

Lectura 22 s

Capacidad de atención

La capacidad de atención se resiente con la edad y muchas de las dificultades de la memoria tienen su origen en esta circunstancia. No en vano, la atención está considerada como la puerta de entrada de la memoria.

La atención es la disposición que permite tener en cuenta un hecho o cuestión dada. Es un mecanismo de gran complejidad que selecciona y dirige la actividad de la mente. Antecede a procesos mentales como la percepción, el razonamiento o la propia memoria. Y de ahí se deriva la trascendencia de su cometido.

Pero, a medida que se cumplen años, la capacidad de atención decae. Y eso es una fuente de dificultades. Por lo tanto, se impone atender más y mejor a lo que hacemos. Multitud de actos cotidianos se llevan a cabo de un modo automático.

Dejar las llaves, el móvil o las gafas en cualquier sitio se convierte a veces en un quebradero de cabeza. Hay que huir de los automatismos. Cada objeto ha de tener un lugar propio. En este sentido, la frase "un sitio para cada cosa y cada cosa en su sitio" es una regla de oro sumamente útil.

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

1. Rellene los espacios vacíos sabiendo que la cifra de cada casilla es el resultado de sumar las dos situadas encima de ella.

12	8	15	14
20	23	29	
43	52		
	95		

11	13	17	18
24	30	35	
	54	65	
	119		

2. Reproduzca los cuadros sombreados en la cuadrícula derecha.





























































--	--

3. Escriba el número correspondiente a la acción en los cuadros vacíos.

Canta	1	Navega	2	Barre	3	Alumbra	4	Queman	5	Corta	6
Bala	7	Limpia	8	Se rompe	9	Cae	10	Juega	11	Se eleva	12
Brasas	5	Vela	4	Jabón	8	Niño	11				
Escoba	3	Humo	12	Oveja	7	Barco	2				
Nieve	10	Cuchillo	6	Cristal	9	Ruiseñor	1				

4. Descubra qué números se corresponden con las imágenes que se repiten 3 veces.

6, 36, 44 y 4, 13, 59.

											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
											
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
											
25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
											
37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
											
49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60

5. Escriba las horas capicúas de un reloj entre las 21.00 y las 24.00, sabiendo que entre las 12.00 y las 15.00 aparecen a las 12,21, las 13,31 y las 14,41.

21.12; 22.22 y 23.32.

6. Señale el número 71 siempre que esté seguido de 75 y precedido de 68 e indique cuántas veces aparece así. 10

70	71	75	68	71	75	73	71	79	68	71	75	80	71
68	71	75	71	86	71	68	71	75	71	75	68	71	75
74	68	71	75	76	68	71	75	76	68	71	75	77	71
77	71	68	71	75	79	78	71	65	71	66	68	71	75

7. Escriba palabras que empiecen por ar, como argumento.

<u>árbitro</u>	<u>arzobispo</u>	<u>armadura</u>	<u>artículo</u>	<u>arcén</u>
<u>arpía</u>	<u>arcaico</u>	<u>arcada</u>	<u>armiño</u>	<u>archivo</u>
<u>árbol</u>	<u>ardilla</u>	<u>artista</u>	<u>arder</u>	<u>arcilla</u>

8. Siguiendo el orden indicado, escriba el nombre

de un país con las letras correspondientes. Egipto

Última letra de la segunda palabra.	<u>1^a</u>	S	A	L	T	O
Primera letra de la quinta palabra.	<u>2^a</u>	P	A	R	T	E
Segunda letra de la tercera palabra.	<u>3^a</u>	S	I	L	L	A
Tercera letra de la cuarta palabra	<u>4^a</u>	R	I	P	I	O
Cuarta letra de la primera palabra.	<u>5^a</u>	G	A	S	T	O
Quinta letra de la cuarta palabra.						

9. Disponga cada grupo de letras en orden inverso al que aparecen; por ejemplo, M N Ñ O quedaría O, Ñ, N, M. Procure hacerlo de memoria.

<u>F E D C B</u>	=	<u>BCDEF</u>	<u>D E F G H</u>	=	<u>HGFED</u>
<u>O P Q R S</u>	=	<u>SRQPO</u>	<u>I J K L M</u>	=	<u>MLKJI</u>
<u>H I J K L</u>	=	<u>LKJIH</u>	<u>N L O P Q</u>	=	<u>QPOLN</u>
<u>S T U V X</u>	=	<u>XVUTS</u>	<u>R S T U V</u>	=	<u>VUTSR</u>
<u>Y Z A B C</u>	=	<u>CBAZY</u>	<u>W X Y Z A</u>	=	<u>AZYXW</u>

10. Adivinanza.

¿Qué cosa seguimos teniendo aunque la demos si nos la piden?

La hora