

■ TABLA DE REGISTRO

MÉTODO BRUMA

Plan de 30 días para la ansiedad por separación

Nombre del perro: _____

Fecha de inicio: _____

Fase actual: _____

■ CÓMO USAR ESTA TABLA

- Rellena cada día DESPUÉS de cada ausencia
- Nivel ansiedad: 1-3 (bajo), 4-6 (medio), 7-10 (alto)
- Si ves nivel 7+ dos días seguidos → retrocede a fase anterior
- Usa la columna de notas para detalles importantes
- Revisa el resumen semanal para ver tu progreso

■ LEYENDA DE COLORES

| | |
|----------------|---|
| Verde (1-3) | Nivel bajo - Muy bien, sigue avanzando |
| Amarillo (4-6) | Nivel medio - Mantén esta fase 1-2 días más |
| Rojo (7-10) | Nivel alto - RETROCEDE a fase anterior |

SEMANA 1

Días 1 - 7 del protocolo

| Día | Fecha | Hora | Duración (min) | Kong Sí/No | Nivel 1-10 | Ladridos (min) | Destruc. Sí/No | Notas |
|-------|-------|------|----------------|------------|------------|----------------|----------------|-------|
| Día 1 | | | | | | | | |
| Día 2 | | | | | | | | |
| Día 3 | | | | | | | | |
| Día 4 | | | | | | | | |
| Día 5 | | | | | | | | |
| Día 6 | | | | | | | | |
| Día 7 | | | | | | | | |

■ RESUMEN SEMANAL

| | |
|--------------------------|------------|
| Promedio nivel ansiedad: | |
| Días que comió Kong: | _____ de 7 |
| Días sin destrucción: | _____ de 7 |
| Quejas vecinos: | Sí / No |

■ Consejo Semana 1: Si esta semana el promedio es mayor que la anterior, NO avances. Repite esta fase 2-3 días más. No te rindas. Cada pequeño avance cuenta. Los retrocesos son parte del proceso.

SEMANA 2

Días 8 - 14 del protocolo

| Día | Fecha | Hora | Duración (min) | Kong Sí/No | Nivel 1-10 | Ladridos (min) | Destruc. Sí/No | Notas |
|--------|-------|------|----------------|------------|------------|----------------|----------------|-------|
| Día 8 | | | | | | | | |
| Día 9 | | | | | | | | |
| Día 10 | | | | | | | | |
| Día 11 | | | | | | | | |
| Día 12 | | | | | | | | |
| Día 13 | | | | | | | | |
| Día 14 | | | | | | | | |

■ RESUMEN SEMANAL

| | |
|--------------------------|------------|
| Promedio nivel ansiedad: | |
| Días que comió Kong: | _____ de 7 |
| Días sin destrucción: | _____ de 7 |
| Quejas vecinos: | Sí / No |

■ Consejo Semana 2: Si esta semana el promedio es mayor que la anterior, NO avances. Repite esta fase 2-3 días más. No te rindas. Cada pequeño avance cuenta. Los retrocesos son parte del proceso.

SEMANA 3

Días 15 - 21 del protocolo

| Día | Fecha | Hora | Duración (min) | Kong Sí/No | Nivel 1-10 | Ladridos (min) | Destruc. Sí/No | Notas |
|--------|-------|------|----------------|------------|------------|----------------|----------------|-------|
| Día 15 | | | | | | | | |
| Día 16 | | | | | | | | |
| Día 17 | | | | | | | | |
| Día 18 | | | | | | | | |
| Día 19 | | | | | | | | |
| Día 20 | | | | | | | | |
| Día 21 | | | | | | | | |

■ RESUMEN SEMANAL

| | |
|--------------------------|------------|
| Promedio nivel ansiedad: | |
| Días que comió Kong: | _____ de 7 |
| Días sin destrucción: | _____ de 7 |
| Quejas vecinos: | Sí / No |

■ Consejo Semana 3: Si esta semana el promedio es mayor que la anterior, NO avances. Repite esta fase 2-3 días más. No te rindas. Cada pequeño avance cuenta. Los retrocesos son parte del proceso.

SEMANA 4

Días 22 - 28 del protocolo

| Día | Fecha | Hora | Duración (min) | Kong Sí/No | Nivel 1-10 | Ladridos (min) | Destruc. Sí/No | Notas |
|--------|-------|------|----------------|------------|------------|----------------|----------------|-------|
| Día 22 | | | | | | | | |
| Día 23 | | | | | | | | |
| Día 24 | | | | | | | | |
| Día 25 | | | | | | | | |
| Día 26 | | | | | | | | |
| Día 27 | | | | | | | | |
| Día 28 | | | | | | | | |

■ RESUMEN SEMANAL

| | |
|--------------------------|------------|
| Promedio nivel ansiedad: | |
| Días que comió Kong: | _____ de 7 |
| Días sin destrucción: | _____ de 7 |
| Quejas vecinos: | Sí / No |

■ Consejo Semana 4: Si esta semana el promedio es mayor que la anterior, NO avances. Repite esta fase 2-3 días más. No te rindas. Cada pequeño avance cuenta. Los retrocesos son parte del proceso.

■ RESUMEN GLOBAL DE 30 DÍAS

| Semana | Promedio Ansiedad | Kong OK | Sin Destrucción | Estado |
|----------|-------------------|---------|-----------------|--------|
| Semana 1 | | ___/7 | ___/7 | |
| Semana 2 | | ___/7 | ___/7 | |
| Semana 3 | | ___/7 | ___/7 | |
| Semana 4 | | ___/7 | ___/7 | |

■ EVALUACIÓN FINAL

| | |
|-----------------------------|----------------------------------|
| Total días completados: | _____ de 28 días |
| Promedio global ansiedad: | _____ (suma los 4 promedios / 4) |
| % Días que comió Kong: | _____ % |
| Total días sin destrucción: | _____ de 28 |

■ MENSAJE FINAL

Si el promedio global está entre 1-4: ¡Excelente! Tu perro ha mejorado significativamente. Sigue consolidando con ausencias graduales.

Si el promedio está entre 5-6: Hay progreso pero necesitas más tiempo. Repite el protocolo otras 2 semanas manteniendo la fase actual.

Si el promedio está en 7+: El problema requiere ayuda profesional. Contacta: hola@brumaconnection.com

Recuerda: La ansiedad por separación no se cura con prisa. Cada perro tiene su ritmo y ese ritmo es válido. Has hecho un trabajo increíble llegando hasta aquí. ■