

Guía

Todo lo que debes
saber para mantener
el orden en casa



CULMIA
Destino tu hogar

Índice

1. Introducción
2. Razones para tener ordenada nuestra casa
3. Las 10 reglas básicas del orden en el hogar
4. Por dónde empezar: cosas que no debemos hacer al ordenar la casa
5. ¡Manos a la obra!: métodos para organizar una casa
 - 5.1 Método tradicional
 - 5.2 Método danshari
 - 5.3 Método KonMari (de Marie Kondo)
 - 5.4 Método streamline (minimalista)
 - 5.5 Método Pomodoro
 - 5.6 Método Kanban
 - 5.7 Método GTB
 - 5.8 Método de 21 días
 - 5.9 Método del Pareto
 - 5.10 Método Kaizen
6. Mantener el orden en casa: cómo no desorganizar lo que ya está ordenado
7. Conclusiones

1. Introducción



“Hogar”. ¿Qué te transmite esta palabra?

Al leerla, seguramente la asocies con conceptos como familia, tranquilidad, descanso, ocio o acogedor. De hecho, la Real Academia de la Lengua Española (RAE) la define con seis acepciones, entre las que destacan las siguientes:

“1. m. Sitio donde se hace la lumbre en las cocinas, chimeneas, hornos de fundición, etc.

2. m. Casa o domicilio.

3. Familia, grupo de personas emparentadas que viven juntas”.

Estas definiciones no son una casualidad. Incluso quizá te sorprenda que la primera haga referencia al “sitio donde se hace la lumbre”, en lugar del significado con el que todos la solemos asociar: “casa o domicilio”. Esto es así porque el término está emparentado con “hoguera” y “fogón”, las cuales a su vez provienen del vocablo latino “focāris”, una derivación de “focus”. Es decir, fuego.

Antiguamente, en ausencia de luz eléctrica, **las familias se reunían en la principal estancia de sus casas para alumbrarse y calentarse gracias al fuego**. Y aunque la forma de entender nuestro hogar es ya muy diferente a la de hace varios siglos o milenios, la palabra nos evoca lo mismo.

El hogar, el epicentro de nuestra vida

Así que el hogar es un lugar cálido, donde estamos con los nuestros y tenemos nuestra propia intimidad. Un espacio para salir de la rutina y de la vorágine del día a día, para esquivar las tensiones de la sociedad actual. Y el lugar donde pasamos aproximadamente **dos terceras partes de nuestra vida**, ya que, según un estudio, los españoles vivimos aproximadamente 15 horas diarias entre sus estancias.

Este dato es más que suficiente para que entendamos **la importancia de sentirnos cómodos y felices en nuestra propia casa**. Nuestra estabilidad emocional y psicológica está íntimamente asociada a múltiples factores y, aunque de primeras no parezca importante, uno de ellos tiene que **ver con el orden de todo lo que nos rodea**.

Probablemente por tratarse de nuestra casa nos guste lo que veamos en ella, ya que somos nosotros los que la hemos decorado así, y hemos elegido sus muebles, sus colores, sus texturas... Pero el desorden nunca es buen consejero, a pesar de que haya personalidades que se sienten más cómodas buceando en él y **tengan mayor predisposición al caos**.

El orden nos ayuda a hacer las cosas bien

Precisamente en esta guía queremos hablar de ello. En las siguientes páginas vamos a explicarte las **razones por las que debes apostar por el orden en tu hogar**, te vamos a dar unas **pautas básicas** para que lo apliques de forma efectiva y **te vamos a proponer una decena de métodos** para que elijas el que mejor se amolde a ti.

¡Ah! Y, por supuesto, **te vamos a ayudar a que empieces a aplicar estos consejos**. En Culmia somos perfectamente conscientes que una cosa es la teoría y otra muy distinta es la práctica, ya que muchas veces lo que más cuesta es ponerse manos a la obra. Salir de la ‘zona de confort’ donde nos conformamos con lo que tenemos y cómo lo tenemos no es sencillo, pero con nuestras recomendaciones esperamos que te sea muy fácil.

En definitiva, el objetivo es que **lleves el orden a tu hogar y descubras cómo conservarlo**. Y es que, además de aprender a ordenar, es fundamental saber cómo no desordenar. Piénsalo: ¿de qué serviría que le dedicaras un gran número de horas a todo este proceso si dos semanas después vuelves a tener todo como al principio?

Acompáñanos y probablemente muy pronto empieces a notar los efectos beneficiosos del orden. “Con orden y tiempo se encuentra el secreto de hacerlo todo, y de hacerlo bien” dijo en una ocasión Pitágoras. ¿Te animas a comprobarlo por ti mismo/a?

2. Razones para tener nuestra casa ordenada



Si a estas alturas todavía te estás preguntando cuáles son las razones por las que debes mantener ordenada tu casa, te ofrecemos un completo listado con los beneficios que este le puede aportar a tu vida:



salud



tiempo



ahorro



vida social

Es sinónimo de salud

La relación entre orden y salud está comprobada. Nuestro cerebro está constantemente poniendo orden a partir del caos, ya que necesita de un adecuado equilibrio para poder trabajar correctamente. Así, el desorden se asocia a:

Mayor cansancio, ya que genera agotamiento visual.

Pérdida de concentración, porque una acumulación de objetos sin ton ni son puede propiciar que nos distraigamos con mayor facilidad.

Situaciones de estrés. Según el estudio *"Office Clutter: Comparing Lower and Upper-Level Employees on Work-related Criteria"* tener una oficina desordenada puede generar estrés y agotamiento físico y emocional. Así que, si en lugar de nuestro lugar de trabajo hablamos de nuestra casa, ¿te imaginas los **efectos devastadores** que esto puede tener para nuestra situación emocional? No en vano, está demostrado que vivir en un hogar desordenado incrementa la hormona del estrés, el cortisol.

Estados de ánimo negativos. Es lógico, porque si te sientes más agobiado/a, cansado/a y estresado/a, es mucho más posible que tu humor decaiga y que incluso percibas que estás especialmente **irascible o sensible**.

Menor autoestima. Si vivimos rodeados de desorden y no somos capaces de remediarlo, esta situación puede acabar dañando nuestra autoestima. En estos casos, quizá nos sintamos presa del caos general que nos rodea y pensemos que es nuestro entorno el que nos 'domina', no nosotros a él. O, lo que es peor, que **nos genere un sentimiento de culpa** por considerar que somos responsables de ese descontrol que nos transmite tanta negatividad.

Dificultades para dormir. Un estudio publicado en 2015 por la revista 'Sleep' reveló que tener un dormitorio desordenado **perturba el sueño, agrava el estrés y puede incluso agravar las enfermedades mentales.**

Problemas de salud física. No solo el aspecto mental se ve alterado. Acumular objetos de forma innecesaria y sin orden **te dificultará las tareas de limpieza de tu hogar**, por lo que hay más probabilidades de que estos acumulen polvo y suciedad. Con lo cual, quizá acabes sufriendo de reacciones alérgicas por la proliferación de gérmenes y ácaros.

Nos permite ganar tiempo para nosotros y los nuestros

Un estudio realizado en 2019 **por Ikea en colaboración con Sigma Dos** expuso que los españoles dedicamos 5.000 horas de nuestra vida a buscar cosas que no encontramos por casa. O lo que es lo mismo, más de una hora a la semana (65 minutos), 2,38 días al año y... ¡6,5 meses de nuestra vida!



¿Has pensado en todo lo que podrías hacer en ese medio año efectivo de tiempo a lo largo de tu vida? Por ejemplo: pasar más tiempo con los tuyos, viajar, aprender un nuevo idioma o habilidad, descansar o disfrutar de actividades de ocio y entretenimiento. Así que ordenar también es economizar y aprovechar nuestro tiempo, porque si nos quedamos con lo necesario y lo colocamos en su sitio, será mucho más difícil que lo perdamos y que luego necesitemos ir de un lado a otro buscándolo.

Hace que le dediques tu energía a lo que verdaderamente merece la pena

Este punto está estrechamente relacionado con el anterior, porque las consecuencias de no encontrar algo no solo afectan a nuestro tiempo. **También nos restan energía**, dado que buscar es una actividad que exige que nos movamos y que estemos concentrados. Por no mencionar el estrés añadido de saber que necesitamos ese objeto y que no sabemos dónde está... ¡sobre todo si lo necesitamos para ya, como cuando debemos salir y no localizamos las llaves!

Condiciona nuestra vida social

Si tienes tu casa desordenada, **quizá te lo pienses a la hora de invitar a tu casa a unos familiares o amigos**. La simple idea de recoger y ordenar todo puede convertirse en una alta montaña que escalar; de forma que acabes poniendo en una balanza, por un lado, el valor de hacer de huésped con, por el otro, el esfuerzo de ordenar todo de forma puntual.

En cambio, si te acostumbras a vivir en estancias que estén ordenadas, jamás se te presentará este problema y podrás invitar a quien quieras a tu hogar sin que te cause un 'dolor de cabeza'.

Nos hace ser más productivos

Como ya hemos mencionado con antelación, **el desorden nos hace perder la concentración más fácilmente**. Y, ahora que, en muchos casos, hemos convertido nuestro hogar en un espacio laboral, trabajar en un contexto de caos nos perjudicará para ser eficientes y desempeñar nuestras tareas de forma adecuada.

Además, esto no solo se aplica para las situaciones en las que tengamos que trabajar o estudiar en casa, porque igualmente puede reducir nuestra productividad al hacer otras tareas. Algunos ejemplos pueden ser la propia limpieza de la casa, cocinar o incluso disfrutar de una de nuestras aficiones favoritas.

Evita riesgos innecesarios para tus hijos

Si tienes hijos pequeños, **especialmente bebés**, ya sabrás de la importancia de la distribución de los objetos de tu hogar. En estos casos hay que prestar mucha atención a las zonas que son accesibles para ellos, a los peligros aparejados que tienen los muebles (como sus formas, su composición, etc.) o a los obstáculos que se pueden encontrar al gatear o andar.

Por lo tanto, **si tú y tu familia vivís en un hogar desordenado**, tus hijos estarán rodeados de un mayor número de peligros. Lo que, a su vez, será también un hándicap para ti, porque tendrás más difícil vigilarlos y, en caso de que tuvieras que intervenir rápidamente, probablemente te encontrarías con mayores obstáculos en tu camino.

Nos ayuda a ahorrar dinero

Por muy increíble que parezca, **el orden también es bueno para nuestra economía**. ¿A que en alguna ocasión has comprado algo que creías necesitar y, tiempo después, una vez en casa, te has dado cuenta de que ya lo tenías? Adquirir cosas por duplicado es algo frecuente y es más probable que suceda cuanto menos control tengamos sobre todo lo que hay en nuestro hogar.

Podemos plantearnos el hacer deporte en nuestra propia casa

Teniendo por bandera las premisas del orden y del minimalismo, contaremos con más espacio en nuestra casa. Y **podremos aprovecharlo para hacer deporte**, ya que tendremos la posibilidad de colocar una esterilla para **practicar yoga o taichí**, de **instalar una bicicleta estática o una cinta de correr**, etc.



3.

Las 10 reglas básicas del orden en el hogar

Como veremos más adelante, hay muchas formas de ordenar una casa y mantenerla así. En nuestra mano estará elegir una u otra, de manera que el resultado acabe siendo diferente en función de nuestra decisión. Pero lo que sí debemos tener claras son una serie de reglas básicas que nos ayudarán a lograr la meta principal, que no es otra que dejar todo a nuestro gusto y tener un hogar lo más armónico y acogedor posible.

Se trata de 10 conceptos o pautas básicas que te ayudarán a enfocarte desde el inicio. ¡Así que vamos con ellos!:

1. Tener voluntad de ordenar nuestra casa.

Es básico e imprescindible que tengamos claro que vamos a ordenar nuestra casa y que nos va a suponer un esfuerzo. Debemos dedicar tiempo y energía para hacerlo en función de dos aspectos: de lo desordenada que esté al principio y del resultado que queramos conseguir.

Seguramente este propósito no vaya a ser fácil y tengamos momentos en los que incluso nos planteemos dejarlo. Pero te garantizamos que acabará mereciendo la pena. Y es que, como has visto en el anterior punto de esta guía, ordenar nuestra casa tiene tantas ventajas que, al terminar, seguro que acabamos muy satisfechos y no tardamos en experimentarlas en primera persona!

2. Asumir que, a partir de ahora, adquirimos un compromiso constante.

Hagámonos a la idea: si organizamos nuestro hogar y dejamos todo como queríamos, **debemos ser constantes para que, posteriormente, no estropeemos todo el trabajo realizado**. La intención es no regresar nunca al punto de origen, porque de poco habrá servido todo si este orden nos dura, por ejemplo, solo un par de semanas.

Más adelante también te daremos algunos consejos para que **aprendas a no desordenar lo que ya está ordenado**. Pero ya te podemos anticipar para conseguirlo, **debemos estar lo suficientemente concienciados y comprometidos**.

3. Trazar un plan para ordenar la casa.

Antes de empezar debemos tener claro **cómo queremos ordenar nuestra casa**. En el punto 5. de esta guía te hablaremos de algunos métodos populares que existen para hacerlo, por lo que podrás analizarlos y decidir cuál encajará mejor con tu forma de 'trabajar' y con tu manera de vivir.

En cualquier caso, elijas uno u otro, ten claro que para organizar tu espacio personal también **deberás ser tú mismo/a organizado/a**. Si tienes mucha 'faena' por delante, no intentes hacerlo todo en tiempo récord ni te agobies. Dedícale tus ratos libres, planifica tus sesiones de actividad por habitaciones o zonas de la



casa y ten siempre unas expectativas coherentes y que puedas alcanzar.

4. Implicar a todos los habitantes de la casa para que participen.

Si nadie vive contigo, ya sabes que esta tarea recaerá únicamente sobre tus hombros. Pero si vives con otras personas (pareja, hijos, compañeros de piso, etc.), **la decisión de ordenar el hogar debe ser común** y es recomendable que también tengas el visto bueno de todos sus habitantes.

Este es otro paso muy importante, porque si no existe consenso y **al final acabas haciendo tú todo, es posible que tu esfuerzo no sirva de mucho**. Y es que, en este caso, si tú te encargas de ordenar y dejar todo perfecto y posteriormente una de las personas con la que vives se comporta de forma desorganizada, es muy posible que en poco tiempo todo vuelva a estar como al principio.

En definitiva, **el compromiso del que hablábamos hace un momento también debe ser adquirido por todos los cohabitantes de la casa**.

5. Asigna centros o habitaciones para cada actividad en el hogar.

Si estudias o trabajas habitualmente en una habitación concreta, tenlo en cuenta luego a la hora de ordenar. Sitúa los objetos que vayas a necesitar en ese espacio, orienta los muebles para que te sean lo más cómodos posibles y tengas la mejor iluminación, etc. Y esto vale para cualquier otro tipo de actividad: leer, jugar, coser, hacer manualidades o ver la televisión.

Para ayudarnos a hacerlo, **debemos entender la casa como un espacio compartimentado**, donde cada habitación cumplirá una función y tendrá, a la vez, unas necesidades concretas. Así que procuraremos que todo esté lo más cerca y accesible posible; y que además cada objeto se pueda encontrar fácilmente.

6. Ten claro que con poco también vas a poder ser feliz.

Se trata de una máxima que comparten la mayoría de las propuestas de organización de una casa: **hemos de quedarnos con lo imprescindible y deshacernos de aquellas cosas que no sean útiles para nuestro día a día**. El camino hacia la felicidad suele estar en lo simple y básico, por lo que **rodearnos únicamente de lo necesario nos facilitará enormemente la tarea de mantener bien ordenado un hogar**.

Esto es posible que, en función de nuestra personalidad, nos cueste bastante hacerlo. Hay personas que tienen bastante apego a sus posesiones y que rechazan desprenderse de ellas o tirarlas, por su valor material, emocional o estético. Así que, si tú estás entre ellas, **ten en cuenta que, cuanto más acumules, más difícil te será luego completar con éxito la tarea que te has marcado**.

7. No ocupes todo el espacio.

Desde un sentido puramente metafórico, una casa bien ordenada es aquella que tiene **bastante 'aire'**. La idea puede parecer algo absurda de primeras, pero en el fondo está cargada de sentido, porque en ese camino hacia la simplificación que estamos iniciando, tenemos que evitar sobrecargar las habitaciones y dejar el mayor espacio libre que podamos.

En todo este proceso el minimalismo puede guiarnos, porque además de ayudarnos a concretar con lo que debemos quedarnos y con lo que no, nos permitirá ganar el máximo espacio posible en nuestro hogar para que estemos cómodos ocupándolo.

8. No te compliques: casi siempre lo sencillo será la mejor solución.

Es aconsejable que nos centremos en lo sencillo cada vez que estemos ante un problema o duda. Ya hemos visto que el orden equivale mucha vez que buscar lo simple e imprescindible, así que no es necesario que nos compliquemos mucho a la hora de seguir este camino.

9. Vive también de forma ordenada.

Ya que quieres rodearte de orden, vive también de esta forma. Hacerlo te permitirá equilibrar tu actividad diaria con tu casa y posiblemente te transmita paz. Para ello, puedes apoyarte en **una agenda doméstica** que te ayude a repartir tus tareas, a recordar lo que debes hacer en los próximos días y, en definitiva, a ser más productivo/a.

10. Trata de que el resultado sea estético y bonito.

Llegamos al último punto de este decálogo. Y, a priori, es bastante sencillo de alcanzar, porque **el orden tiende a la belleza**. Aunque no está de más que busquemos desde el principio esta última, porque si lo hacemos, será más fácil que consigamos un buen resultado organizando nuestro hogar. Así que, a la hora de planificar toda esta labor, hazlo siempre teniendo en cuenta que el orden final que alcances también deberá transmitarte una satisfacción visual.



Hemos de quedarnos con lo imprescindible y deshacernos de aquellas cosas que no sean útiles para nuestro día a día. El camino hacia la felicidad suele estar en lo simple y básico, por lo que **rodearnos únicamente de lo necesario nos facilitará enormemente la tarea de mantener bien ordenado un hogar**.

4.

Por dónde empezar

Cosas que no debemos hacer al ordenar una casa

Cada vez estamos más cerca de ponernos en marcha en esta apasionante misión de organizar adecuadamente nuestra casa. Pero antes de hacerlo, vamos a hablar de aquellos errores que podemos cometer en el proceso y que pueden empañar la experiencia o incluso dificultarnos su realización. Tenerlos claro nos ayudará a evitarlos y además nos permitirá diferenciar con más claridad los puntos claves que sí deberemos aplicar a la hora de la verdad.

Improvisar

Entre las 10 reglas básicas que mencionábamos antes para poner en orden nuestra casa incluíamos **la de partir siempre de una planificación previa**. Así que una de las cosas que **nunca debemos hacer es improvisar y ponernos en marcha 'sin ton ni son'**. Si lo hacemos probablemente tardemos más en organizar todo e incluso no es descartable que acabemos frustrados o que incluso **nos demos por vencidos antes de terminar**.

Y es que si no tenemos una **hoja ruta** podemos hacer las cosas mal, generar más caos del que ya había al principio y **desilusionarnos por lo difícil** que nos está resultando la tarea.

Empezar a ordenar sin disponer de lo necesario

Para ordenar de forma efectiva vamos a tener que valernos de otros objetos o muebles: **cajas, armarios, archivadores, compartimentos...** Es más, el mobiliario del que disponemos será básico para que podamos poner cada cosa en el lugar que queremos, así que tenemos que procurar que todo esté a mano una vez que comencemos nuestro 'trabajo'.

Tener muy presente lo que tendremos a nuestra disposición y lo que no **también nos permitirá hacer mejor la planificación inicial**, porque podremos distribuir cada cosa, si vamos a tener espacio suficiente en un armario para guardar toda nuestra ropa, qué lugar de nuestro cajón de la cómoda ocupará nuestro joyero, etc.

No aprovechar la compartimentación

Uno de los secretos del orden está en saber **cómo dividir u organizar las cosas** para tener siempre claro dónde están o encontrarlas con facilidad si debemos buscarlas. **Utilizar baldas de estanterías y armarios, cajones, cestas, canapés abatibles o muebles específicos para objetos concretos** (como zapateros) nos permitirá ordenar todo de forma sencilla y, además, nos ahorrará el quebradero de cabeza de tener que decidir dónde ponerlos.

No categorizar

Para que el orden sea tal, hemos de poder explicarlo. Es decir, ha de tener sentido y hacerse partiendo de una premisa. Por ejemplo, podemos tener el armario de la ropa aparentemente muy ordenado, pero al abrir los cajones descubrir que las camisas están junto a los calcetines, o que guardamos camisetas de verano con jerséis de invierno. Pero esto será un falso orden, porque en realidad la distribución será bastante caótica y la organización dejará mucho que desear.

Además de tener todo bien guardado y evitar que ocupe más espacio de lo necesario, también queremos **poder encontrarlo rápidamente si lo necesitamos**. Y para lograrlo, deberemos categorizar sí o sí, sobre todo los objetos que **utilicemos más habitualmente y que, por supuesto, se presten a este tipo de clasificación**.



Querer guardarlo todo

Si tomas la decisión de ordenar tu casa, asume que también **deberás deshacerte de algunas cosas**. No intentes quedarte con todo, porque esto podría convertir la tarea en una auténtica odisea. **Cuanto más cosas pretendas conservar, más trabajo tendrás por delante** y es posible que hasta estropee el resultado final, ya que en ocasiones quizá no te quepa todo en un mismo armario o cajón y tengas que poner ese objeto concreto en otro lugar. Con lo cual, estarás **traicionando precisamente los principios del orden** que te han traído hasta aquí.

Pretender ordenar todos los espacios a la vez

Si evitas improvisar será más difícil que caigas en este error. Aunque, en cualquier caso, toma también nota sobre el **peligro que implica querer hacer todo a la vez**. Nos referimos, por ejemplo, a ponerte a ordenar el salón, estar 30 minutos y, sin haber terminado, dirigirte a otra habitación para tratar también de ordenarla.

Ve por partes, primero por zonas dentro de una misma estancia; y solo cuando hayas terminado de hacerla por completo, cambia a otra. Y, por supuesto, no intentes abarcar más de lo que puedas en un determinado espacio de tiempo: mejor dedicarle varios días en ratos sueltos que tengas que tratar de hacerlo todo en una sola jornada, porque con esta última opción terminarás más cansado/a y posiblemente ordenes peor.

Comprar sin necesitar

Este error no lo cometemos propiamente a la hora de ponernos a ordenar, sino que podemos caer en él en nuestro día a día. A través de los **medios de comunicación** y de Internet, nos vemos constantemente bombardeados por publicidad y **estímulos visuales** que nos incitan a adquirir productos, de forma que incluso podemos definir como compulsiva.

De hecho, es posible que recuerdes algún momento de tu vida en el que compraste algo con especial ilusión y que luego finalmente apenas lo utilizaste como tenías previsto. Pues bien, en la medida de lo posible, **debemos tratar de vincular la compra a lo que necesitamos**, y no hacerla si el producto, aunque sea atractivo, no parece que vaya a aportarnos nada.

Tener objetos repetidos para prácticamente todo

Hay objetos que son imprescindibles para nuestra vida: **las llaves de casa, cubiertos, ropa, jabón, papel higiénico, sillas, etc.** Pero que lo sean no significa que debamos hacer tener muchos de ellos, porque esto hará que los acumulemos de forma innecesaria y que ocupen espacio en nuestro hogar.

Así que, en muchas ocasiones, bastará que tengamos uno o unos pocos para recambio o situaciones de necesidad; mientras que, para los objetos prescindibles, deberemos **tratar de evitar esta duplicación y quedarnos solo con uno**, porque si se estropea, ya tendremos tiempo de comprar otro.

Priorizar lo estético sobre lo funcional

Quizá queramos tener un mueble u objeto porque nos gusta mucho estéticamente, pero desde el plano funcional, nos sea poco útil. Y esto es algo que no nos ayudará si queremos ordenar en nuestra casa, así que, a ser posible, **deberemos cambiarlo por otro similar que sí lo sea**.

En cualquier caso, por su mayor valor, en el caso del mobiliario tampoco será necesario que nos deshagamos de uno si no es lo suficientemente idóneo para tener todo en orden. Pero, a partir de ahora, sí deberemos tener en cuenta que **lo funcional debe ir a la par con lo estético e incluso estar por delante en nuestras prioridades**.

Tratar de ocultar el desorden

No cometamos tampoco el error de ordenar solo lo que está a la vista y despreocuparnos de lo que no lo está. Nos referimos, por ejemplo, a dejar aparentemente perfecta una habitación, pero luego abrir uno de los cajones de una de sus mesas y descubrir que dentro está todo repleto y desordenado.

El objetivo no solo es que la casa parezca ordenada, sino que lo esté totalmente. Y para que esta intención cale bien en nosotros y en las demás personas que la habitan, no podremos hacer ninguna concesión al **caos**. ¡Hagamos del orden nuestra forma de vida!

Asignar lugares provisionales para nuestros objetos

¿No tienes claro dónde dejar algo en concreto mientras ordenas tu hogar? Pues trata de asignarle un lugar definitivo antes de ponerte con otra cosa, porque **colocarlo 'provisionalmente' en un sitio implica ciertos riesgos**: desde olvidarnos que lo dejamos ahí, a romper la armonía del orden que estamos tratando de crear. Y es que, como ya hemos señalado, mejor avanzar por partes y poco a poco, evitando postergar las soluciones de los problemas.

Limpiar sin haber ordenado

La limpieza de tu hogar debe hacerse al mismo tiempo que ordenas, no antes o después. Aprovecha que cambias los muebles u objetos de sitio para repasar las zonas o rincones sucios y, por supuesto, cerciórate de que los nuevos espacios que utilices - para colocar cosas en ellos - estén totalmente limpios.

Además, una vez que hayas terminado y que tengas todo perfectamente en su sitio, **¡descubrirás que es mucho más fácil limpiar teniendo ordenada tu casa!**



5. ¡Manos a la obra!

Métodos para organizar una casa



Llegados a este punto, ya deberíamos estar totalmente listos y preparados para ordenar nuestra casa. Pero antes de empezar, deberemos **tomar una última decisión de gran importancia: ¿cómo queremos organizarla?**



Quizá parezca una pregunta sorprendente, pero la realidad es que existen múltiples metodologías para ordenar el hogar. Así que, en función de cuál escojamos, los resultados serán diferentes.

Conocer estos antes de ponernos manos a la obra es bastante recomendable, para que tengamos clara la meta que queremos alcanzar. De esta manera, el resultado podrá **ajustarse mejor a nuestras expectativas** y, lo que es más importante, nos ofrecerá **la paz y la armonía** que venimos persiguiendo en todo este proceso.

Por nuestra parte, hemos seleccionado una decena de métodos para presentarte sus aspectos más básicos. Aunque recuerda que eres libre, si lo deseas, para realizar cambios o incluso probar cosas nuevas que encajen contigo. Porque, al fin y al cabo, lo importante es que la casa quede al gusto de todos sus habitantes.

¡Acompáñanos por este interesante recorrido!

5.1. Método tradicional para organizar una casa

¿No quieres complicarte ni seguir muchas reglas para hacer todo el trabajo? Pues quédate con el **método tradicional o clásico**, porque es una opción efectiva que no te dará dolores de cabeza.

Consiste en aplicar el sentido común, ya que tiene dos reglas básicas: **asignar un sitio para cada objeto y utilizarlo siempre para guardarlo**. Y es que una necesita de la otra, dado que, por ejemplo, si reservamos un lugar para guardar nuestras llaves, pero luego dejamos estas en otros lugares tras llegar a casa, de nada servirá el esfuerzo inicial que hicimos.

Como ves, sus premisas son sencillas y se pueden poner en práctica fácilmente. Solo hay que tomar decisiones al principio para decidir dónde ira cada cosa y luego, para nuestro día a día, **autoimponernos la norma de no ser desordenados**. Si respetamos estos dos puntos, tendremos mucho ganado y dentro de unos meses no necesitaremos volver a poner orden.

5.2. Método Danshari

La sabiduría oriental nos comparte varias soluciones para que ordenemos nuestra casa y el método **Danshari** es una de las más populares. Se trata de una opción de origen japonés que proviene del libro 'El Arte de Tirar' (2016) de la autora nipona Hideko Yamashita. Su nombre está formado por los tres conceptos que defiende:

DAN: propone **rechazar aquellas cosas innecesarias que nos acompañan en nuestra vida cotidiana**.

SHA: invita a que nos **desprendamos de los objetos** que no nos aporten nada para nuestro día a día.

RI: nos pide **identificar el deseo que, en ocasiones, tenemos de incorporar cosas del entorno a nuestra vida** y que realmente no necesitamos.

Por lo tanto, **se trata de distinguir entre lo imprescindible y lo prescindible**, eliminando todos aquellos objetos que realmente no utilizemos, quedándonos con lo útil y, por

supuesto, comprando solo aquello que vayamos a usar o necesitar. Así que acaba convirtiéndose en una forma de vida, en la que tendremos más fácil encontrar la felicidad y el equilibrio espiritual si conseguimos desapegarnos de lo material.

Si el método Danshari llama tu atención, no olvides aplicar sus **5 reglas de oro**:

- 1. Nunca ocupes más del 80 % del espacio** del que dispones.
- 2. Reemplaza únicamente lo que necesites ahora** y despréndete de los objetos del pasado que ya no utilices. Quédate solo con lo que te haga feliz.
- 3. Dos movimientos.** Procura que, para alcanzar el objeto que desees, solo tengas que hacer un par de movimientos, como abrir una puerta y cogerlo. Cuanto menos esfuerzo tengas que hacer, mejor.
- 4. Autonomía y libertad.** La autora habla de "libertad de elección" y pone como ejemplo la ordenación mediante la verticalidad, porque favorece nuestra autonomía para elegir lo que necesitamos.
- 5. La marcha automática.** El cuerpo tiene **capacidad para autorregularse y el orden a través del Danshari le ayuda a hacerlo**. Se trata de estar cómodos con nuestro entorno para que esa 'marcha automática' que todos tenemos funcione a pleno rendimiento.

5.3. Método de KonMari (Marie Kondo)

Es probablemente el método más popular en los últimos años, dado que ha ganado su fama gracias a su creadora, **Marie Kondo**. Esta es otra autora de origen japonés que logró un enorme reconocimiento a raíz de la publicación de su libro 'La magia del orden' (2014). Posteriormente, protagonizó **una serie televisiva** en una popular plataforma de *streaming*, publicó más libros y se situó entre las 100 personas más influyentes del mundo (2015) según la revista *'Time'*.

Su método se llama **KonMari** y propone dos normas a seguir:

Eliminar todo aquello que no sea útil para nuestra vida.

Doblar adecuadamente la ropa, para aprovechar mejor el espacio y encontrarla después fácilmente.

Al igual que en el caso del **método Danshari**, el **KonMari** trasciende el orden del hogar e intenta ser una filosofía. Según **Marie Kondo**, vivir rodeados de orden aporta armonía y equilibrio a nuestra vida, y una vez que lo hayamos conseguido, sentiremos una sensación de bienestar que nos ayudará a afrontar el día a día.

¿Te convence el método KonMari? Pues toma nota de los seis pasos para aplicarlo:

- 1. Ten el compromiso de ordenar** y tómatelo en serio.

2. Imagina cómo sería tu estilo de vida ideal y enfócate para alcanzarlo.

3. Antes de ordenar, descarta. Céntrate en lo que quieres conservar y tira lo que no necesites: ¡pero no sin antes pensar en ello y en identificar las razones por las que lo haces!

4. A la hora de ordenar, hazlo por categorías y no por lugares. Guardar los mismos tipos de objeto en espacios diferentes es una forma de desordenar, ya que repites el trabajo en espacios diferentes. Así que **hacerlo por categorías te acercará al verdadero orden**.

5. Sé ordenado/a cuando ordenes. Por muy redundante que parezca, tiene pleno sentido: te será más fácil hacer todo el proceso si organizas tus pertenencias en orden. Marie Kondo recomienda seguir la cadena **'ropa, libros, papeles, komono (objetos varios) y objetos de valor sentimental'**. Es decir, de lo más sencillo a lo más complicado, de forma que perfeccionemos nuestra capacidad de decisión durante todo el recorrido.

6. Pregúntate si lo que estás haciendo te hace feliz. El método KonMari **se basa en los sentimientos**. Así que recomienda que pensemos si nuestras acciones nos generan alegría y que, en función de la respuesta, actuemos.

5.4. Método streamline (minimalista)

Consiste en **aplicar las reglas del minimalismo para ordenar nuestra casa**. Aconseja centrarse en lo importante y dejar en un segundo plano lo superfluo, ya que nos permitirá alejarnos del caos y del estrés. En consecuencia, **su lema es "menos es más"**.

La palabra *streamline* significa racionalizar u optimizar, aunque para autora, la estadounidense **Francine Jay** – conocida como *Miss Minimalist* – tiene un significado mucho más profundo. No en vano, ha decidido llamar así a su método porque cada una de sus letras representa uno de sus conceptos:

S: Siempre hay que estar activos y reinventarse, porque nunca vamos a dejar de ordenar.

T: Trastos, tesoro y traspaso son palabras que te ayudarán siempre que tengas dudas. Procura quedarte solamente con los tesoros.

R: Razón de ser de cada objeto, ya que debes quedarte solo con lo que necesites.

E: En cada lugar de tu hogar, pon una cosa. Sé organizado/a.

A: Aparta las cosas de las mesas y superficies. Es importante que estén limpias, pues son el lugar más sencillo para dejar aquello que usamos.

M: Módulos para organizar los objetos. Utilízalos y comprobarás sus ventajas.

L: Límites. Procura establecerlos para tener más claros los espacios de tu hogar.

I: Intercambia. Si entra un nuevo objeto en tu hogar, procura que salga otro. Así evitarás acumular cosas.

N: No seas permisivo/a, para que tenga éxito este método deberás cumplir siempre con él.

E: Esfuérate para hacer un mantenimiento diario de tu hogar. Te será más fácil si fijas rutinas y tratas de cumplirlas a 'rajatabla'.

5.5 Método Pomodoro

En este caso, el tiempo es el protagonista. Se trata de una metodología que creó en la década de los 80 el italiano **Francesco Cirillo**, aunque originariamente no lo hizo pensando en el orden del hogar. Su objetivo inicial era ser más productivo en una época en la que estaba estudiando en la universidad y tenía poco margen para hacer sus actividades diarias.

Su nombre proviene de la palabra italiana *'pomodoro'*, que significa tomate. Y su origen es realmente curioso, porque lo eligió por el temporizador de dial que tenía en su cocina, que tenía precisamente la forma de esta hortaliza.





Llegados a este punto, te preguntará qué tiene que ver este curioso objeto con esta metodología. Pues bien, según su autor, **la mejor forma de gestionar y aprovechar nuestro tiempo es dividiéndolo en períodos de 25 minutos más otros 5 para descansar**. Es decir, espacios temporales breves que nos ayudarán a enfocar nuestro esfuerzo sin peligro de agotarnos o saturarnos.

Además, cada 4 períodos de trabajo (llamados ‘pomodoros’) podremos hacer un descanso algo más largo de 10 o 15 minutos. Porque aquí lo fundamental para ordenar con éxito es:

Tener claras cuáles son nuestras prioridades,

Evitar distracciones para ser realmente productivos durante estos cortos espacios de tiempo.

5.6. Método Kanban

Si además de ordenar quieres organizar bien tu casa, esta opción puede estar hecha para ti. Su premisa básica indica que, si pensamos bien las cosas antes de hacerlas y las planificamos, será bastante más probable que el resultado sea óptimo y satisfactorio.

Su nombre también es originario del japonés, porque **‘kanban’ es el término que se usa en el país asiático para nombrar las tarjetas visuales** que se utilizan para coordinar el trabajo en algunas empresas. La primera en hacerlo fue **Toyota** con la intención de organizar la labor de los diferentes grupos de trabajo de la compañía, de manera que las necesidades de todos ellos estuvieran mucho más claras.

Por lo tanto, **el método Kanban consiste en utilizar pequeñas tarjetas visuales, como pósits o mini hojas de colores, para anotar las tareas de la casa**. Posteriormente, estas se colocan en un lugar de esta, como un tablero de corcho en el salón, y se van realizando.

Como ya habrás adivinado, **el método Kanban puede resultar especialmente interesante para hogares donde vivan familias con varios integrantes**, porque les ayudará a **coordinarse y a organizarse**. Es más, para que todo quede más claro, además de utilizar un color para cada persona o tipo de trabajo, también podremos distribuir el tablero en zonas de prioridad (de la tarea) y en columnas que indiquen el estado de las tareas: ‘pendientes’, ‘empezadas’ o ‘terminadas’.

Luego ya solo será cuestión de **repartir las tareas entre cada uno de los miembros de la familia**, según sus características, nivel de dificultad o grado de prioridad. Con lo que nos aseguraremos ser mucho más eficientes a la hora de ordenar nuestra casa y haremos partícipes al resto de personas con las que convivimos.

5.7. Método GTB

Al igual que los **métodos Pomodoro y Kanban, el GTB** surgió inicialmente con el propósito de ayudar a las personas a ser más organizadas a la hora de gestionar sus tareas. Así que su aplicación es perfectamente válida en situaciones en las que nuestro propósito sea organizar la casa.

Las siglas GTB provienen de las palabras inglesas *‘Getting Things Done’* (que se podría traducir como ‘Resolviendo las cosas’ o ‘Conseguir que las cosas se hagan’). Su creador es **David Allen**, un consultor e instructor de productividad que asegura haber aprendido a ser más eficaz en la realización de tareas gracias a que trabajó en al menos 35 profesiones diferentes antes de cumplir 35 años.

Según este método GTB, las personas podemos rendir mejor, ser más capaces e innovar **si hacemos las cosas que podemos hacer en el mismo momento de planteárnoslas**. Por lo tanto, según esta propuesta, es fundamental no posponer las tareas sencillas ni dejarlas para más adelante: **el secreto del éxito está en apuntar y resolver de la forma más inmediata posible**.

Para ponerlo correctamente en práctica deberemos seguir estos cinco pasos:

Capturar o anotar las tareas que tenemos que hacer esta semana.

Aclarar o analizar cada una para ver su importancia y su duración.

Organizar las tareas, en función de si son prioritarias, de si forman parte de una cadena mayor de acciones, de si necesitaremos ayuda...

Revisar las tareas ya realizadas y comprobar el estado en el que se encuentran, para identificar las que están terminadas, definir si algunas se han vuelto más importantes o ya no son necesarias...

Hacer las tareas que hemos marcado como importantes y prioritarias para el momento en el que nos encontramos. Requiere de nuestro compromiso para ponernos cuanto antes en marcha: de hecho, si calculamos que van a durar menos de dos minutos, se recomienda no esperar y hacerlas ya.

Todos estos pasos forman parte de **un compromiso constante, porque deberemos de ejecutarlos a diario para obtener los resultados que perseguimos**. Y en el proceso conseguiremos **liberar nuestra mente**, pues plasmaremos por escrito todas las ideas, pensamientos, tareas, etc. que rondan nuestra cabeza. Con lo cual, nos aseguraremos de no olvidarnos de nada, trabajaremos con **menos estrés**, veremos las cosas **con más claridad** y podremos **elegir mejor en cada momento**.

5.8. Método de 21 días

Si queremos tomarnos las cosas con calma, pero no perdernos por el camino, el **Método de 21 días** se ofrece para guiarnos. O, más en concreto, la organizadora profesional **Alicia Iglesias** nos propone ordenar por completo nuestra casa en un período de tres semanas.

Esto, inevitablemente, nos va a dar más margen para organizarnos y distribuir las tareas, por lo que podremos avanzar día a día mientras asumimos pequeñas cargas de trabajo. No en vano, la propia **Alicia** lo enfoca como un reto, porque podremos plantearnos la organización de nuestro hogar como una buena forma de demostrarnos que podemos lograr lo que nos proponemos.

¿Y cuál es el orden de tareas que propone realizar? Aquí te lo presentamos:

- Días 1 y 2: comenzaremos por la **cocina**, por lo que crearemos un menú de comidas mensual, organizaremos la despensa y el frigorífico.

- Días 3 y 4: seguimos con la cocina, ya que dedicaremos estas jornadas a ordenar y limpiar tanto sus muebles

(armarios, mesas, cajones) como sus electrodomésticos.

- Días 5 y 6: pasamos al **baño**. El primer día eliminaremos todos los productos que no nos hagan falta o estén caducados. El segundo, limpiaremos a fondo cada componente: muebles, espejos, accesorios, bañera y/o ducha, la cortina, etc.

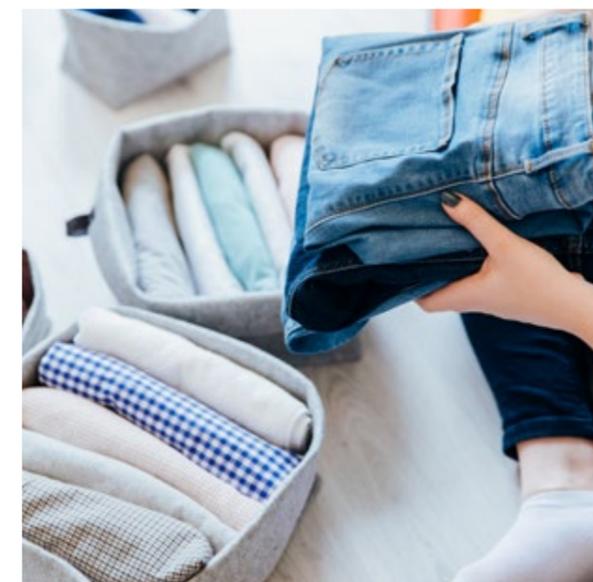
- Día 7: nos centraremos en el **recibidor** para que quede lo más ordenado posible y cuente con muebles funcionales para dejar objetos y prendas como las llaves, el abrigo o los zapatos.

- Días 8 y 9: hora de los **armarios**. Al principio, decidiremos cómo queremos ordenarlos y definiremos el criterio a seguir. El siguiente día, nos pondremos manos a la obra, los vaciaremos, limpiaremos y reordenaremos según establecimos el día anterior.

- Día 10: vamos con la **ropa**. Nos desharemos de la que no vayamos a usar más. Y con la que nos quedemos, la ordenaremos también según el criterio que más te agrade: por estación, por colores, por categorías, etc.

- Días 11 y 12: turno de los **zapatos y complementos**. El procedimiento será similar al de la ropa: tiraremos lo que no nos sea útil y clasificaremos los objetos para luego saber bien dónde están. Tener un zapatero o, por ejemplo, un joyero nos facilitará mucho la tarea.

- Día 13: pasamos a la estancia ‘reina’ de la casa. **El salón** suele ser un espacio donde acumulamos muchos objetos, así que es recomendable vaciar su zona central al principio para después proceder a ordenarlo. Además, podremos aprovechar para redecorarlo o redistribuir los muebles que hay en él; y deberemos utilizar de forma inteligente estanterías y armarios para aprovechar al máximo de los espacios que nos dan.





5.10. Método Kaizen

Para aquellas personas que no disponen de mucho tiempo libre para ordenar su casa, el **método Kaizen** puede ser un auténtico alivio. Una vez más, llega 'apadrinado' por la filosofía oriental, porque es una solución **originaria de Japón** que nos recomienda adquirir rutinas dedicándoles **tan solo 60 segundos al día**.

De esta manera, **al principio tan solo necesitarás de un minuto para poder meterte de lleno en esta metodología**. Aunque deberás tener en cuenta que su propuesta contempla un incremento posterior del tiempo dedicado a la tarea, una vez que la misma ya se haya convertido en una rutina para nosotros.

Lo importante, por tanto, es **adquirir la costumbre de ordenar**. Podremos hacer pequeñas micro tareas a diario, como limpiar y arreglar un cajón durante un minuto. Y, una vez que ya nos hayamos acostumbrado a ordenar todos los días, comprobaremos que nos será cada vez más fácil hacerlo, porque partiremos de una situación de mayor orden y tendremos más práctica.

Además, el método Kaizen se puede llevar a cabo en cinco sencillos pasos:

1. Seiri: Hay que detectar lo que no sea necesario y desecharlo.

2. Seiton: Ordena y clasifica tus pertenencias teniendo muy presente su frecuencia de uso. Lo que más utilices deberás tenerlo a mano.

3. Seiso: Cuanto más apliques este método, más fácil te resultará seguirlo. Al principio quizás debas esforzarte algo más, aunque no necesites dedicarle demasiado tiempo.

4. Seiketsu: Cumple con el tiempo asignado. Un minuto no supone un sacrificio y hacerlo se convertirá pronto en una rutina para ti.

5. Shitsuke: En este punto ya habrás generado tu nueva rutina y solo tendrás que ser disciplinado/a para mantenerla día tras día y tener el desorden a raya.

- **Día 14:** nos dirigiremos al **dormitorio**. Nuevamente, trataremos de dejarlo lo más vacío posible para descartar lo que no haga falta y reorganizar todos los objetos según un criterio que sea de nuestro gusto.

- **Días 15 y 16:** será el momento de las **habitaciones de los niños** (si los hay). Si estos son mayores, podrán participar en la reorganización, teniendo siempre en cuenta de que deberán contar con un espacio para el estudio. Mientras que, si son pequeños, será importante que tengamos en cuenta las alturas de las estanterías y muebles donde dejaremos los objetos (para que les sean accesibles); así como que les recordemos la importancia de guardar cada juguete al terminar de usarlo.

- **Día 17: momento de ordenar el despacho.** Para ello, seguiremos el mismo criterio que con el resto de las habitaciones: vaciar primero todo lo posible, tirar lo que no valga y reordenar por categorías.

- **Día 18: remataremos las estancias que queden**, si las hay. Es decir, **el garaje**, trastero, cuarto de estar, etc. A estas alturas ya sabremos bien cómo ordenarlas, por lo que debería ser ya 'coser y cantar'.

- **Días 19, 20 y 21:** para terminar, uno de los pasos más importantes. **Nos referimos a la concienciación de toda la familia y a la creación de rutinas** para no volver en poco tiempo al desorden anterior. Lo que queremos es que ese gran trabajo que hemos hecho en los 18 días anteriores perdure... y la única forma de lograrlo es reflexionando sobre nuestros hábitos de vida anteriores y también sobre la forma de cambiarlos, para adquirir costumbres que nos permiten ser ordenados en el día a día.

¿Nuestro objetivo es optimizar al máximo nuestros recursos y tiempo? La **'Regla del Orden 80/20'** o **'Método del Pareto'** nos dice cómo podemos hacerlo; y es tan fácil de entender como suena: a la hora de hacer las cosas, deberemos tener siempre presente la regla 80/20.

De hecho, recibe el nombre de 'Método del Pareto' porque traslada a la práctica el conocido como 'Principio del Pareto'. Según este, el 80 % de los efectos se deben al 20 % de las causas o, dicho de otra forma, el 20 % del esfuerzo tiene la capacidad de generar el 80 % de los resultados. Así que, si sabemos dónde enfocar adecuadamente nuestro trabajo, podremos conseguir grandes cosas sin tener que dedicar mucha energía.

En cualquier caso, **la regla 80/20** puede aplicarse de diferentes maneras para ayudarnos a organizar y embellecer nuestra casa. Por ejemplo:

Podemos organizar los objetos en nuestra casa procurando **ocupar el 80 % del espacio disponible** en muebles, armarios, cajones, etc. y **vaciando el 20 % restante**.

Tenemos la opción de decorar las estancias dedicando **un 80 % de las mismas a un estilo principal y dejando el otro 20 % para un estilo secundario** que se complemente bien.

Para conseguir cambios evidentes en nuestro hogar, **bastará con que cambiemos el 20 % de sus elementos**. Para ello, deberemos centrarnos en objetos, muebles, etc. que sean relevantes.

Cuando queramos hacer limpieza, intentemos aplicar este 'Método del Pareto'. Y es que es muy posible que tan solo te pongas de forma habitual (el 80 % de las veces) el 20 % de la ropa que hay en tu armario. Lo que significará que podrás deshacerte más fácilmente de aquella que no uses nunca.



5.9. Método del Pareto

6.

Mantener el orden en casa

Cómo no desorganizar lo que ya está ordenado

¡Enhorabuena! Si has llegado hasta aquí es probable que ya hayas dejado atrás la parte más dura de todo el trabajo: **ordenar tu casa y dejarla totalmente a tu gusto**. Pero no cantes victoria y te confíes, porque aún tienes por delante otro exigente camino: el de no desorganizar todo y volver a la casilla de salida.

No olvides que nuestra misión no solo es dejar tu hogar hoy perfectamente organizado, sino también que, dentro de un mes, un año o cinco años esté igual de impecable. Y esto solo lo conseguiremos **manteniendo un compromiso constante con el orden y la limpieza**, así como **haciendo pequeños gestos diarios para mantener el equilibrio** que hemos conseguido alcanzar.

Para ayudarte a lograrlo, aquí te mostramos unos consejos:

No acumules cosas que no necesitas

Como propone el método *streamline*, intenta que, **por cada objeto que entre en tu casa, salga otro**. Si no lo cumples, volverás a acumular cosas y es muy probable que, más pronto que tarde, tengas que hacer una nueva limpieza a fondo.

Compra solo lo que vayas a usar

Ya lo mencionamos con anterioridad como una de las cosas que no debemos hacer nunca. Pero no está de más repetirlo, porque también está relacionado con el punto anterior: **procura no comprar por impulso y pregúntate siempre** si lo que estás adquiriendo es algo que verdaderamente vayas a necesitar en tu vida.

Guarda cada objeto en su sitio y respeta el criterio de ordenación impuesto

Al ordenar has tenido total libertad para decidir cómo querías ordenar tus cosas: por categoría, uso, lugares... Tú decides, pero **con la condición de que lo conviertas también en una norma autoimpuesta para colocar y guardar siempre cada objeto en su espacio correspondiente**.





Hazte con muebles que sean funcionales y te ayuden a ordenar

Un zapatero, un armario con un buen número de baldas y cajones, un joyero, un guardallaves, una estantería donde quepan todos nuestros libros o colecciones... **Hay multitud de muebles (y de objetos) que nos pueden ayudar a ser ordenados en nuestro día a día**, así que solo se trata de hacernos con los que nos sean más prácticos para evitar que acabe reinando el desorden.

Incorpora también hábitos de limpieza

El orden necesita de limpieza, así que **repasa cada estancia de tu hogar con frecuencia**. Todo lucirá en perfecto estado y, además, podrás detectar más fácilmente aquellos elementos que están desordenados (y ponerle solución).

Consigue el compromiso de todos los habitantes de la casa

Si vives con más personas, será necesario que ellas **también se comprometan a mantener el orden en todas las estancias**. Si solo lo haces tú, es muy probable que en pocas semanas todo vuelva a estar 'patas arriba' o que te veas obligado/a trabajar más para organizar lo que los demás desordenan.

Utiliza una guía o lista de tareas

Si ves que se te acumula el trabajo o no quieres estar memorizando todas las tareas pendientes para mantener tu casa ordenada, **apúntalas en un lugar visible**. Puedes utilizar un tablón, un cuaderno de notas, una pizarra, etc. para tener lo pendiente siempre presente y, si tienes compañeros de piso, **repartir las responsabilidades**.

Cada cosa que uses, devuélvela a su lugar al terminar

Si coges una revista del revistero para leerla, no la dejes en la mesa más cercana al terminarla. **Devuélvela al propio revistero o deséchala** en el contenedor de productos reciclables, de forma que no te estorbe más ni ocupe un lugar que no es el suyo.

Convierte en costumbre tus tareas para ordenar

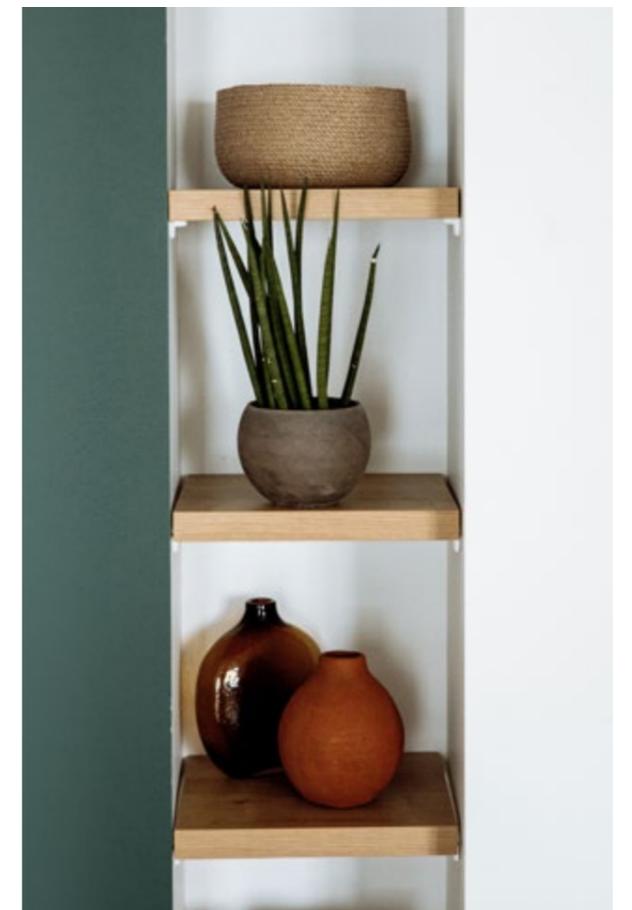
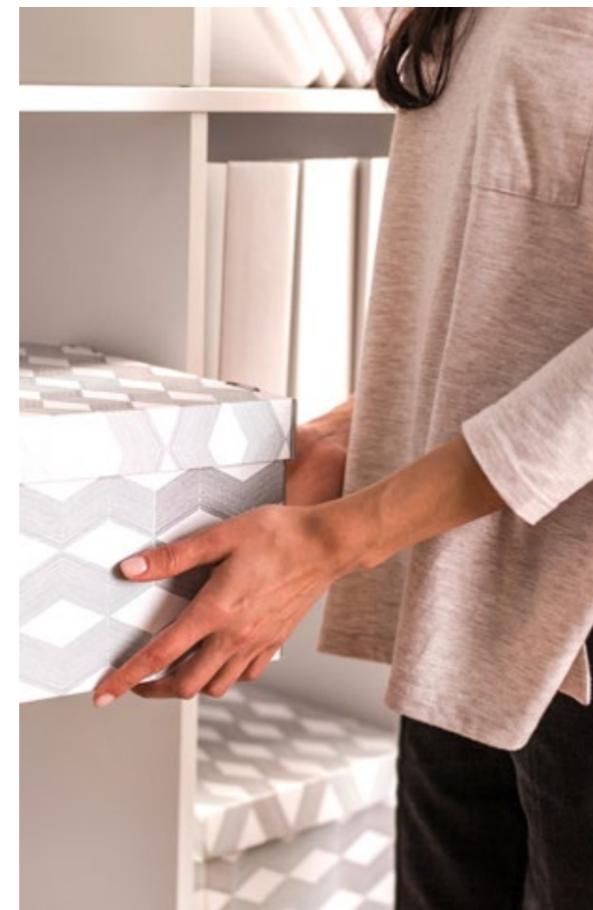
Pueden ser 15 minutos al día, un par de horas a la semana, una mañana o una tarde al mes... la elección también es tuya, pero reserva una parte de tu tiempo para mantener el orden en tu casa. ¡Y no te olvides de **un detalle importante!**: cuanto más cumplas con el resto de las recomendaciones que te proponemos aquí, menos tiempo tendrás que dedicarle a este punto.

Procura dejar limpias las principales superficies

Según la **'regla de las 5 superficies'**, hemos de intentar limpiar y vaciar cada noche 5 superficies de nuestro hogar: **la encimera y el fregadero de la cocina, la mesa del comedor, la repisa del baño y el suelo del salón**. Así, irse a dormir y dejarlo para el día siguiente ya sería un claro incumplimiento, porque al despertar nos encontraríamos con el desorden del que precisamente queremos huir.

Todo lo que toques, guárdalo sin soltarlo

Por su parte, **la 'regla de un solo toque' suena tan estricta como efectiva**. Para ponerla en práctica deberemos guardar en su sitio todo objeto que toquemos sin dejar de hacerlo. Por ejemplo, para la revista mencionada con anterioridad, si la usamos para leer, cuando la soltemos deberemos dejarla en su lugar, el revistero. Y esto es algo que también se puede aplicar con la ropa, con las llaves, con la comida que acabamos de comprar en el supermercado...



7. Conclusiones

¿Qué te ha parecido? Ha sido un largo camino, pero seguro que también ha merecido la pena. Como has podido comprobar, ordenar una casa requiere de esfuerzo, compromiso y bastante tiempo. Y ni siquiera estos 'ingredientes' garantizan en ocasiones el resultado esperado, porque también es importante que tengamos las ideas muy claras antes de ponernos manos a la obra:

1. Convéncete de que necesitas ordenar tu casa. Puede que no nos apetezca o que nos estrese la idea de tener mucho trabajo por delante, pero hemos de tener la fuerza de voluntad necesaria para iniciar la tarea y aspirar a terminarla. **Visualizar el resultado en nuestra mente y pensar lo beneficioso que resultará nos ayudará a conseguirlo.**

2. Ten muy presentes las reglas básicas del orden en el hogar. Aquí te hemos propuesto un decálogo que te ayudará a empezar y que te guiará durante todo el 'trayecto', para que tengas claros aquellos aspectos fundamentales que nunca se te deben pasar por alto.

3. Toma nota de los comportamientos y actitudes que son incompatibles con la tarea de ordenar la casa. En nuestra lista (punto 4) encontrarás los más habituales, por lo que te animamos a que los tengas siempre en cuenta para que todo te sea más sencillo.

4. Elige un método para ordenar tu casa y aplícalo. Hay muchos y muy variados, así que nosotros hemos seleccionado los más importantes para orientarte. **¡Haz cuidadosamente tu elección y, lo que es más importante, esfuérzate por cumplir sus premisas más importantes!**

5. Dedicar tiempo de forma habitual a no desordenar lo que ya has podido ordenar. Recuerda que tu compromiso con el orden debe ser para siempre, y la mejor forma de cumplir es reservar una pequeña parte del tiempo del que dispones para mantener el orden y la limpieza en tu hogar.

¡Gracias por habernos acompañado hasta aquí y esperamos que esta guía te haya sido de ayuda para ordenar tu casa y mantenerla organizada!

