

Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana13\_As

## *Mantener las capacidades cognitivas*

Uno de los aspectos de la salud más valorados por las personas mayores 1  
es el mantenimiento de las capacidades cognitivas. Y es lógico que sea así: 1  
las enfermedades neurodegenerativas son una amenaza muy temida. 1

Cumplir años lleva asociado un declive gradual de las funciones orgánicas, 0  
tanto en el área física como en la psíquica. Por está razón, la estimulación 0  
cognitiva es una actividad cada vez más demandada por el grupo de 0  
población de mayor edad. 1

Conocer el funcionamiento del cerebro es un paso esencial para cuidar y 1  
atender las facultades mentales. Es un órgano que alcanza su madurez 0  
entre la segunda y la tercera décadas de la vida, aunque después no 1  
permanece inalterable. Gracias a la plasticidad cerebral es susceptible de 0  
cambios mediante el aprendizaje y las nuevas experiencias. 1

De ello se deriva que las capacidades cognitivas dependen en gran parte 0  
del uso que hagamos de nuestro cerebro. Aumentar las neuronas que 0  
tenemos no es posible, pero sí fortalecerlas con motivación y constancia. 1

Repase atentamente la lectura; después, escriba a la derecha cuántas 8  
veces aparece la letra y (y griega) en cada línea y súmelas.

Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana13\_Bs

Construya un refrán sustituyendo cada figura por la letra correspondiente.

G	R	A	N	D	E	N	M	T	I	O	H	D	S	B	Y	V	C

G	R	A	N	D	E	M	A	R	T	I	R	I	O	
H	A	D	E	S	E	R	T	E	N	E	R			
H	A	M	B	R	E	Y	V	E	R	C	O	M	E	R

Grande martirio ha de ser, tener hambre y ver comer.

¿Cuánto suman los números divisibles por 3? 3 2 1

34	30	17	5	44	9	23	16	31	39	22	38
2	19	8	34	23	17	1	28	10	38	44	11
21	43	32	4	41	14	36	8	7	37	46	26
43	49	11	29	18	10	28	47	3	19	52	35
5	20	1	48	26	43	46	14	50	47	25	49
16	33	7	35	37	24	40	4	31	12	41	22
13	2	20	6	25	50	27	22	40	1	15	8

Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana13\_Cs

Observe el cuadro inferior e intente contestar a las preguntas sin señalar las respuestas con lápiz.

¿Cuántos cuadros oscuros hay dibujados? 26    ¿Y blancos? 59

¿Cuántas veces aparece el número 10? 15    ¿Y el 0? 16

		10		0			10		0			0				
	0				0				10		0		0		10	
			10			10			0		10			0		10
10			0				0	10		0			10			0
	10			10		0			10			0		10		0

Realice las siguientes operaciones teniendo en cuenta la equivalencia de cada letra.

A = 9	B = 8	C = 7	D = 6	E = 5	F = 4	G = 3	H = 2
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

A + B + C = 24    C + D + E = 18    F + G + H = 9    A + G + H = 14

B + F + E = 17    D + C + A = 22    C + B + E = 20    E + F + G = 12

H + D + C = 15    A + D + B = 23    D + H + H = 10    G + B + E = 16

G + F + F = 11    D + H + E = 13    C + G + A = 19    B + F + D = 21

Ficha\_de\_trabajo\_2019\_semana13\_Ds

Escriba a la derecha de cada palabra cuatro adjetivos distintos, tal como se indica en el ejemplo. Debe procurar no repetirlos.

DÍA	Nuboso	Despejado	Soleado	Lluvioso
NOVELA	<u>Entretenida</u>	<u>Aburrida</u>	<u>Negra</u>	<u>Clásica</u>
ZAPATOS	<u>Rotos</u>	<u>Limpios</u>	<u>Sucios</u>	<u>Viejos</u>
LUZ	<u>Tenue</u>	<u>Brillante</u>	<u>Difusa</u>	<u>Cegadora</u>
JOYA	<u>Valiosa</u>	<u>Antigua</u>	<u>Falsa</u>	<u>Apreciada</u>
UNIVERSIDAD	<u>Prestigiosa</u>	<u>Extranjera</u>	<u>Pequeña</u>	<u>Influyente</u>
ORDENADOR	<u>Anticuoado</u>	<u>Moderno</u>	<u>Con virus</u>	<u>Portátil</u>

Observe atentamente y descubra el frasco que más veces se repite.

