

■ 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. ■