

# GUÍA

## DE ORGANIZACIÓN DEL HOGAR



checklists  
para imprimir



Guía  
Paso a Paso



consejos y  
Recomendaciones

UN PRODUCTO DE



inteligencia  
doméstica

[inteligenciadomestica.com](http://inteligenciadomestica.com)

# GUÍA DE ORGANIZACIÓN DEL HOGAR

UN PRODUCTO DE



inteligencia  
doméstica



## ÍNDICE

1. Introducción
  1. Objetivo de la guía
  2. La importancia de la organización del hogar
2. Cómo empezar
  1. Preparación mental
  2. La idea del “Menos es Más”
  3. Dedícale tiempo
  4. Prepara tus herramientas
  5. Crea un plan
3. Listas de Tareas (Checklists)
  1. Checklist Sala de Estar
  2. Checklist Cocina
  3. Checklist Dormitorios
  4. Checklist Baños
  5. Checklist Home Office (Área de trabajo en casa)
  6. Checklist Garaje
4. Manteniendo el Orden
  1. Consejos para mantener el orden a largo plazo
  2. Ejemplos de sistemas de almacenamiento
5. Conclusión
  1. Pensamientos finales y palabras de ánimo
6. Recursos Adicionales
  1. Enlaces y recomendaciones de productos
7. Checklists para imprimir



## 1. Introducción

### 1.1 Objetivo de la Guía

En esta guía, intento proporcionarte una serie de listas de tareas prácticas y fáciles de seguir para organizar cada habitación de tu hogar.

Ya sea que te embarques en un gran proyecto de liberación de espacio en tu hogar o simplemente desees mantener bien ordenada tu casa de forma sostenible, estas listas de tareas servirán como tu mapa de ruta para lograrlo.

### 1.2 La Importancia de la Organización del Hogar

El hogar es el lugar donde nos sentimos seguros, nos relajamos, nos entretenemos y creamos recuerdos. Es un espacio personal que debería proporcionar comodidad y paz.

Sin embargo, cuando los espacios donde vivimos están desorganizados, pueden añadir estrés innecesario a nuestras vidas. Un espacio desordenado a menudo conduce a una mente desordenada.

Organizar nuestros hogares puede parecer una tarea desalentadora, pero los beneficios bien valen el esfuerzo. Un hogar bien organizado promueve la productividad, reduce el estrés y proporciona una sensación de logro.

Además, facilita las tareas diarias: se acabó buscar objetos perdidos o navegar casi a la deriva por habitaciones desordenadas.

Con nuestras checklists de organización, divididas por habitación, tendrás un plan claro para transformar tu hogar en un refugio ordenado donde todo tiene su lugar.

¿Estás listo/a para sacar a la Marie Kondo que hay en tí 😊? Vamos a poner orden en el caos y cultivar juntos un entorno acogedor y hogareño en el que vivir mejor.

## 2. Cómo Empezar

### 2.1 Preparación Mental

Antes de sumergirnos en los detalles de la organización del hogar, es crucial que te prepares mentalmente para la tarea que tienes por delante. Entiende que organizar tu hogar no es un asunto de un día, sino un proceso. Ten paciencia contigo mismo y celebra las pequeñas victorias en el camino.

### 2.2 La Idea de 'Menos es Más'

El primer paso para la organización del hogar es a menudo la liberación de espacio. Recuerda el principio de 'menos es más'. Tener menos objetos no sólo hace que tu espacio parezca más limpio, sino que también lo hace más fácil de organizar y mantener.

### 2.3 Dedícale Tiempo

Organizar un hogar no tiene por qué ser una tarea abrumadora. Divídela en partes manejables. Dedicar franjas de tiempo específicas para la organización, ya sea unas horas el fin de semana o 15 minutos cada día. La consistencia es clave.

### 2.4 Prepara tus Herramientas

Antes de empezar, reúne los suministros necesarios, como bolsas de basura para los objetos que tengas que tirar, cajas para los objetos que vayas a donar, y una las soluciones de almacenamiento que necesites para los objetos que decidas conservar. Tener estas herramientas a mano hará que el proceso sea más fluido y eficiente.



## 2.5 Crea un Plan

Comienza creando un plan. ¿Qué habitación abordarás primero? Podría ser la que necesita más trabajo o la que tendrá el mayor impacto en tu vida diaria. Utiliza nuestras listas de tareas como guía y personalízalas para que se ajusten a tus necesidades.

Recuerda, el objetivo es progresar, no la perfección. No te desanimes si la casa se ve más desordenada de lo que estaba mientras la estás organizando, el resultado final es lo que importa. Esto es una parte normal del proceso. ¡Feliz organización!

## 3. Las Listas de Tareas (Checklists)

Las próximas 3 páginas contienen las listas de tareas que hemos preparado para que tengas una referencia a la hora de organizar cada habitación de tu casa.

Las checklists en esta guía están diseñadas para la organización de las distintas habitaciones de la casa. Y a su vez están subdivididas en "tareas para liberar espacio" y "tareas de organización".

No importa si vives solo/a, en pareja, o tienes una familia numerosa; nuestras listas son flexibles y se pueden adaptar a una variedad de hogares y estilos de vida.

Las checklists no solo te ayudarán a recordar todas las tareas necesarias para mantener tu hogar ordenado, sino que también te permitirán visualizar tu progreso a medida que vas marcando cada tarea completada.

Recuerda, la organización del hogar no es un evento de una sola vez, sino un proceso continuo. Al usar estas listas de manera regular, podrás crear un sistema de organización que funcione para ti y tu hogar, permitiéndote disfrutar de un espacio más ordenado y acogedor.

# ORGANIZACIÓN DEL HOGAR

# CHECKLIST



## SALA DE ESTAR

### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ Vacía armarios y cajones y limpia todas las superficies y muebles, incluyendo sillas y sofás
- ☐ Limpia y organiza los aparatos electrónicos y los controles remotos
- ☐ Si tienes DVDs, CDs o videojuegos: Descarta los que estén rotos, desactualizados o ya no te gusten
- ☐ Evalúa los objetos decorativos: Retira los que ya no encajen con tu estilo o que no tengan valor sentimental
- ☐ Limpia revistas y periódicos: Recicla los números antiguos y considera suscripciones digitales para el futuro
- ☐ Ordena mantas y cojines decorativos: Conserva solo lo que uses y de verdad te gusten

### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Designa un espacio de almacenamiento para CDs, DVDs, videojuegos, etc: Podría ser un armario o estante específico
- ☐ Organiza los libros de manera ordenada en las estanterías
- ☐ Crea un sistema para guardar mantas y cojines cuando no se utilicen
- ☐ Reorganiza los muebles si es necesario para un mejor flujo del espacio
- ☐ Limpia revistas y periódicos: Recicla los números antiguos y considera suscripciones digitales para el futuro
- ☐ Vacía armarios y cajones y limpia todas las superficies y muebles, incluyendo sillas y sofás.

## COCINA

### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ Vacía armarios y cajones y limpia todas las superficies
- ☐ Revisa todos los utensilios y utensilios de cocina: Dona o descarta los duplicados, los objetos en mal estado, o todos los que ya no utilices
- ☐ Evalúa los electrodomésticos: Si no se ha utilizado en el último año, considera deshacerte de él
- ☐ Libera espacio en tu despensa: Descarta los alimentos caducados y dona los no perecederos que no vayas a utilizar

### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Utiliza separadores de cajones para los utensilios
- ☐ Guarda los objetos que se usan juntos cerca el uno del otro (artículos de repostería, utensilios de cocina, etc.).
- ☐ Utiliza organizadores de estantes o giratorios para maximizar el espacio en la despensa



# ORGANIZACIÓN DEL HOGAR

# CHECKLIST



## DORMITORIOS

### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ vacía armarios y cajones y limpia todas las superficies
- ☐ Haz una evaluación tu vestuario (ropa y zapatos): vende o regala la ropa que no te queda bien, que ya no es de tu estilo o que no has llevado en el último año
- ☐ Revisa los libros y objetos personales en las mesitas de noche: Conserva solo lo que necesitas y utilízalas
- ☐ Organiza las joyas y accesorios: Descarta los objetos rotos y dona los que ya no utilices

### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Desarrolla un sistema para tu armario: Podría ser por color, por conjunto de ropa, o por tipo de prenda
- ☐ Utiliza el espacio debajo de la cama para guardar ropa o ropa de cama de temporada
- ☐ Mantén las mesitas de noche despejadas con solo lo esencial: una lámpara, un libro y un reloj, por ejemplo

## BAÑOS

### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ vacía armarios y cajones y limpia todas las superficies
- ☐ Revisa todos los productos de cuidado personal: Descarta los que estén caducados o no se utilicen
- ☐ Evalúa las toallas y alfombras de baño: Descarta las que estén en mal estado

### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Usa organizadores de cajones para el maquillaje y los productos de cuidado
- ☐ Guarda los productos de limpieza de manera ordenada debajo del lavabo o en el armario del baño
- ☐ Utiliza ganchos o estantes en la parte trasera de la puerta para guardar las toallas si el espacio es limitado

# ORGANIZACIÓN DEL HOGAR

# CHECKLIST



## HOME OFFICE (ÁREA DE TRABAJO EN CASA)

### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ Revisa todos tus documentos: Destruye o recicla lo que no necesites y archiva los documentos importantes.
- ☐ Evalúa los suministros de oficina: Descarta los objetos rotos y dona los suministros sobrantes

### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Utiliza un sistema de archivo para los documentos importantes. Incluye el uso de carpetas organizadoras
- ☐ Mantén la superficie del escritorio despejada, guardando los objetos en cajones o estantes
- ☐ Mantén los cables ordenados con algún sistema de organización de cables, como tubos organizadores, clips para mantenerlos

## GARAJE

### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ Revisa todas tus herramientas: Descarta las que estén rotas y si tienes alguna duplicada véndela o dásela a un amigo
- ☐ Deshazte de forma segura de las latas de pintura viejas y los productos químicos. A menudo no se usan en años y para cuando quieres usarlos ya no están en buen estado

### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Utiliza un sistema de almacenamiento en la pared para las herramientas y el equipo
- ☐ Agrupa los objetos similares: Todos los suministros de jardinería en un solo lugar, por ejemplo, todo lo de carpintería en otro
- ☐ Etiqueta las cajas y contenedores de almacenamiento para una fácil identificación

Recuerda, estas listas de tareas son una guía. Personalízalas para adaptarlas a tu hogar y estilo de vida. El objetivo es crear un espacio que sientas en paz y sea funcional y realmente acogedor.



## 4. Manteniendo el Orden

### 4.1 Consejos para la Organización a Largo Plazo

Ahora que has trabajado duro para liberar espacio y organizar, es importante mantener ese estado de orden. Aquí tienes algunos consejos para ayudarte:

- **Rutina:** Haz de la limpieza una parte de tu rutina diaria. Dedicar entre 10 y 15 minutos cada día a devolver las cosas a sus lugares designados.
- **Regla del Uno Entra, Uno Sale:** Para prevenir que el desorden se acumule de nuevo, considera adoptar la regla del "uno entra, uno sale". Por cada nuevo objeto que traigas a tu casa, debería salir uno.
- **Liberar Espacio Regularmente:** Programa sesiones periódicas de liberación de espacio en tu calendario. Esto podría ser una rápida revisión mensual o una liberación de espacio más minuciosa cada 3-6 meses.
- **Soluciones de Almacenamiento:** Utiliza sistemas de almacenamiento para aprovechar al máximo tu espacio. Esto también puede facilitarte mantener las cosas ordenadas.



## 4.2 Ejemplos de Sistemas de Almacenamiento

Existen multitud de sistemas y productos que te harán la vida más fácil. Sólo tienes que darte una vuelta por Amazon para ver infinidad de opciones.

Estos son algunos ejemplos:

- **Organizador de zapatos para puerta:** Ahorra espacio en el suelo, ideal para almacenar zapatos, pero también sirven para cualquier otro tipo de objeto.
- **Elevadores para cama:** Elevan la cama para conseguir una altura de almacenamiento extra debajo de la misma, ideal para ropa o ropa de cama fuera de temporada.
- **Estanterías de cubos tipo Ikea:** Versátiles y con estilo, perfectas para libros, juguetes o cajas de tela.
- **Ganchos montados en la pared:** Para colgar abrigos, bolsos o utensilios, ahorra espacio en el suelo y en la encimera.
- **Organizadores extraíbles para armarios:** Hace que las estanterías profundas sean más accesibles, ideal para ollas, sartenes y tupperwares.
- **Cajas de plástico apilables:** Ideal para almacenamiento en garaje, sótano o trastero; fácil de etiquetar y organizar.
- **Divisores de cajones:** Mantienen los cajones ordenados, perfectos para utensilios, material de oficina o ropa.
- **Organizador para debajo del fregadero:** Maximiza el espacio en los armarios de cocina o baño, estanterías ajustables para adaptarse a la fontanería.

## 5. Conclusión

### 5.1 Pensamientos Finales y Palabras de Ánimo

Empezar un viaje de limpieza y organización de tu casa puede parecer bastante desalentador, pero los resultados valen la pena. Recuerda, no se trata de alcanzar la perfección, sino más bien de crear un espacio que te brinde confort y alegría.

Hazlo paso a paso, una habitación cada vez. Celebra cómo vas progresando en el camino, no importa cómo de pequeño sea el avance. No solo estás organizando tu hogar, también estás creando un ambiente ordenado y eficiente que te haga sentir bien y te proporcione paz, tanto para ti como para tu familia.

## 6. Recursos Adicionales

### 5.1 Enlaces y Recomendaciones de Productos

Además, aquí tienes algunas de las soluciones de almacenamiento y herramientas que recomendamos:

- **Cajas de plástico transparentes apilables** - [Ver en Amazon](#)
- **Estante de almacenamiento para puerta** - [Ver en Amazon](#)
- **Contenedores para almacenar debajo de la cama** - [Ver en Amazon](#)
- **Organizador para debajo del fregadero** - [Ver en Amazon](#)
- **Divisores de cajones** - [Ver en Amazon](#)
- **Elevadores para cama** - [Ver en Amazon](#)

Recuerda, la clave para un hogar bien organizado es la consistencia y la paciencia. ¡Feliz organización!

# ORGANIZACIÓN DEL HOGAR

# CHECKLIST



## SALA DE ESTAR

### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ Vacía armarios y cajones y limpia todas las superficies y muebles, incluyendo sillas y sofás
- ☐ Limpia y organiza los aparatos electrónicos y los controles remotos
- ☐ Si tienes DVDs, CDs o videojuegos: Descarta los que estén rotos, desactualizados o ya no te gusten
- ☐ Evalúa los objetos decorativos: Retira los que ya no encajen con tu estilo o que no tengan valor sentimental
- ☐ Limpia revistas y periódicos: Recicla los números antiguos y considera suscripciones digitales para el futuro
- ☐ Ordena mantas y cojines decorativos: Conserva solo lo que uses y de verdad te gusten

### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Designa un espacio de almacenamiento para CDs, DVDs, videojuegos, etc: Podría ser un armario o estante específico
- ☐ Organiza los libros de manera ordenada en las estanterías
- ☐ Crea un sistema para guardar mantas y cojines cuando no se utilicen
- ☐ Reorganiza los muebles si es necesario para un mejor flujo del espacio
- ☐ Limpia revistas y periódicos: Recicla los números antiguos y considera suscripciones digitales para el futuro
- ☐ Vacía armarios y cajones y limpia todas las superficies y muebles, incluyendo sillas y sofás.

## COCINA

### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ Vacía armarios y cajones y limpia todas las superficies
- ☐ Revisa todos los utensilios y utensilios de cocina: Dona o descarta los duplicados, los objetos en mal estado, o todos los que ya no utilices
- ☐ Evalúa los electrodomésticos: Si no se ha utilizado en el último año, considera deshacerte de él
- ☐ Libera espacio en tu despensa: Descarta los alimentos caducados y dona los no perecederos que no vayas a utilizar

### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Utiliza separadores de cajones para los utensilios
- ☐ Guarda los objetos que se usan juntos cerca el uno del otro (artículos de repostería, utensilios de cocina, etc.).
- ☐ Utiliza organizadores de estantes o giratorios para maximizar el espacio en la despensa



# ORGANIZACIÓN DEL HOGAR



## CHECKLIST



### DORMITORIOS

#### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ vacía armarios y cajones y limpia todas las superficies
- ☐ Haz una evaluación tu vestuario (ropa y zapatos): vende o regala la ropa que no te queda bien, que ya no es de tu estilo o que no has llevado en el último año
- ☐ Revisa los libros y objetos personales en las mesitas de noche: Conserva solo lo que necesitas y utilizas
- ☐ Organiza las joyas y accesorios: Descarta los objetos rotos y dona los que ya no utilices

#### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Desarrolla un sistema para tu armario: Podría ser por color, por conjunto de ropa, o por tipo de prenda
- ☐ Utiliza el espacio debajo de la cama para guardar ropa o ropa de cama de temporada
- ☐ Mantén las mesitas de noche despejadas con solo lo esencial: Una lámpara, un libro y un reloj, por ejemplo

### BAÑOS

#### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ vacía armarios y cajones y limpia todas las superficies
- ☐ Revisa todos los productos de cuidado personal: Descarta los que estén caducados o no se utilicen
- ☐ Evalúa las toallas y alfombras de baño: Descarta las que estén en mal estado

#### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Usa organizadores de cajones para el maquillaje y los productos de cuidado
- ☐ Guarda los productos de limpieza de manera ordenada debajo del lavabo o en el armario del baño
- ☐ Utiliza ganchos o estantes en la parte trasera de la puerta para guardar las toallas si el espacio es limitado



# ORGANIZACIÓN DEL HOGAR



## CHECKLIST



### HOME OFFICE (ÁREA DE TRABAJO EN CASA)

#### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ Revisa todos tus documentos: Destruye o recicla lo que no necesites y archiva los documentos importantes.
- ☐ Evalúa los suministros de oficina: Descarta los objetos rotos y dona los suministros sobrantes

#### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Utiliza un sistema de archivo para los documentos importantes. Incluye el uso de carpetas organizadoras
- ☐ Mantén la superficie del escritorio despejada, guardando los objetos en cajones o estantes
- ☐ Mantén los cables ordenados con algún sistema de organización de cables, como tubos organizadores, clips para mantenerlos

### GARAJE

#### TAREAS PARA LIBERAR ESPACIO

- ☐ Revisa todas tus herramientas: Descarta las que estén rotas y si tienes alguna duplicada véndela o dásela a un amigo
- ☐ Deshazte de forma segura de las latas de pintura viejas y los productos químicos. A menudo no se usan en años y para cuando quieres usarlos ya no están en buen estado

#### TAREAS DE ORGANIZACIÓN

- ☐ Utiliza un sistema de almacenamiento en la pared para las herramientas y el equipo
- ☐ Agrupa los objetos similares: Todos los suministros de jardinería en un solo lugar, por ejemplo, todo lo de carpintería en otro
- ☐ Etiqueta las cajas y contenedores de almacenamiento para una fácil identificación

Recuerda, estas listas de tareas son una guía. Personalízalas para adaptarlas a tu hogar y estilo de vida. El objetivo es crear un espacio que sientas en paz y sea funcional y realmente acogedor.



UNA GUÍA DE



inteligencia  
doméstica

[hola@inteligenciadomestica.com](mailto:hola@inteligenciadomestica.com)



[inteligenciadomestica.com](http://inteligenciadomestica.com)