



La “ansiedad de la mudanza”: 3 cosas que debes tomar en cuenta antes de cambiarte a un departamento

- *Algunas investigaciones han demostrado que mudarse puede ser más estresante que un divorcio, mientras que otros estudios colocan a la mudanza en el top ten de eventos que más causan ansiedad, junto a preocupaciones sobre la salud, la economía o la familia.*
- *Ante ello, actualmente existen alternativas tecnológicas como Neivor que pueden hacer más llevadero este proceso, sobre todo para las nuevas generaciones de residentes.*

Ciudad de México, a XX de noviembre de 2021.- Aunque ser una persona independiente y vivir en tu propio departamento (comprado o rentado) es uno de los momentos más relevantes de la vida adulta de muchas personas, también puede representar una fuente de estrés y ansiedad. Esto debido a la cantidad de pequeños detalles involucrados, desde tramitar el cambio de dirección en los documentos oficiales y esperar una “eternidad” para tener instalada la nueva conexión de internet, hasta carecer de elementos básicos como algún desarmador para armar un mueble.

De hecho, algunas [investigaciones](#) han demostrado que mudarse puede ser más estresante que un divorcio, mientras que otros [estudios](#) colocan a la mudanza en el *top ten* de eventos que más causan ansiedad, junto a preocupaciones sobre la salud, la economía o la familia.

*“Naturalmente, un cambio de domicilio siempre conlleva un fuerte sentimiento de independencia muy positivo, pero lo que pocos conocen es la carga de estrés que también incluye, el cual puede llevar a los residentes a caer en lo que podríamos denominar como 'ansiedad de la mudanza'; sin embargo, actualmente existen alternativas tecnológicas y experiencia que pueden hacer más llevadero este proceso”, explica **Caterine Castillo, Cofundadora y CEO de Neivor**, la plataforma de gestión de condominios que simplifica la vida para los residentes, al facilitar pagos, reserva de amenidades y comunicación vecinal.*

Por tal motivo, la experta comparte 3 cosas que debes tomar en cuenta antes de cambiarte a un departamento:

1. Anticipa, limpia y “purifica”

Parece obvio, pero anticipar es una de las claves previas al temido “día cero”. No obstante, el detalle de esta anticipación radica en realizar una limpieza profunda (o dos) del lugar que pronto dejará de ser tu hogar; con esta “purga” lo importante es deshacerse de esos cachivaches, ropa, muebles viejos y objetos que no se usan. Una excelente opción es donarlos, lo cual sería mucho mejor. El punto es restar todo lo que en realidad sobrará y será un peso muerto. Esto ayuda a evitar sensaciones de amontonamiento, demasía o angustia.

2. Toma fotos para recordar

Brandi Neal, *storyteller* de Los Ángeles que se ha mudado más de 17 veces, asegura que un gran *tip*, sobre todo para aquellos que tienen o usan muchos dispositivos electrónicos, es tomar fotos con el *smartphone* sobre cómo se ensamblan, para poder volver a colocarlos de la manera correcta una vez que la mudanza esté realizada. “No hay forma de evitarlo, moverse apesta. Incluso la persona más organizada experimentará algunos contratiempos y frustraciones”, [dice](#) Brandi. Por ello, agrega que hay que prepararse para el éxito tanto como sea posible haciendo una lista de todo lo que debe suceder antes, durante y después de la mudanza.

3. Busca la tecnología como aliado

Finalmente, el desempaque y la instalación es una “bestia” a la que se debe enfrentar inevitablemente. Y conocer cómo funciona el edificio, la administración y quiénes son los vecinos suele ser un proceso arduo que también puede causar un poco de ansiedad durante el proceso; empero, actualmente ya existen soluciones digitales que están transformando este proceso, a partir de [apps](#) que los administradores disponen para los residentes, la cual simplifica la vida al facilitar pagos, reserva de amenidades y comunicación vecinal.

*“Como vemos y si bien la mayoría de las ocasiones la 'ansiedad de la mudanza' es inevitable, con estos tips puede convertirse en una experiencia diferente, en un contexto en el que las nuevas tecnologías enfocadas a este segmento está innovando para hacer más placentera la vida en condominios o edificios, a través de sistemas de operación que corresponden a las necesidades de las nuevas generaciones de residentes”, concluye **Caterine Castillo**.*

-oOo-

Sobre [Neivor](#)

Neivor es la *startup* líder en Latinoamérica que está revolucionando la forma de administrar y gestionar condominios con el *software* más completo del mercado. Fundada en Colombia en 2019 por Caterine Castillo, Paola Fuertes y Óscar Garzón, Neivor opera la administración de 3,300 condominios en Latinoamérica, con cerca de 290 mil residentes que usan la plataforma. Neivor elimina la fricción y las ineficiencias generadas actualmente por las reconciliaciones manuales y las transacciones basadas en efectivo. Con su plataforma, los administradores de edificios gestionan sus tareas de cara a los residentes dentro de una sola aplicación y los residentes pueden realizar sus pagos y mantenerse al día de todo lo que pasa en su edificio o condominio de forma fácil y sencilla. Visita: <https://neivor.com/mx/>

Síguenos en:

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/neivor/about/>

Instagram: <https://www.instagram.com/neivorlatam/>

Facebook: <https://www.facebook.com/NeivorLatam>

Contacto para prensa

another

Nora Montoya | PR Executive

nora.montoya@another.co