



# Dra. Luchy Bebé | Desarrollo y Crecimiento

## ✔ Checklist Imprimible: Rutina Diaria de Tummy Time

Semana: \_\_\_\_\_

Día	¿Realizó Tummy Time?	Duración total	¿Estaba tranquilo/a?	Comentarios
Lunes	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____
Martes	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____
Miércoles	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____
Jueves	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____
Viernes	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____
Sábado	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____
Domingo	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	_____

### Sugerencia Dra. Luchy Bebé 🍼:

Hazlo parte de la rutina después del cambio de pañal o de un ratito de siesta. ¡Tu bebé se acostumbrará poco a poco y cada minuto cuenta!