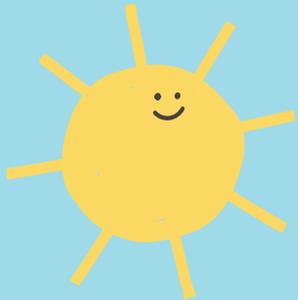


# RUTINA DIARIA: 6-8 MESES



**Inicio día:** Amamantar o leche al despertar

7:00

**Siesta 1:** Duración Máxima 1.5 horas, amamantar o leche al despertar y/o Sólidos

8:30 - 9:00

**Siesta 2:** Duración 1 a 2 horas, amamantar o leche al despertar y/o Sólidos

12:00 - 13:00



15:30 - 16:00

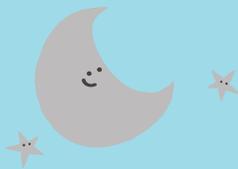
**Siesta 3:** duración 45 a 60 minutos

Amamantar o leche al despertar

17:00 - 17:30

**Inicio rutina para dormir:**  
Baño y amamantar o leche y/o Sólidos

18:00 - 18:30



Acostar

19:00 - 20:00



**A LA CAMITA**  
Sleep Coach

 (+52) 55.54.32.57.74