

La Matriz de *Selección de Destinos*

El sistema exacto para encontrar destinos de paz y decidir inteligentemente en qué invertir. Antes de reservar, califica tus opciones de alojamiento del 1 al 10 basándote en sus niveles de estímulos, ruido y áreas verdes.

Criterio Wellness	Opción A	Opción B	Opción C
Ubicación libre de ruido (Lejos de multitudes y avenidas)	_____	_____	_____
Filtro Arquitectónico / Visual (Estética Zen/Japandi, colores neutros)	_____	_____	_____
Contacto con la Naturaleza (Acceso a áreas verdes o vistas naturales)	_____	_____	_____
Inversión en Descanso (Colchón premium, baja contaminación auditiva)	_____	_____	_____
PUNTUACIÓN TOTAL	_____	_____	_____

Recordatorio Wellness

La Regla del Gasto Inteligente

Elige la opción que obtenga el puntaje más alto, priorizando siempre la paz sobre la popularidad.

Recuerda que es estratégico invertir tu presupuesto en una ubicación libre de ruido y un buen colchón, y ahorrar sin culpa en atracciones turísticas masivas que solo elevarán tu estrés.

Notas y Reflexiones
