MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS



ENERGIZE WELLNESS

COMPAÑERO DE DECISIONES PARA LA CASA DE BIENESTAR

TÍTULO	Un cuaderno de trabajo para planear una casa que apoye a quienes la habitan
AUTOR	Alik Konovalenko
EDICIÓN	Edición digital 02 · pensado para pantalla · rellenable
HOJAS	169

02

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

Que la próxima decisión sea mejor.

Empiece por el hogar y su vida diaria. Luego pregunte qué deben lograr el edificio, sus sistemas y su cuidado. Una historia de producto convincente es solo el inicio de esa conversación.

01

Nombre la decisión

Empiece por el próximo compromiso, el espacio o el sistema que modifica.

02

Conecte las consecuencias

Reúna a las personas, interfaces, costos e información de los que depende.

03

Conserve un expediente útil

Deje un rumbo elegido, un revisor y una referencia de evidencia que el equipo pueda encontrar.

Úselo en su reunión de diseño, antes de una compra, durante una revisión en obra y en la entrega. Conserve los expedientes que explican por qué se tomó una decisión.

Energize Wellness conecta diez pilares del diseño de la casa a través de Evaluar, Planear, Especificar, Construir y Verificar. Cada pilar puede revisarse en cada etapa.

QUÉ CONTIENE

11	176	86	80	21	42
CAPÍTULOS, CADA UNO CON SU RESUMEN DE LA DECISIÓN	PUNTOS DE CONTROL CON ESTADO Y EXPEDIENTE	ELEMENTOS DEL REGISTRO: ROUGH-IN Y LOS ÁNGELES	PAUTAS DE SELECCIÓN EN 10 MENÚS	HERRAMIENTAS DE TRABAJO, CUADROS Y LIBROS DE CONTROL	RECURSOS SELECCIONADOS, CON ENLACE

COPYRIGHT 2026 ALIK KONOVALENKO. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. CUADERNO DIGITAL, EDICIÓN 02. ÚSELO CON SU EQUIPO DE PROYECTO CALIFICADO.

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

Contenido

Empiece por el capítulo que afecta su próximo compromiso, o por el registro si los muros están por cerrarse. Todo aquí tiene enlaces; las pestañas al borde de la página llevan a los mismos lugares.

CAPÍTULOS

01 Agua del hogar 016
02 Calidad del aire 022
03 Vistas y naturaleza 028
04 Entorno electromagnético (EMF) 034
05 Ruido y acústica 040
06 Superficies y materiales 046
07 Protección contra la humedad 052
08 Actividad y recuperación 058
09 Clima y confort térmico 064
10 Luz eléctrica y natural 070
11 Integración y cuidado continuo 076

ANTES DE EMPEZAR

Cómo funciona este libro 005
Avance por la decisión 006
Una decisión, de principio a fin 007
La obra en orden 008
Dónde está el proyecto 010
Su proyecto, en un solo lugar 014
Directorio del proyecto 015

ANTES DE CERRAR LOS MUROS · REGISTRO

RW Agua 083
RA Aire 086
RE Entorno eléctrico 089
RN Ruido y acústica 092
RL Luz 094
RT Confort térmico y clima 096
RM Materiales y humedad 098
RR Movimiento, recuperación y vida diaria 100
RD El expediente 102

UNA CASA DE BIENESTAR EN LOS ÁNGELES

LW Aire, calor y agua en este clima 104
LQ Ruido, terreno y el vecindario 106

Continúa en la hoja siguiente: selecciones, herramientas de trabajo, cuadros, libros de control, recursos.

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

Contenido, continuación

SELECCIONES

M01 Selecciones de agua del hogar 109
M02 Selecciones de calidad del aire 111
M03 Selecciones de conexión con la naturaleza 113
M04 Selecciones de entorno eléctrico 115
M05 Selecciones acústicas 117
M06 Selecciones de materiales y acabados 119
M07 Selecciones de humedad 121
M08 Selecciones de movimiento y recuperación 123
M09 Selecciones de confort térmico 125
M10 Selecciones de iluminación 127

CUADROS Y LIBROS DE CONTROL

S01 Equipos de agua y filtros 143
S02 Equipos de aire y filtros 144
S03 Luces y controles por cuarto 145
S04 Bitácora de mediciones 146
L01 Bitácora de órdenes de cambio 147
L02 Libro de asignaciones 148
L03 Recorrido de cinta azul 149
L04 Revisión a los once meses 150

SUS PROPIAS PARTIDAS

Sus propias partidas (cuatro hojas en blanco) 151

HERRAMIENTAS DE TRABAJO

W01 Expediente de la decisión 130
W02 El resumen de diseño del hogar 131
W03 Comparación de productos y sistemas 132
W04 Decisión de cambio y costo 133
W05 Plan de verificación y resultado 134
W06 Resumen para medición o blindaje de EMF 135
W07 Sistemas instalados y su cuidado 136
W08 Observar, ajustar, volver a revisar 137
T01 Una cuarto, varios sistemas 138
T02 Afirmación, evidencia y límites 139
T03 Lo que esta función le exigirá 140
T04 La demostración antes del pedido 141
T05 El ensayo de operación de la casa 142

TAMBIÉN INCLUYE

Índice, todos los elementos de la A a la Z 155
Recursos seleccionados 159
Planear una casa en Los Ángeles 165
Sobre el autor 166
Sigamos en contacto 167
Sobre esta edición 168

El orden de los capítulos es una ruta de lectura. El programa de su proyecto y los profesionales responsables determinan la secuencia de la obra.

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

Una marca solo sirve si su significado es claro.

Marque la casilla al revisar la pauta. Tache una casilla de estado para mostrar qué pasó después y deje una referencia del expediente que el equipo pueda encontrar.

CÓDIGO	SIGNIFICADO	QUÉ DEJAR EN EL EXPEDIENTE
☐ O	Abierto	Una pregunta que aún necesita respuesta
☐ I	En revisión	Revisor designado y próxima fecha
☐ D	Aplazado	Motivo, consecuencia y fecha para retomar
☐ C	Cerrado	Decisión acordada y referencia de evidencia
☐ N	No aplica	Por qué no aplica a este proyecto

EJEMPLO · UNA FILA DE PUNTO DE CONTROL COMPLETA

REV	ID	PUNTO DE CONTROL / ACCIÓN / EVIDENCIA / EXPEDIENTE	ESTADO
☒	EW01.06	**Alcance de la certificación** Revise el modelo completo y el listado del contaminante pertinente; distinga el desempeño certificado de los componentes probados o de afirmaciones generales de la marca. EVID. Listado vigente y configuración exacta REF. EX-WATER-01 · T02 expediente de la afirmación · revisado 14 mar	☐ O ☒ I ☐ D ☐ C ☐ N

Léalo así: la pauta se revisó (casilla marcada), la decisión está en revisión (I tachada) y la línea del expediente indica dónde está la historia completa. El expediente detallado se conserva en W01.

Cerrar un elemento del cuaderno registra su proceso acordado. No certifica cumplimiento, desempeño ni terminación de la obra física.

Conserve el expediente detallado en W01. Guarde planos, informes y aprobaciones en el sistema de documentos del proyecto y anote su referencia junto a la pauta. Reabra un elemento cerrado cuando cambien el diseño, el producto o las condiciones.

Uso digital y en papel

Guarde una copia de trabajo en un lector de PDF que admita formularios. Escriba una prueba breve, guarde y vuelva a abrir el archivo antes de usar el libro. Los campos cortos guardan referencias; use las herramientas reutilizables para notas largas y Return para una línea nueva. CORREO › junto al código de un elemento abre un correo ya redactado con ese elemento para su equipo. En apps de escritura a mano como GoodNotes o Notability los campos de texto están inactivos, pero cada casilla está dibujada en la página, así que escriba a mano; las pestañas de capítulo y los enlaces siguen funcionando. Imprima a tamaño real si va a escribir a mano. “Sobre esta edición” está en la última hoja.

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

Avance por la decisión.

Use las cinco etapas como un ciclo. Un hallazgo nuevo puede regresar una decisión para más trabajo. Cada portada de capítulo muestra la etapa donde ese capítulo suele empezar.

01 **EVALUAR**

¿Qué sabemos y qué sigue siendo un supuesto?

02 **PLANEAR**

¿Qué personas, espacios y sistemas deben encajar entre sí?

03 **ESPECIFICAR**

¿Qué alcance, modelo, ensamble o requisito exacto se prevé?

04 **CONSTRUIR**

¿Qué debe coordinarse y revisarse antes de ocultarlo o fijarlo?

05 **VERIFICAR**

¿Qué se suministró, revisó y entregó realmente?

Este cuaderno educativo apoya las conversaciones del proyecto. No sustituye diseños aprobados, contratos, inspecciones requeridas, códigos aplicables ni asesoría profesional. Los profesionales responsables deben determinar los métodos, dimensiones y requisitos del proyecto real.

Este cuaderno organiza las preferencias del hogar, las preguntas de diseño y la evidencia. No hace promesas médicas ni certifica una casa.

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

La obra en orden

Los capítulos siguen los once pilares. La casa se construye por fases. Este mapa indica qué capítulos y grupos del registro deben cerrarse antes de iniciar cada fase.

01 Programa de la familia y terreno

CIERRA ANTES DE INICIAR EL DISEÑO

Lo que la familia necesita, las condiciones del terreno, la fuente de agua y el mapa de ruido.

CERRAR PRIMERO

- 03 Vistas y naturaleza
- 11 Integración y cuidado continuo
- LW Aire, calor y agua en este clima
- LQ Ruido, terreno y el vecindario

02 Diseño y permisos

CIERRA ANTES DE PRESENTAR A REVISIÓN DE PLANOS

El aire, el silencio, la luz y el confort se deciden sobre todo en los planos.

CERRAR PRIMERO

- 02 Calidad del aire
- 05 Ruido y acústica
- 09 Clima y confort térmico
- 10 Luz eléctrica y natural
- RA Aire
- RN Ruido y acústica
- RL Luz
- RT Confort térmico y clima

03 Nivelación y cimentación

CIERRA ANTES DEL PRIMER COLADO

Control de humedad bajo la casa.

CERRAR PRIMERO

- 07 Protección contra la humedad
- RM Materiales y humedad

04 Estructura de madera y elementos estructurales

CIERRA ANTES DE INICIAR EL ROUGH-IN

Ensambles para los cuartos silenciosos, instalaciones para las amenidades, refuerzos para persianas.

CERRAR PRIMERO

- 05 Ruido y acústica
- 08 Actividad y recuperación
- RN Ruido y acústica
- RR Movimiento, recuperación y vida diaria

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

Cada casilla de estado que marque en el libro aparece también aquí, y una casilla marcada aquí marca el elemento. Toque un código para abrir su hoja.

		O	I	D	C	N
01 AGUA DEL HOGAR						
EW01.01	Prioridades de uso del agua	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.02	Proveedor real de agua	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.03	Preguntas sobre la plomería de la propiedad	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.04	Propósito del muestreo	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.05	Afirmación del tratamiento	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.06	Alcance de la certificación	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.07	Toda la casa o solo la llave	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.08	Caudal pico y presión	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.09	Integración con el agua caliente	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.10	Conexiones de salidas de agua potable	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.11	Drenaje y bypass	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.12	Espacio y acceso	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.13	Publicidad frente a resultado	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.14	Verificación de lo instalado	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.15	Economía del mantenimiento	☐	☐	☐	☐	☐
EW01.16	Expediente de agua del propietario	☐	☐	☐	☐	☐
02 CALIDAD DEL AIRE						
EW02.01	Actividades del hogar	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.02	Condiciones exteriores	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.03	Control de fuentes	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.04	Sistema de ventilación	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.05	Extracción local	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.06	Filtración de partículas	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.07	Preguntas sobre gases y olores	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.08	Ubicación del purificador portátil	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.09	Ozono y dispositivos activos	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.10	Construcción limpia	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.11	Acceso para reemplazar filtros	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.12	Equilibrio entre ventilación y filtración	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.13	Propósito del monitoreo	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.14	Operación ante humo de incendios	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.15	Evidencia de la puesta en marcha	☐	☐	☐	☐	☐
EW02.16	Entrega del servicio de aire	☐	☐	☐	☐	☐
03 VISTAS Y NATURALEZA						
EW03.01	Rutina exterior deseada	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.02	Vistas desde posiciones diarias	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.03	Límites de privacidad	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.04	Vista frente a deslumbramiento	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.05	Uso todo el año	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.06	Ruta exterior accesible	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.07	Espacio exterior tranquilo	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.08	Selección de plantas	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.09	Elementos de agua	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.10	Plantas en interiores	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.11	Elección de materiales naturales	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.12	Iluminación de paisaje	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.13	Naturaleza desde espacios cerrados	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.14	Trabajo y ejercicio al aire libre	☐	☐	☐	☐	☐

		O	I	D	C	N
03 VISTAS Y NATURALEZA (CONT.)						
EW03.15	Acceso para mantenimiento	☐	☐	☐	☐	☐
EW03.16	Revisión de uso tras la mudanza	☐	☐	☐	☐	☐
04 ENTORNO ELECTROMAGNÉTICO (EMF)						
EW04.01	Defina la solicitud	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.02	Identifique el tipo de campo	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.03	Puestos de trabajo cableados	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.04	Hábitos de comunicación	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.05	Ubicación de equipos	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.06	Investigación de circuitos	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.07	Medición de referencia	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.08	Responsable de la interpretación	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.09	Idoneidad de la pintura	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.10	Limitación ante campos magnéticos	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.11	Seguridad eléctrica de recubrimientos	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.12	Interfaces de todo el espacio	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.13	Efectos en la comunicación	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.14	Verificaciones de antes y después	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.15	Modificaciones futuras	☐	☐	☐	☐	☐
EW04.16	Afirmaciones y preferencias	☐	☐	☐	☐	☐
05 RUIDO Y ACÚSTICA						
EW05.01	Prioridades de silencio	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.02	Mapa de fuentes	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.03	Relación entre espacios	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.04	Privacidad de voz	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.05	Ruido mecánico	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.06	Ruido de plomería	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.07	Impacto y vibración	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.08	Desempeño de puertas	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.09	Acristalamiento y vanos	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.10	Vías indirectas	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.11	Reverberación del espacio	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.12	Equipos exteriores	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.13	Detalles de aislamiento	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.14	Cambios en obra	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.15	Pruebas acústicas	☐	☐	☐	☐	☐
EW05.16	Uso por el propietario	☐	☐	☐	☐	☐
06 SUPERFICIES Y MATERIALES						
EW06.01	Prioridades de materiales	☐	☐	☐	☐	☐
EW06.02	Ensamble completo	☐	☐	☐	☐	☐
EW06.03	Identidad exacta del producto	☐	☐	☐	☐	☐
EW06.04	Evidencia de emisiones	☐	☐	☐	☐	☐
EW06.05	Terminología COV (VOC)	☐	☐	☐	☐	☐
EW06.06	Divulgación de ingredientes	☐	☐	☐	☐	☐
EW06.07	Sensibilidades	☐	☐	☐	☐	☐
EW06.08	Prueba de muestras	☐	☐	☐	☐	☐
EW06.09	Revisión de sustituciones	☐	☐	☐	☐	☐
EW06.10	Condiciones de almacenaje	☐	☐	☐	☐	☐
EW06.11	Condiciones de instalación	☐	☐	☐	☐	☐

O ABIERTO · I EN REVISIÓN · D APLAZADO · C CERRADO · N NO APLICA · PUNTOS DE CONTROL, REGISTRO Y SELECCIONES



CAPÍTULO

01

Agua del hogar

¿Qué uso del agua necesita qué resultado, y qué evidencia haría que valga la pena tener el tratamiento propuesto?

16 PUNTOS DE CONTROL · 4 HOJAS

EN ESTE CAPÍTULO

Resumen de la decisión 017
Puntos de control 01–04 018
Puntos de control 05–08 019
Puntos de control 09–12 020
Puntos de control 13–16 021

ANTES DE CERRAR LOS MUROS

RW RA RE RL

EL PROYECTO DE LA FOTOGRAFÍA

Chalon Road, Los Ángeles

VEA ESTE PROYECTO ›

01 EVALUAR | 02 PLANEAR | 03 ESPECIFICAR | 04 CONSTRUIR | 05 VERIFICAR

ENFOQUE INICIAL: EVALUAR. REVISE CADA ETAPA SEGÚN SE NECESITE.

CONSULTE CON PROPIETARIO, DISEÑADOR DE PLOMERÍA Y ESPECIALISTA CALIFICADO EN AGUA.

ANTES DE SELECCIONAR EL EQUIPO DE TRATAMIENTO Y LA PLOMERÍA.

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

Antes de comprometerse

A EL COMPROMISO

La ubicación del tratamiento, la ruta de tuberías, el drenaje, la electricidad y el acceso para reemplazo se vuelven costosos de modificar una vez terminados los cuartos de servicio y los acabados.

B CONSERVE LA EVIDENCIA

Conserve el expediente de origen, el cuadro exacto de equipos, el listado de la afirmación aplicable, la disposición de plomería aprobada y las verificaciones de arranque realmente realizadas.

C PAUSE Y RESUELVA

Detenga la liberación del equipo si siguen sin resolverse la afirmación exacta del tratamiento, las condiciones de entrada, la configuración completa o la responsabilidad del servicio local.

Su siguiente paso

SU PRÓXIMO COMPROMISO / FECHA LÍMITE

QUIÉN DECIDE / QUIÉN REVISA / OFICIOS AFECTADOS

PENDIENTE / PRÓXIMA ACCIÓN / REFERENCIA DEL EXPEDIENTE

ABRA LOS PUNTOS DE CONTROL ›

01 Agua del hogar

PUNTOS DE CONTROL 01–04 · HOJA 1 DE 4

REV	ID	PUNTO DE CONTROL / ACCIÓN / EVIDENCIA / EXPEDIENTE	ESTADO
☐	EW01.01 CORREO ›	**Prioridades de uso del agua** Separe los usos para beber, cocinar, bañarse, lavar ropa, riego y equipos especiales antes de decidir cuáles necesitan tratamiento. EVID. Mapa de usos del hogar y prioridades NOTAS	☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N
☐	EW01.02 CORREO ›	**Proveedor real de agua** Identifique la fuente que abastece la dirección y obtenga el informe vigente aplicable de la empresa o la información del suministro privado. EVID. Expediente de origen e informe fechado NOTAS	☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N
☐	EW01.03 CORREO ›	**Preguntas sobre la plomería de la propiedad** Pregunte si la plomería del edificio o el agua almacenada plantean dudas que los informes de la empresa no pueden responder por sí solos. EVID. Preguntas de muestreo y alcance profesional NOTAS	☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N
☐	EW01.04 CORREO ›	**Propósito del muestreo** Defina la inquietud, los puntos, las condiciones y el método de laboratorio antes de pedir un paquete amplio de pruebas. EVID. Plan de muestreo por escrito e información del laboratorio NOTAS	☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

O ABIERTO · I EN REVISIÓN · D APLAZADO · C CERRADO · N NO APLICA · EXPEDIENTE W01 · RECURSOS R22–R25 R33–R36

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

Casi todo lo que hace que una casa sea silenciosa, limpia y tranquila se instala antes de la tablaroca (drywall) y no se vuelve a ver: el ducto, el retorno, el cable blindado, el drenaje, el refuerzo para la persiana. Estas partidas indican el momento en que se resuelve cada una, quién la coordina y qué dejar en el expediente. Marque N en las que no apliquen; el objetivo es una casa bien decidida, no una con todo al máximo.

CIERRA ANTES DEL ROUGH-IN DE PLOMERÍA · COORDINA DISEÑADOR DE PLOMERÍA CON EL ESPECIALISTA EN AGUA

REV ID — ELEMENTO / POR QUÉ IMPORTA / QUÉ DEJAR EN EL EXPEDIENTE — ETAPA · ESTADO

☐ RW.01 CORREO ›

Espacio, drenaje y derivación para el tratamiento de toda la casa

Aunque el tratamiento espere, reserve ahora el muro, el drenaje de piso, la corriente y las válvulas de derivación.

EXP. Espacio reservado en el plano de plomería, con medidas.

ROUGH-IN ☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

☐ RW.02 CORREO ›

Línea dedicada de agua potable y acceso a su filtro

Una línea aparte a la llave de la cocina, el refrigerador y la máquina de hielo, con el filtro donde alguien realmente lo cambie.

EXP. Trazado de la línea y ubicación del filtro en el plano.

ROUGH-IN ☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

☐ RW.03 CORREO ›

Distribución con colector o líneas directas

Un colector con llaves de paso rotuladas aísla un aparato sin vaciar la casa; los tramos directos delgados llevan el agua caliente más rápido.

EXP. Ubicación del colector y esquema de rotulación.

ROUGH-IN ☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

☐ RW.04 CORREO ›

Recirculación de agua caliente programada, no continua

La recirculación ahorra espera, pero un circuito que funciona todo el día desperdicia energía y mantiene tibias las tuberías. Defina la estrategia de control.

EXP. Bomba y control anotados en la guía de entrega.

ROUGH-IN ☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

O ABIERTO · I EN REVISIÓN · D APLAZADO · C CERRADO · N NO APLICA · ETAPA = CUÁNDO SE ENCARECE CAMBIARLO · EXPEDIENTE: W01

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

CIERRA ANTES DEL ROUGH-IN DE PLOMERÍA · COORDINA DISEÑADOR DE PLOMERÍA CON EL ESPECIALISTA EN AGUA

REV ID ELEMENTO / POR QUÉ IMPORTA / QUÉ DEJAR EN EL EXPEDIENTE ETAPA · ESTADO

☐ RW.05 CORREO ›

Material de tubería y las dudas de la familia

DISEÑO

Cobre, PEX, acero inoxidable: cada uno tiene partidarios. Anote la elección y el motivo para no reabrirla en cada junta con los oficios.

EXP. Decisión de material en W01 con la nota del especialista.

☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

☐ RW.06 CORREO ›

Previsiones de filtración en baño y regadera

ROUGH-IN

Los filtros de regadera en el punto de uso requieren un brazo de regadera o accesorio compatible, o espacio en el muro para una unidad en línea.

EXP. Fichas técnicas de los aparatos revisadas con el plan de filtración.

☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

☐ RW.07 CORREO ›

Presión, válvula reductora de presión y expansión térmica

ROUGH-IN

Las variaciones de presión en laderas desgastan filtros y aparatos. Anote la presión estática, ajuste la PRV y agregue un tanque de expansión.

EXP. Presión medida y ajuste de la PRV.

☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

☐ RW.08 CORREO ›

Sensores de fugas y cierre automático

ROUGH-IN

Una llave de paso principal conectada a un monitor de fugas, y sensores en el calentador de agua, la lavandería y bajo lavabos y fregaderos.

EXP. Ubicación de los dispositivos anotada.

☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

O ABIERTO · I EN REVISIÓN · D APLAZADO · C CERRADO · N NO APLICA · ETAPA = CUÁNDO SE ENCARECE CAMBIARLO · EXPEDIENTE: W01

LW Aire, calor y agua en este clima

Los Ángeles impone sus propias condiciones a una casa saludable: humo de incendios forestales, calor seco prolongado, suministro de agua en ladera, diseño sísmico y el Código de Energía 2025. Estos puntos son preguntas para resolver con los profesionales responsables; las normas cambian, así que cada uno le pide confirmar el requisito vigente.

CIERRA ANTES DE FIJAR EL DISEÑO MECÁNICO · COORDINA DISEÑADOR MECÁNICO, CONSULTOR DE ENERGÍA, ESPECIALISTA EN AGUA

REV ID — ELEMENTO / POR QUÉ IMPORTA / QUÉ DEJAR EN EL EXPEDIENTE — ETAPA · ESTADO

☐ LW.01 CORREO ›

La temporada de humo es parte del programa

Decida cómo se cierra la casa en un día de humo: compuerta de toma de aire, grado de filtración, modo de recirculación y dónde se conectan las unidades portátiles.

EXP. Nota de operación para días de humo en la guía de entrega.

DISEÑO

☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

☐ LW.02 CORREO ›

Calor: sombreado, vidrio y el lado poniente

El calor seco prolongado y el sol del poniente definen el vidrio, el sombreado y la zonificación del sistema mecánico.

EXP. Decisiones de sombreado y vidrio en el plano.

DISEÑO

☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

☐ LW.03 CORREO ›

El Código de Energía 2025 y la ventilación que exige

A partir del 1 de enero de 2026 rige el código Title 24 de 2025: bomba de calor como base, ventilación balanceada con acceso a filtros y ubicación de la toma como elementos de diseño, y verificación en campo por un evaluador.

EXP. Formularios de Title 24 y registros de verificación.

DISEÑO

☐ O ☐ I ☐ D ☐ C ☐ N

NOTAS

O ABIERTO · I EN REVISIÓN · D APLAZADO · C CERRADO · N NO APLICA · ETAPA = CUÁNDO SE ENCARECE CAMBIARLO · EXPEDIENTE: W01

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

Cada lectura tomada en la casa, para que una pregunta futura tenga referencia: agua, aire, niveles de EMF, sonido, humedad.

FECHA	UBICACIÓN	MEDICIÓN	INSTRUMENTO / POR	RESULTADO	NOTAS

UNA FILA POR ELEMENTO. MANTENGA ESTA HOJA AL DÍA; LOS OFICIOS TRABAJAN CON ELLA.

Sigamos en contacto

Cada código de abajo es también un enlace: tóquelo en pantalla o escanéelo con la cámara del teléfono desde la página impresa.

RESERVE UNA ASESORÍA PRIVADA

Converse sobre su proyecto con Alik

alikkonovalenko.com/advisory

UNA PREGUNTA RÁPIDA POR WHATSAPP

Escriba directamente a Alik

+1 (310) 963-1567

SIGA Y LEA

alikkonovalenko.com

Alik Konovalenko

@alikkon

Instagram

LinkedIn

Alik Konovalenko en LinkedIn

Construcción de bienestar

Energize Builders: casas de bienestar

ESTE CUADERNO EN LÍNEA: ACTUALIZACIONES, MUESTRAS Y EL LIBRO COMPLEMENTARIO

alikkonovalenko.com/workbooks/wellness

MUESTRA · 17 DE 169 HOJAS · LA EDICIÓN COMPLETA RELLENABLE ESTÁ EN ALIKKONOVALENKO.COM/WORKBOOKS

Sobre esta edición

EDICIÓN	El Compañero de Decisiones para la Casa de Bienestar, Edición digital 02, generada en octubre de 2026. PDF rellenable pensado para pantalla, 169 hojas, US Letter.
LECTORES	Adobe Acrobat Reader (gratis, todas las plataformas), Apple Preview y la app Archivos en Mac, iPhone y iPad, Chrome, Edge y Firefox, PDF Expert. Escriba en un campo, marque una casilla y guarde: sus datos quedan en el archivo. No tiene JavaScript, bloqueos ni fecha de vencimiento.
ESCRITURA A MANO	En GoodNotes, Notability y apps similares, la app desactiva los campos de texto, pero cada casilla está dibujada en la página. Escriba a mano con un lápiz; los marcadores, las pestañas de capítulo y los enlaces “Contenido ›” siguen funcionando.
MÉTODO DE TRABAJO	Antes de empezar, guarde una copia con el nombre del proyecto (Archivo › Guardar como o Duplicar) y deje el original limpio. Una copia por proyecto. Los campos cortos guardan referencias; las notas largas van en las herramientas de trabajo o en el sistema de documentos del proyecto. Respalde el archivo junto con los registros del proyecto.
IMPRESIÓN	Diseñado para US Letter al 100%. En A4, elija “Ajustar a la página”. Imprima por una sola cara para una carpeta de trabajo; las pestañas de capítulo al borde de la página son un índice impreso además de enlaces.
LICENCIA	Copyright 2026 Alik Konovalenko. Todos los derechos reservados. Su compra autoriza a un hogar o a un equipo de proyecto a usar este cuaderno en sus propios proyectos, en cualquier número de sus propios dispositivos, y a compartir las páginas llenas con los profesionales que trabajan en esos proyectos. No se permite revenderlo, redistribuirlo, publicarlo en línea ni usarlo para crear un producto competidor.
SOPORTE	¿Perdió el archivo o necesita la versión más reciente? Escriba a contact@energizebuilders.com con los datos de su pedido. Las actualizaciones de la Edición 02 son gratuitas durante un año desde la compra; las correcciones siempre son gratuitas. Díganos qué agregaría: la próxima versión se escribe a partir de los proyectos de los lectores.
ALCANCE	Este es un cuaderno educativo de planeación. No es un diseño, una especificación, un contrato, una inspección ni asesoría profesional, y cerrar un elemento registra su proceso, no el cumplimiento ni el desempeño. Los profesionales responsables determinan los métodos, dimensiones y requisitos del proyecto real.

energizebuilders.com