

Rutina 1

Cepillar dientes.

1. Inicio del programa
2. Tomar el tubo con dentífrico.
3. Verificar que el tubo contenga la pasta dental. **Bifurcar a paso 3.1.**
4. Tomar el cepillo.
5. Verificar las cantidades a tomar del producto. **Bifurcar a paso 5.1.**
6. Verificar cómo aplicar el producto. **Bifurcar al paso 6.1.**
7. Aplicar el producto en las cerdas del cepillo
8. Verifico cómo cepillarme. **Bifurcar al paso 8.1.**
9. Enjuago con agua.
10. Verifico las cantidades a tomar de enjuague bucal. **Bifurcar a paso 10.1.**
11. Aplico enjuague bucal.
12. Seco con toalla.
13. Fin del programa

3.1. ¿El tubo tiene producto? Si sí, entonces continuar al paso 4, si no, terminar el programa.

5.1. ¿Sé las cantidades que debo emplear? Si sí, continuar al paso 6, si no, terminar el programa.

6.1. ¿Sé cómo aplicar el producto? Si sí, continuar al paso 7, si no, terminar el programa.

8.1. ¿Sé cómo cepillarme? Si sí, continuar al paso 9, si no, terminar el programa.

10.1. ¿Sé las cantidades que debo tomar? Si sí, continuar al paso 11, si no, terminar el programa.

Rutina 2

Preparar Taza de café.

1. Inicio de programa.
2. Verificar si se cuenta con los componentes necesarios. **Bifurcar al paso 2.1.**
3. En el pocillo colocar agua para 1 taza, 250ml.
4. Encender la estufa y dejar hervir (punto de ebullición de agua 95° para la Ciudad de México)
5. En la taza, agregar una cucharada cafetera, 15ml.
6. Una vez que haya alcanzado el punto de ebullición deseado, verterla en la taza sin derramar.
7. Agregar una cucharadita de azúcar (5ml).
8. Mezclar los componentes.
9. Fin del programa.

2.1 ¿Cuento con los componentes necesarios? Si sí, pasar al paso 3, sino terminar programa.

Rutina 3

Bañarse

1. Inicio del programa
2. Ir al boiler y encenderlo.
3. Verificar que la perilla esté indicando 'caliente'. **Bifurcar a paso 3.1.**
4. Esperar 5 minutos a que caliente.
5. Dirigirse al baño.
6. Verificar que se posee todos los componentes para ducharse. **Bifurcar al paso 5.1.**
7. Cerra la puerta.
8. Quitarse la ropa.
9. Abrir regadera y verificar la temperatura deseada. **Bifurcar al paso 9.1.**
10. Meterse a la ducha, mojar cuerpo y cabello.
11. Cerrar regadera una vez que esté completamente mojada.
12. Aplicar champú. Verificando la cantidad. **Bifurcar al paso 12.1.**
13. Dar masaje en círculos, durante 3 minutos.
14. Enjuagar. Repitiendo paso 9.
15. Enjabonar zacate, para proceder con el cuerpo. **Bifurcar al paso 15.1.**
16. Masajear cuerpo completamente.
17. Aplicar acondicionador. **Bifurcar a paso 17.1.**
18. Enjuagar. Repitiendo el paso 9.
19. Cerrar llave.
20. Secar.
21. Fin del programa.

3.1 ¿Tengo la perilla apuntando hacia caliente? Si sí, proceder al paso 4, si no, terminar programa.

6.1 ¿Cuento con los componentes necesarios para bañarme? Si sí, proceder al paso 7, si no, terminar programa.

9.1. ¿Sé a qué temperatura regularla?, ¿Sé cómo hacerlo? Si, sí, proceder al paso 10, si no, terminar el programa.

12.1 ¿Sé cuánta cantidad aplicar? Si sí, proceder al paso 13. Si no, terminar programa.

15.1. ¿Sé cómo enjabonarlo? Si es así, pasar al paso 16, si no, terminar programa.

17.1 ¿Sé cuánto aplicar? Si sí, proceder al paso 18, si no, terminar programa.

Rutina 4

Cargar smartphone

1. Inicio del programa.
2. Verificar que la pila esté en el rango de 20% a 30%. **Bifurcar al paso 2.1.**
3. Tomar el cargador y teléfono.
4. Ir al enchufe más cercano.
5. Conectar el cargador. **Bifurcar al paso 5.1.**
6. Fin del programa.

2.1 ¿Está sobre los valores antes mencionados? Si sí, proceder al paso 3, si no, terminar programa.

5.1 ¿Sé cómo conectar los componentes? Si sí, pasar al paso 6, si no, terminar el programa.

Rutina 5

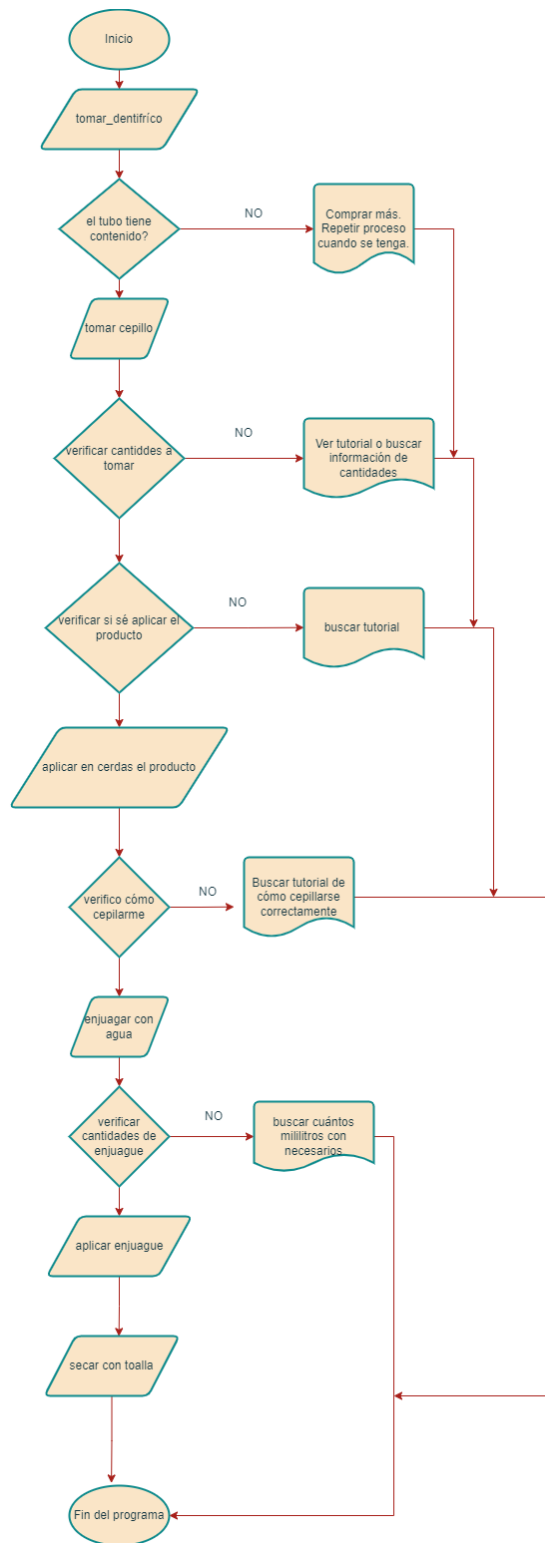
Hacer Ejercicio.

1. Inicio del programa
2. Verificar que cuento con todos los componentes. **Bifurcar al paso. 2.1.**
3. Verificar qué día es para trabajar la parte del cuerpo programada. **Bifurcar al paso 3.1.**
4. Abrir YouTube, abrir la playlist de ejercicio y de acuerdo con la parte del cuerpo que toca, elegir video a realizar. Primero pesas.
5. Calentar por 5 minutos.
6. Realizar rutina.
7. Una vez terminada. Descansar por 5 minutos.
8. Realizar cardio de 15 minutos.
9. Fin del programa.

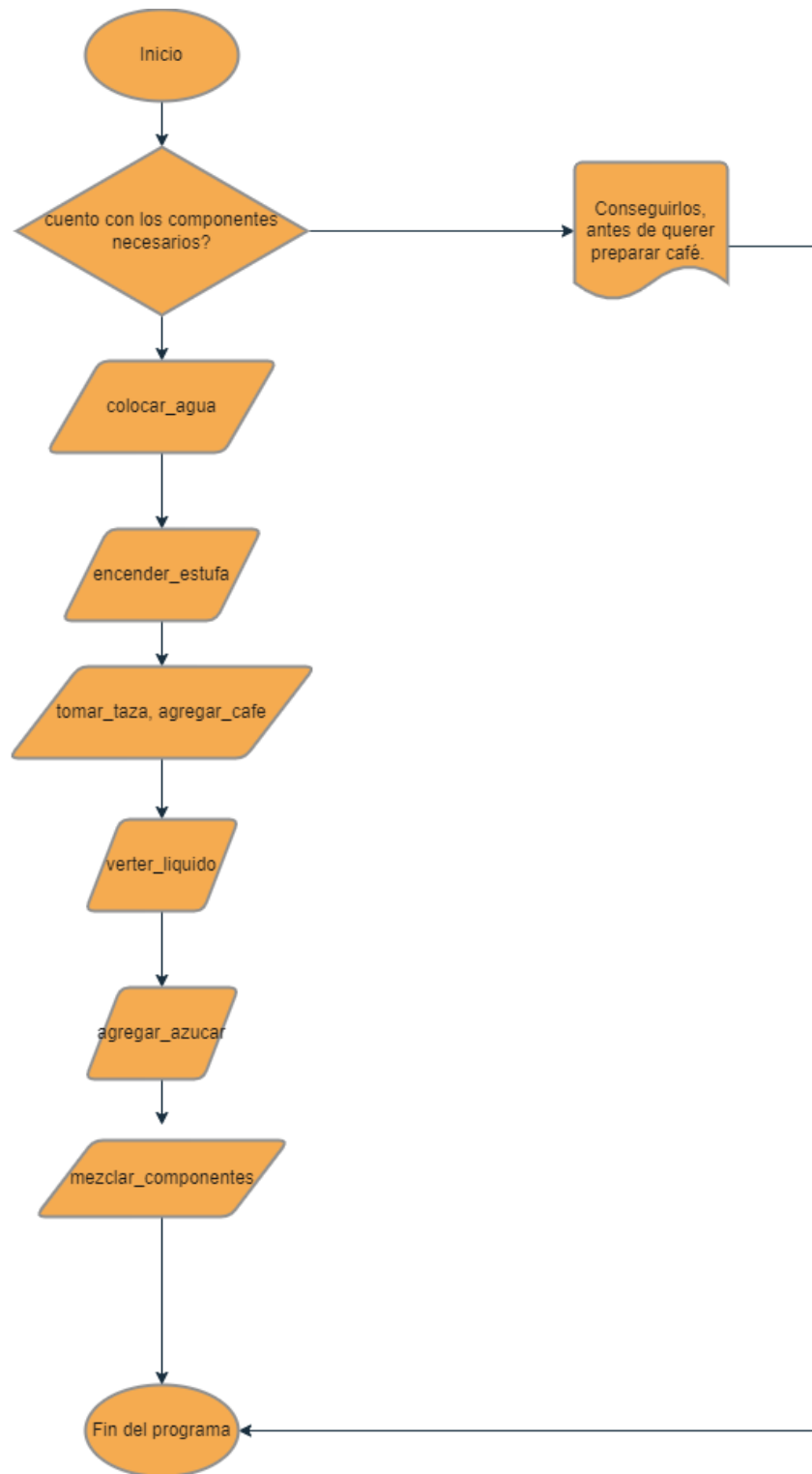
2.1. ¿Cuento con todos los componentes para realizar mi rutina? Si sí, proceder al paso 3, si no, terminar programa.

3.1 ¿Conozco qué día es? ¿Sé qué parte del cuerpo me toca trabajar? Si sí, proceder al paso 4, si no, terminar programa.

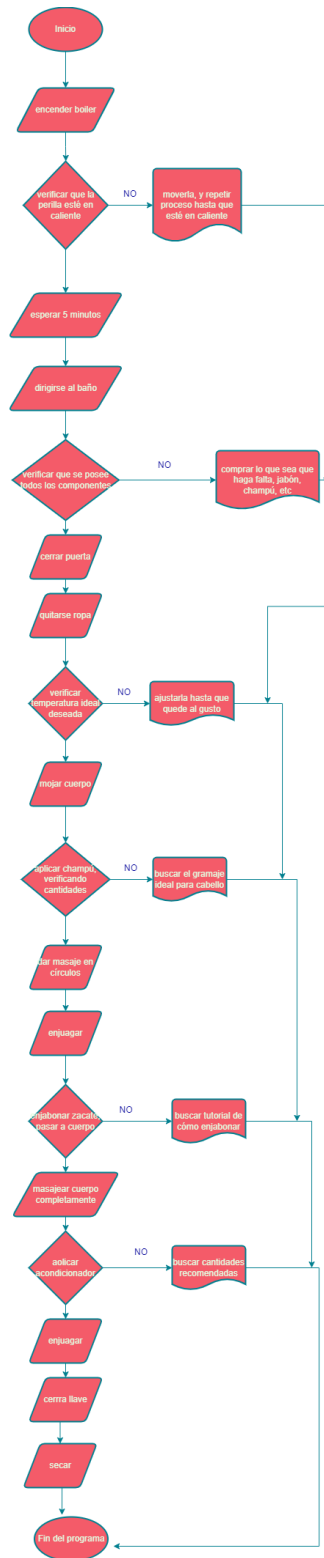
RUTINA 1



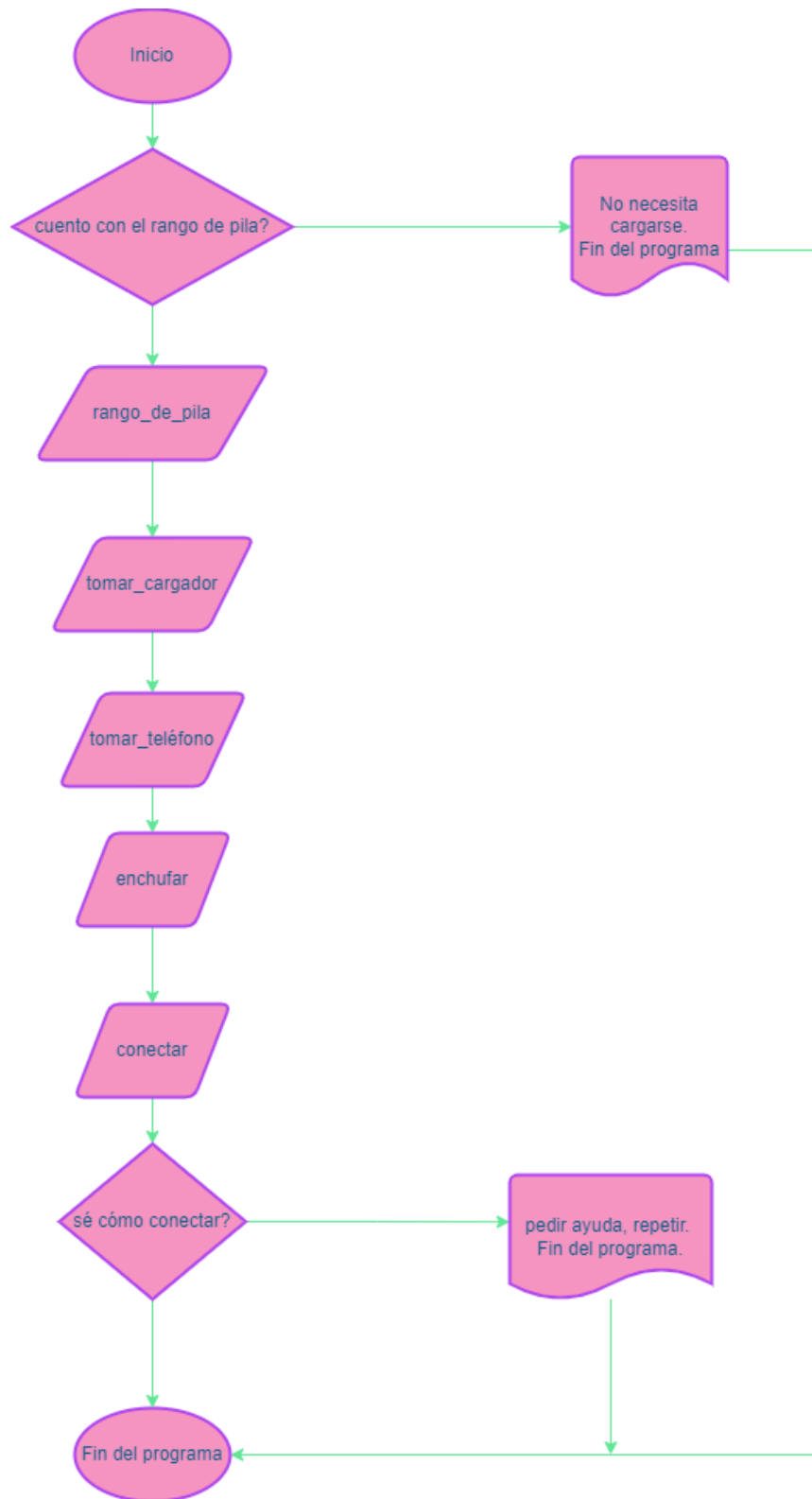
RUTINA 2



RUTINA 3



RUTINA 4



RUTINA 5

