



# Tabla de seguimiento del sueño del bebé

Nombre del bebé .....

Mes .....

FECHA	00 h.	2 h.	4 h.	6 h.	8 h.	10 h.	12 h.	14 h.	16 h.	18 h.	20 h.	22 h.
EJEMPLO	23:30 - 5:30h.			11 - 12:30h.				14:30 - 15:30h.			19 - 23h.	
L .....												
M .....												
X .....												
J .....												
V .....												
S .....												
D .....												

FECHA	00 h.	2 h.	4 h.	6 h.	8 h.	10 h.	12 h.	14 h.	16 h.	18 h.	20 h.	22 h.
L .....												
M .....												
X .....												
J .....												
V .....												
S .....												
D .....												

FECHA	00 h.	2 h.	4 h.	6 h.	8 h.	10 h.	12 h.	14 h.	16 h.	18 h.	20 h.	22 h.
L .....												
M .....												
X .....												
J .....												
V .....												
S .....												
D .....												

FECHA	00 h.	2 h.	4 h.	6 h.	8 h.	10 h.	12 h.	14 h.	16 h.	18 h.	20 h.	22 h.
L .....												
M .....												
X .....												
J .....												
V .....												
S .....												
D .....												

Notas

.....

.....

.....