


# Mini Checklist Inteligente para Empacar sin Estrés




*Lo esencial para  
viajar ligero,  
organizado y sin  
olvidos*

Por: Lucy García

Redes sociales:

 @deviajesyotrascosas

 viajesyotrascosas

<https://deviajesyotrascosas.com>

# Contenido

- 1 Introducción
- 2 Reglas básicas antes de empacar
- 3 Checklist resumido
  - 3.1. Ropa esencial
  - 3.2. Calzado
  - 3.3. Artículos personales
- 4 Lo que no deberías empacar
- 5 ¿Quieres in paso más allá?



## INTRODUCCIÓN

Empacar no debería ser una fuente de estrés...  
y tampoco una excusa para llevar una maleta llena de "por si acaso".

Después de muchos viajes, aprendí que viajar mejor no es llevar más cosas, sino llevar las correctas.  
Esta mini guía está pensada para personas que aman viajar, pero no tienen tiempo para complicarse.

Aquí encontrarás lo esencial para empacar bien, sin exceso y sin olvidos.



## REGLAS BÁSICAS ANTES DE EMPACAR

(Guárdalas. Funcionan siempre.)

- Empaca para 7 días, aunque tu viaje sea más largo
- Elige una paleta de colores (2 neutros + 1 acento)
- Todo lo que lledes debe combinar entre sí
- Si dudas si llevar o no algo, no lo lledes

*Empacar bien es una decisión estratégica, no emocional*



## CHECKLIST RESUMIDO

3.1. ROPA ESENCIAL

3.2. CALZADO

3.3. ARTÍCULOS PERSONALES IMPRESCINDIBLES



## 3.1

### ROPA ESENCIAL

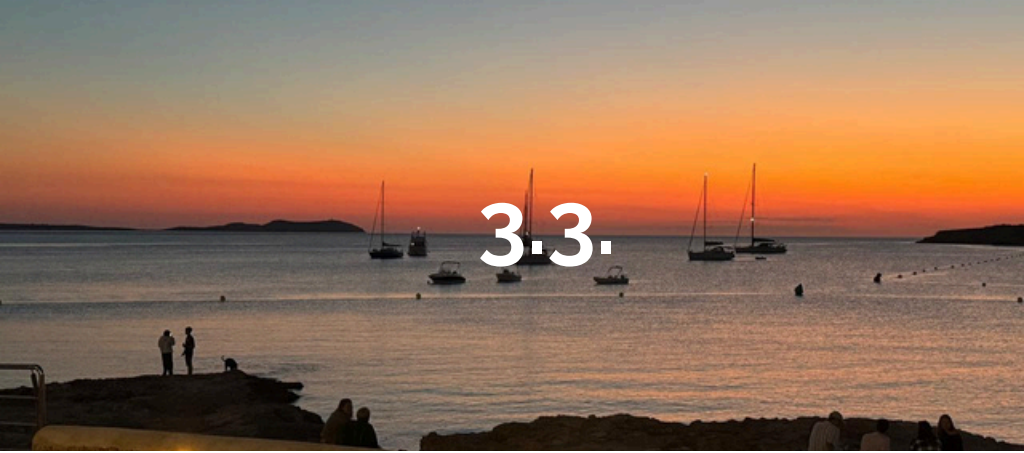
- 5 partes superiores
- 3 partes inferiores
- 1 capa abrigada (chaqueta o suéter)
- 1 pijama
- 1 outfit "especial" (cena, evento o noche)
- Ropa interior para 5–7 días



## 3.2.

### CALZADO

- 1 par cómodo para caminar
- 1 par adicional según el tipo de viaje



## **ARTÍCULOS PERSONALES IMPRESINDIBLES**

- Documentos de viaje + copias
- Medicamentos personales
- Cargadores y adaptadores
- Neceser básico con frascos en tamaño viaje



# 4

## LO QUE NO DEBERÍAS EMPACAR

- ⊘ Ropa que no combine con nada
- ⊘ Zapatos nuevos
- ⊘ Cosméticos grandes
- ⊘ Artículos "por si acaso"
- ⊘ Cosas que puedes comprar en destino

*Menos peso = más libertad al viajar*



## ¿QUIERES IR UN PASO MÁS ALLÁ?

Esta mini guía es solo el comienzo.

Si quieres:

- ✓ Checklists por destino, estación y tipo de viaje
- ✓ Cantidades exactas según días
- ✓ Un Excel interactivo que te guía paso a paso
- ✓ Empacar sin pensar ni improvisar

Accede aquí al Checklist Completo para Viajar sin Estrés:

[Ir a Check list completo](#)



Viajar debería sentirse ligero desde el momento en que empacas.

Espero que esta mini guía te ayude a empezar así

Lugave 🧐😊