

Diario de trading

Anota cada operación. Lo que no se mide, no se mejora. Imprime varias copias.

Fecha	Activo	Compra / Venta	Entrada	Stop	Objetivo	Resultado (R)	¿Seguí el plan?	Emoción

Revisión semanal

Responde cada viernes con tus operaciones delante.

Métrica	Esta semana	Semana anterior
Operaciones totales		
Ganadoras / perdedoras		
Tasa de acierto (%)		
Ganancia media (R)		
Pérdida media (R)		
Resultado total (R)		

Esperanza matemática = (% acierto x ganancia media) - (% fallo x pérdida media). Si es positiva, tu método tiene ventaja.

Preguntas de revisión

¿Qué hice bien esta semana?

¿Qué error repetí y cómo lo evitaré?

¿Cumplí mis límites de riesgo? Si no, ¿por qué?
