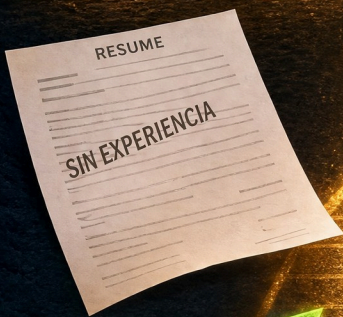




CÓMO BUSCAR TRABAJO EN EE.UU. SIN EXPERIENCIA



PUNTO DE PARTIDA:
CERO



DESTINO:
HÉROE



EDICIÓN LIMITADA

2027

DR. ALEXANDER FIGUEREDO

Cómo Buscar Trabajo en EE.UU. Sin Experiencia

De empezar en cero a conseguir tu primer empleo

Guía inicial para el inmigrante que busca su primera oportunidad

Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaguirre

RP #108356

Biblioteca Latina de Supervivencia en EE.UU. · Edición Limitada · 2027

AVISO IMPORTANTE

Esta guía tiene **finés exclusivamente educativos e informativos**. Ofrece orientación general sobre la búsqueda de empleo de nivel inicial en los Estados Unidos. **No constituye asesoría legal, migratoria, laboral ni financiera individualizada.**

Para trabajar legalmente en los Estados Unidos se requiere **autorización de empleo**. Esta guía trata sobre *cómo buscar y conseguir* un empleo (preparar tu currículum, dónde buscar, cómo entrevistar), **no** sobre tu situación migratoria ni tu elegibilidad para trabajar. Para todo lo relacionado con tu estatus y tu permiso de trabajo, **consulta a un abogado de inmigración acreditado o a una organización legal de confianza**. Verifica siempre la información en fuentes oficiales.

El autor es médico graduado en Cuba; esta obra no implica que posea licencia profesional en los Estados Unidos. El término “Dr.” corresponde a su formación médica.

Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaquirre · RP #108356

Contents

Empezar en cero no es empezar sin nada	4
1. Los trabajos que SÍ contratan sin experiencia	4
2. Tu currículum cuando no tienes experiencia	6
3. Dónde buscar de verdad	7
4. Cómo aplicar (y qué te van a pedir)	8
5. La entrevista: qué esperar y cómo brillar	9
6. Tu primer día y cómo crecer	10
7. Cuídate de las estafas y conoce tus derechos	10
Inglés básico para buscar trabajo	11
Una última palabra	12
Sobre el autor	13
Otros títulos de la Biblioteca Latina de Supervivencia en EE.UU.	13

Empezar en cero no es empezar sin nada

Cuando llegué a este país, mi currículum no servía. Tenía años de medicina, pero aquí, para conseguir mi primer trabajo, todo eso valía lo mismo que nada: cero experiencia “americana”. Y créeme que conozco ese nudo en el estómago, el de mirar una solicitud de empleo que pide “experiencia” cuando tú no tienes ninguna en este país.

Por eso quiero empezar diciéndote la verdad más importante de toda esta guía: **empezar en cero no es empezar sin nada.**

Tú llegas con cosas que no caben en un papel pero que todo buen empleador valora: ganas de trabajar, disposición a aprender, puntualidad, honradez, resistencia. El que cruzó medio mundo para llegar aquí tiene una fuerza de voluntad que muchos con “experiencia” no tienen. Eso también es un capital. Solo hay que saber mostrarlo.

Esta guía es para ti: el que busca su **primer trabajo** en Estados Unidos sin experiencia previa aquí. Te voy a mostrar, paso a paso y sin rodeos, los trabajos que sí contratan a gente sin experiencia, cómo armar tu currículum cuando no tienes nada que poner, dónde buscar de verdad, cómo aplicar, cómo sobrevivir a la entrevista, y cómo convertir ese primer empleo humilde en el primer escalón de algo más grande.

No te voy a mentir con cuentos de hacerte rico en una semana. Te voy a dar lo que de verdad funciona, lo que vi funcionar en mí y en cientos de personas como tú. Porque ese muchacho de la portada, arrodillado en la línea de salida, con el cartel de “punto de partida: cero”, **eres tú hoy.** Y el destino, si haces el trabajo, es dejar de ser invisible y volverte indispensable.

Empecemos por saber a qué puertas tocar.

1. Los trabajos que SÍ contratan sin experiencia

No toda puerta se abre igual de fácil. Estas cinco son las que más contratan a gente sin experiencia previa, las “puertas de entrada” al mundo laboral de este país. Conócelas.

Construcción y oficios (*construction*). Una de las puertas más abiertas. Empezas como ayudante (*helper* o *laborer*): cargar material, limpiar la obra, asistir a los que tienen oficio. Se aprende mirando y haciendo. Con el tiempo puedes especializarte —pintura, drywall, plomería, electricidad— y ahí el pago sube mucho. El esfuerzo físico es alto, pero la entrada es fácil y el crecimiento, real.

Salud, nivel inicial (*healthcare entry-level*). No hablo de médico ni enfermero —eso requiere licencia— sino de los puestos de entrada: asistente de enfermería (*CNA*, requiere un curso corto), cuidador de ancianos (*caregiver*), asistente en el hogar (*home health aide*), trabajo en limpieza de hospitales o clínicas (*housekeeping*). Hay mucha demanda, y es una puerta hacia una carrera en salud si te capacitas.

Hospitalidad (*hospitality*). Restaurantes y hoteles contratan mucho sin experiencia: lavaplatos (*dishwasher*), ayudante de cocina (*kitchen helper / prep cook*), limpieza de cuartos en hoteles (*housekeeping*), *busser* (el que limpia mesas). Empezas atrás, aprendes, y puedes subir a cocinero, mesero, supervisor.

Almacén y bodega (*warehouse*). Mover, empacar, surtir, organizar mercancía. Muchas empresas grandes de envíos y distribución contratan en volumen, muchas veces a través de agencias de personal (*staffing agencies*). Entrada rápida, horarios variados, y posibilidad de pasar a fijo.

Tiendas y ventas (*retail*). Supermercados, tiendas, almacenes de cadena: reponer mercancía (*stocker*), cajero (*cashier*), limpieza, atención básica. Bueno si ya tienes algo de inglés, aunque muchos puestos de reposición o limpieza no lo exigen tanto.

Otras puertas: limpieza de oficinas (*janitorial / cleaning*), jardinería y paisajismo (*landscaping*), lavado de autos (*car wash*), mudanzas (*moving*), agricultura (*farm work*), repartos. Todas contratan sin experiencia.

La idea clave: no busques tu trabajo “soñado” todavía. Busca tu **puerta de entrada**. El primer trabajo casi nunca es el bueno; es el que te mete al mundo laboral, te da un historial, y desde el cual te mueves hacia arriba.

2. Tu currículum cuando no tienes experiencia

En este país, el currículum se llama *resume* (se dice “RÉ-su-mei”). Y aunque pienses que no tienes nada que poner, sí lo tienes. Un *resume* sencillo, de una sola página, bien hecho, te abre puertas. Esto es lo que debe llevar:

1. Tus datos arriba. Nombre, teléfono (uno que contestes siempre), correo electrónico (créate uno serio: tunombre@..., no apodos). Ciudad donde vives. No pongas foto ni edad: aquí no se acostumbra.

2. Un resumen de una o dos líneas. Quién eres y qué buscas. Por ejemplo: “*Trabajador responsable y puntual, dispuesto a aprender, en busca de empleo de tiempo completo.*” Aquí vendes tu actitud, que es tu mejor carta.

3. Tus habilidades (skills). Lo que sabes hacer, aunque no sea de un trabajo formal: trabajo en equipo, manejo de herramientas, cocina, limpieza, atención al cliente, conducir, fuerza física, rapidez. Si sabes algo de inglés, ponlo. Todo suma.

4. Experiencia, aunque no sea de aquí. ¿Trabajaste en tu país? Ponlo, aunque haya sido informal. ¿Ayudaste en un negocio familiar, cuidaste niños, vendiste, construiste? Eso es experiencia. Pon el puesto, el lugar y los años. No tener experiencia “americana” no es no tener experiencia.

5. Educación. Lo que estudiaste, aunque haya sido en tu país. Y cualquier curso o certificado de aquí (CNA, food handler, OSHA, etc.) si lo tienes.

6. Referencias. Personas que hablen bien de ti: un pastor, un casero, alguien para quien hayas trabajado aquí, aunque sea un trabajito. Pon nombre y teléfono (con su permiso). Una buena referencia vale oro cuando no tienes experiencia.

Consejos de oro: una sola página, limpia y sin faltas. Si tu inglés es básico, pide a alguien que te lo revise. Sé honesto —nunca inventes—, pero presenta lo que tienes de la mejor manera. Y ten varias copias impresas siempre listas: muchas veces el trabajo se consigue entregándolo en persona.

3. Dónde buscar de verdad

Buscar trabajo es, en sí mismo, un trabajo. Hazlo todos los días, por varios caminos a la vez. Estos son los que funcionan:

En internet (apps y sitios). Las más usadas para empleos de entrada: **Indeed** y **ZipRecruiter** (busca por tu ciudad y por “no experience” o “entry level”). También las apps o páginas de cada empresa grande (supermercados, tiendas de cadena, empresas de almacén): casi todas tienen una sección de “Careers / Empleos” donde aplicas directo. Muchas están en español.

Agencias de personal (staffing agencies o temp agencies). Son empresas que conectan trabajadores con compañías que necesitan gente, sobre todo en almacén, fábrica, limpieza y construcción. Son una de las puertas más rápidas para el que empieza sin experiencia. Te registras, te entrevistan, y te colocan. **Nunca pagues por un trabajo:** una agencia seria no te cobra a ti; le cobra a la empresa.

En persona (walk-in). No subestimes esto. Vístete bien, lleva tus *resumes* impresos, y entra a preguntar: restaurantes, tiendas, obras, hoteles. Pregunta: “*Are you hiring?*” (ar yu JÁI-ring) — “¿Están contratando?” Muchos negocios pequeños contratan así, cara a cara, sin tanto papeleo.

Los letreros. Mira las ventanas y puertas: “*Now Hiring*”, “*Help Wanted*”, “Se solicita personal”, “Se necesita ayuda”. Son invitaciones directas. Entra y pregunta.

El boca a boca (tu comunidad). Este es, de lejos, el más poderoso para nuestra gente. Avísale a todo el mundo que buscas trabajo: en la iglesia, con los paisanos, con los vecinos, en los grupos. La mayoría de los primeros trabajos llegan por alguien que conoce a alguien. “*Avísame si sabes de algo*” es la frase que más empleos ha conseguido en la historia de los inmigrantes.

La constancia es la clave. No apliques a uno y esperes. Aplica a muchos, todos los días, por todos los caminos. Buscar trabajo es un juego de números y de no rendirse: el “no” de hoy es el “ven mañana” de la semana que viene.

4. Cómo aplicar (y qué te van a pedir)

Ya sabes dónde buscar. Ahora, cómo aplicar bien.

Aplicar en línea. En Indeed, ZipRecruiter o la página de la empresa: creas un perfil, subes tu *resume* y llenas el formulario. Aplica a varios al día. Responde el teléfono siempre: muchas empresas llaman o mandan mensaje de texto para citarte. Revisa también tu correo, incluida la carpeta de spam.

Aplicar en persona. Llega presentable (limpio, peinado, ropa sencilla y decente; para construcción o almacén no hace falta traje, pero sí verte cuidado). Lleva tus *resumes* impresos. Pide hablar con el encargado (*manager*). Sé breve, amable y directo: “*Hi, are you hiring? I’d like to apply.*” Sonríe, da la mano, agradece. La primera impresión vale mucho.

Qué documentos te van a pedir. Cuando te contratan, todo empleador legal en Estados Unidos debe verificar que tienes **autorización para trabajar**. Te pedirán llenar el **Formulario I-9** y presentar documentos que comprueben tu identidad y tu permiso de empleo (por ejemplo, según tu caso: documento de autorización de empleo, número de Seguro Social, identificación). Esto es ley y lo hacen con todos.

Importante y honesto: esta guía no puede decirte si eres elegible para trabajar ni qué documentos te corresponden, porque eso depende de tu situación migratoria, que es personal y distinta en cada caso. **Para saber si puedes trabajar legalmente y qué permiso necesitas, consulta a un abogado de inmigración acreditado o a una organización legal sin fines de lucro de confianza.** No arriesgues tu futuro con malos consejos ni con quien te prometa atajos. Tu camino tiene que ser firme para que dure.

El papel de las agencias (*staffing*). Si aplicas por una agencia, ellos te registran, verifican tus documentos y te colocan en una empresa. Es una vía rápida y legítima. Recuerda la regla: **una agencia seria nunca te cobra a ti.**

5. La entrevista: qué esperar y cómo brillar

La entrevista asusta, sobre todo si tu inglés es básico. Pero para trabajos de entrada suele ser corta y sencilla. Te quieren ver: si eres responsable, puntual, dispuesto y honrado. Eso lo puedes demostrar aunque no hables perfecto.

Antes: confirma la hora y el lugar. Llega **diez o quince minutos antes** —la puntualidad aquí lo es todo—. Lleva tu *resume*, una identificación y, si tienes, tus referencias. Apaga el teléfono.

Durante: saluda con una sonrisa y un apretón de manos firme. Mira a los ojos. Habla con respeto y seguridad. Si no entiendes algo, no asientas en falso: di “*Could you repeat that, please?*” (kud yu ri-PÍT dat plíis). Pedir que repitan es de gente seria, no de débiles.

Preguntas comunes que te harán:

Inglés	Español
Tell me about yourself.	Hábleme de usted.
Why do you want this job?	¿Por qué quiere este trabajo?
Can you work weekends or nights?	¿Puede trabajar fines de semana o noches?
Are you available to start now?	¿Está disponible para empezar ya?
Do you have reliable transportation?	¿Tiene transporte confiable?

Cómo responder cuando no tienes experiencia. Con honestidad y actitud. Algo así: “*No tengo experiencia en esto aquí, pero aprendo muy rápido, soy puntual y trabajador, y estoy dispuesto a empezar desde abajo y dar lo mejor.*” Esa respuesta, dicha con sinceridad, vale más que un currículum lleno. Los empleadores contratan **actitud**; el oficio se enseña.

Después: agradece — “*Thank you for your time.*” (zenk yu for yor táim). Pregunta cuándo sabrás algo. Y si en un par de días no te llaman, vuelve a comunicarte con cortesía: mostrar interés suma puntos.

6. Tu primer día y cómo crecer

Conseguiste el trabajo. Felicidades: cruzaste la primera puerta. Ahora, cómo convertir ese empleo humilde en un trampolín.

- **Llega siempre temprano.** El que llega tarde, sobra. El que llega temprano, se queda. La puntualidad es la primera virtud que te hace indispensable.
- **Trae buena actitud.** Saluda, sonríe, pon ganas. La gente con buena energía la quieren cerca y la promueven.
- **Aprende todo.** Observa, pregunta, anota. Mientras más cosas sepas hacer, más valioso eres y más difícil es reemplazarte.
- **Sé el que da un poco más.** El que ayuda sin que se lo pidan, el que se queda a terminar, el que no hay que estar vigilando. Ese es el que sube.
- **Cuida tu reputación.** En el mundo del trabajo, tu nombre es tu marca. Un trabajador honrado y cumplido consigue referencias, y las referencias abren las próximas puertas.
- **Pide más cuando estés listo.** Después de probar tu valor, pide más horas, más responsabilidad, capacitación, un mejor puesto. El que no pide, no recibe; pero pídelo habiéndote ganado el derecho con trabajo.

Así se sube: de *helper* a oficial, de lavaplatos a cocinero, de almacén a supervisor, de CNA a algo más en salud. El primer trabajo no es el destino. Es el primer escalón. Y tú llegaste aquí justamente porque sabes subir escalones difíciles.

7. Cuídate de las estafas y conoce tus derechos

Donde hay gente necesitada, aparecen los vivos. Protégete con estas reglas:

- **Nunca pagues por un trabajo.** Ninguna empresa o agencia seria te cobra por contratarte o por “conseguirte” empleo. Si te piden dinero por darte trabajo, es estafa. Aléjate.
- **Desconfía de quien promete papeles o atajos por dinero.** Para todo lo migratorio, ve a un abogado acreditado o a una organización de con-

fianza. Nadie honrado te resuelve el estatus por debajo de la mesa.

- **No entregues tus documentos originales a desconocidos.** El empleador legítimo solo los revisa para el I-9; no se los des “en garantía” a nadie.
- **Cuidado con ofertas demasiado buenas.** “Mucho dinero, sin hacer casi nada, paga por adelantado”: casi siempre es trampa.

Tus derechos básicos como trabajador. Algo importante que mucha gente no sabe: en Estados Unidos, las leyes laborales —como el pago del salario mínimo y de las horas extra— **protegen a los trabajadores por el hecho de trabajar.** En términos generales, **a un trabajador le corresponde que le paguen por las horas que trabajó.** Si un empleador no te paga lo trabajado, existen autoridades laborales (como el Departamento del Trabajo, *Department of Labor*) y organizaciones que ayudan a los trabajadores a reclamar. No dejes que nadie abuse de ti con el cuento de que “no puedes reclamar”. Para tu caso específico, busca orientación en una organización laboral o legal de confianza.

Inglés básico para buscar trabajo

Unas cuantas frases que te abrirán puertas. Apréndelas de memoria. (Si quieres más, mi guía *Palabras Básicas de Inglés Médico* trae vocabulario y pronunciación para el sector salud.)

Inglés	Se dice (aprox.)	Español
Are you hiring?	ar yu JÁI-ring	¿Están contratando?
I’m looking for work.	áim LÚ-king for uerk	Estoy buscando trabajo.
Can I fill out an application?	kan ái fil áut an a-pli-KÉI-shon	¿Puedo llenar una solicitud?
I’m a hard worker.	áim a jard UÉR-ker	Soy un trabajador esforzado.
I learn fast.	ái lern fast	Aprendo rápido.

Inglés	Se dice (aprox.)	Español
I can start right away.	ái kan start ráit a-UÉI	Puedo empezar de inmediato.
I'm available any time.	áim a-VÉI-la-bol É-ni táim	Estoy disponible a cualquier hora.
When can I start?	uén kan ái start	¿Cuándo puedo empezar?
Thank you for your time.	zenk yu for yor táim	Gracias por su tiempo.

Una última palabra

Ese muchacho de la portada, arrodillado en la línea de salida, con el cartel de “punto de partida: cero” — ese fuiste tú el día que llegaste. Sin experiencia de aquí, sin contactos, sin saber por dónde empezar. Pero la línea de salida no es el final: es el principio.

Yo empecé sin que mi título valiera, y vi a cientos empezar lavando platos, cargando cajas, limpiando cuartos, y hoy son cocineros, supervisores, dueños de su negocio, enfermeros. ¿Sabes qué tenían en común? No el talento ni la suerte. Tenían **constancia**: tocaron mil puertas hasta que una se abrió, llegaron temprano, aprendieron todo, dieron siempre un poco más, y no se rindieron con el primer “no”.

Tu primer trabajo en este país no va a ser glamoroso. Va a ser duro, humilde, mal pagado quizás. Pero va a ser **tuyo**, ganado con tu esfuerzo, y va a ser el primer escalón de una escalera que solo tú puedes subir. Del “punto de partida: cero” al “destino: héroe” no hay magia. Hay trabajo, dignidad y terquedad. Y de eso, mi gente, a ti te sobra.

Levántate de esa línea de salida. La carrera ya empezó, y vas a llegar.

Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaguirre · RP #108356

Sobre el autor

Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaguirre es médico de formación (Medicina General Integral y residencia en Urología), graduado y formado en Cuba, donde ejerció antes de denunciar públicamente las carencias del sistema de salud, motivo por el cual fue expulsado del sistema sanitario cubano en 2021. En 2022 emigró a los Estados Unidos por una ruta de varios países que incluyó el cruce de la selva del Darién, y se estableció en Houston, Texas.

Conoce de primera mano lo que es empezar de cero en este país y reconstruir una vida a fuerza de trabajo. Es autor de *Sobreviviendo al caos: La Cuba paralela* y de la *Biblioteca Latina de Supervivencia en EE.UU.*, una colección dedicada a darle al inmigrante hispanohablante información honesta y práctica para salir adelante.

Nota: el autor es médico formado en Cuba. Esta obra es de carácter educativo y no constituye asesoría legal, migratoria, laboral ni profesional.

Otros títulos de la Biblioteca Latina de Supervivencia en EE.UU.

Si esta guía te ayudó, estos títulos te acompañan en el camino del trabajo y la vida en este país:

- *Trabajos que Pagan Bien Sin Inglés.*
- *Cómo Funcionan los Staffing Agencies.*
- *Palabras Básicas de Inglés Médico.*
- *Manual del Latino Recién Llegado.*

Esta guía tiene fines educativos. No constituye asesoría legal, migratoria ni laboral. Para tu situación particular —incluida tu autorización de empleo— consulta a un abogado de inmigración acreditado o a una organización de confianza.

Dr. Alexander Jesús Figueredo Izaguirre · RP #108356