RESPUESTAS COMENTADAS

Califica cada sección. 8 de 10 o más: ya sabes la teoría. La evaluación real se hace en el trabajo, en el equipo.

REGLAS + CERTIFICACIÓN

1 · C Lo certifica el empleador (1910.178(l)(6)). OSHA no emite licencias de montacargas.

2 · D Instrucción formal + práctica + evaluación en el trabajo: las tres.

3 · A Por lo menos cada 3 años, y también tras hechos que piden recapacitación.

4 · D Accidente o casi accidente, manejo inseguro, mala evaluación, otro equipo o cambios en el lugar.

5 · C Nombre, fecha de capacitación, fecha de evaluación y quién capacitó o evaluó.

6 · B El aprendiz opera solo con supervisión directa y sin poner a nadie en riesgo.

7 · C Solo la parte formal. La práctica y la evaluación son en persona, en el trabajo.

8 · B Otro tipo de montacargas exige recapacitación y evaluación.

9 · D 18. Las reglas federales de trabajo infantil lo prohíben a menores de 18.

10 · A Lo aprendido cuenta si sirve para ese equipo y lugar, pero te deben evaluar.

ESTABILIDAD + CAPACIDAD

11 · A Tres puntos: las dos ruedas delanteras y el perno pivote al centro del eje trasero.

12 · C Dentro del triángulo. Si sale, el equipo se va de frente o de lado.

13 · B Se mide desde la cara frontal vertical de las uñas hasta el centro de gravedad de la carga.

14 · D La mitad del fondo: 48 / 2 = 24 in.

15 · B 5,000 x 24 / 36 = 3,333 lb. La tabla del fabricante manda.

16 · A 4,000 x 24 / 32 = 3,000 lb.

17 · C La carga arriba sube el centro de gravedad; la vuelta lo saca del triángulo.

18 · A En la data plate (placa de capacidad). Debe estar en su lugar y legible.

19 · C El accesorio pesa y aleja la carga. Los cambios piden aprobación del fabricante.

20 · D No saltes. El cinturón y el techo protector te cuidan.

REVISIÓN + COMBUSTIBLE

21 · C Diario antes de usarlo; después de cada turno si trabaja todo el día.

22 · B Un equipo inseguro sale de servicio hasta que alguien autorizado lo arregle.

23 · A Prendido: claxon, luces, frenos, dirección y controles hidráulicos.

24 · D Ácido sobre agua, nunca agua sobre ácido (1910.178(g)(9)).

25 · C El hidrógeno de la batería en carga puede explotar. Nada de cigarros, llamas ni chispas.

26 · A El equipo debe estar en posición y con freno (1910.178(g)(10)).

27 · D El gas LP líquido está muy frío y puede congelar la piel. Guantes y lentes.

28 · B Pasador en su hoyo = válvula de alivio arriba, para soltar vapor y no líquido.

29 · D Las burbujas muestran la fuga. Nunca busques fugas con fuego.

30 · B Las herramientas y objetos de metal van lejos de las baterías destapadas.

MANEJO + ANDENES

31 · C Abajo e inclinadas atrás: la carga va estable y el centro de gravedad bajo.

32 · D Avanza con la carga atrás y mira en la dirección en que vas.

33 · A Con carga: carga hacia arriba. De frente al subir, en reversa al bajar.

34 · B Sin carga: uñas hacia abajo en cualquier pendiente.

35 · D Unos 3 largos de montacargas, o lo suficiente para frenar seguro.

36 · B Baja la velocidad y toca el claxon donde no ves bien.

37 · A A 25 ft o fuera de vista = sin atender. Estaciónalo de la forma segura.

38 · C Uñas hasta abajo, controles en neutral, apagado y freno; calzas en pendiente.

39 · B Freno y calzas evitan que el tráiler se mueva debajo de ti.

40 · D Nunca subas personas en uñas o tarimas. Usa una plataforma hecha para eso.

¿Fallaste una? Regresa a la página de estudio del tema (3-12) y vuelve a leerlo.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

PRIMER EMPLEO COMO OPERADOR

¿Sin experiencia? Entra al almacén y pide la capacitación de montacargas. Muestra que eres cuidadoso, puntual y con ganas de aprender.

CURRÍCULUM DE OPERADOR (LLÉNALO)

NOMBRE
[Tu nombre] · [Ciudad, Estado] · [Teléfono] · [Correo]

OBJETIVO
Operador / aprendiz de montacargas. Bilingüe inglés-español. Listo para práctica y evaluación.

HABILIDADES
Patín · carga y descarga · escáner RF · seguridad primero · cargar peso · trabajo en equipo

EXPERIENCIA
[Puesto] · [Empresa] · [Fechas]: [qué hiciste: pedidos por día, cero incidentes, puntual]

CAPACITACIÓN
Curso teórico de montacargas: [nombre], [año] · Certificación: [empleador], [fecha], [tipo de equipo]

EXTRAS
Turnos: [1.º / 2.º / 3.º] · fines de semana · transporte propio · botas de seguridad

Sé honesto: a un curso en línea dile "curso teórico". Pon una certificación solo con el empleador y el tipo de equipo.

DÓNDE BUSCAR

- Almacenes y centros de distribución: aplica a "warehouse associate" o "material handler" y pregunta por la capacitación.
- Agencias de empleo para almacenes y fábricas.
- Tiendas grandes y de construcción (turnos de noche).
- Madereras, materiales de construcción y renta de equipo.
- Plantas de alimentos y cámaras frías.
- Bolsas de empleo: "forklift operator", "forklift trainee", "reach truck".

QUÉ PREGUNTAR EN LA ENTREVISTA

- ¿Capacitan y evalúan a operadores nuevos?
- ¿Qué equipos: sentado, de pie, retráctil?
- ¿Pago por hora, extra por turno, horas extra?
- ¿Qué turnos hay? ¿Fines de semana?
- ¿Qué equipo de seguridad dan?
- ¿Puedo ver dónde trabajaría?

MENSAJES LISTOS PARA MANDAR (EN INGLÉS)

Para pedir trabajo

Hi, my name is [Name]. I'm interested in your warehouse openings. I finished a forklift theory course and I'm ready for hands-on training. I speak English and Spanish.

Después de aplicar

Hi [Name], I applied for the [position] on [day]. I'm still very interested and I can start right away. When is a good time to talk?

Después de la entrevista

Thank you for your time today, [Name]. I would like to join your team and learn the trucks you use. I can start on [date].

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.

TU PLAN DE 8 PASOS

Un camino de ejemplo, de cero a tu primer turno en un montacargas. Ve a tu ritmo.

PASO 1

APRENDE LAS REGLAS

- [ ] Lee las páginas 3-4
- [ ] Aprende los 30 términos (pág. 13)
- [ ] Entiende qué cubre un curso en línea

PASO 2

ESTUDIA LA TEORÍA

- [ ] Estudia las páginas 6-12
- [ ] Toma un curso teórico si quieres
- [ ] Practica la cuenta de la data plate

PASO 3

PONTE A PRUEBA

- [ ] Haz las 40 preguntas (págs. 14-17)
- [ ] Repite hasta 8 de 10 por sección
- [ ] Repasa lo que fallaste

PASO 4

CURRÍCULUM

- [ ] Llena el de la página 19
- [ ] Escribe "curso teórico" con honestidad
- [ ] Consigue 2 referencias

PASO 5

APLICA

- [ ] Almacenes, agencias, tiendas
- [ ] Pregunta por la capacitación
- [ ] Manda los mensajes de la pág. 19

PASO 6

PRACTICA

- [ ] Práctica con un instructor
- [ ] Revisa el equipo cada turno
- [ ] Pregunta cuando dudes

PASO 7

EVALUACIÓN

- [ ] Pasa la evaluación en el trabajo
- [ ] Pide ver tu registro de capacitación
- [ ] Aprende las reglas de tu lugar

PASO 8

CRECE

- [ ] Aprende más tipos de equipo
- [ ] Mantén un récord limpio
- [ ] Apunta a líder o instructor

Solo es un ejemplo. Cada empleador tiene su proceso y sus tiempos. No se garantiza empleo ni salario.

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.



DE APRENDIZ A OPERADOR

Aprende la teoría, practica con un instructor, pasa tu evaluación en el trabajo y no sueltes los hábitos: revisa, mira, baja la velocidad. Más guías gratis en vifalio.com.

Estudio — Práctica — Evaluación — Certificado — Empleo

Guía de estudio independiente, sin vínculo con OSHA, empleadores ni escuelas. Tu certificación de operador la da tu empleador después de una evaluación práctica en el trabajo. Los salarios son estimados; no se garantiza empleo.