

Lectura 12 s

Evitar la soledad

Un buen funcionamiento cognitivo pasa por evitar la soledad, ya que 0
una de las características más destacadas del ser **h**umano es la 1
dimensión social. A lo largo de la evolución, la relación con otros 0
condicionó la actividad del cerebro y esta función influyó a su vez en la 0
conducta a través de mecanismos biológicos y genéticos. 0

Las relaciones sociales son un componente básico de la calidad de vida. 0
La percepción de soledad es un factor de riesgo para la salud que 0
además de aumentar la morbilidad y la mortalidad, daña la mente, 0
según ponen de relieve numerosos estudios. 0

La familia, los amigos, vecinos y conocidos de todo tipo y condición 0
favorecen la integración en la comunidad. Pero, a la vez que se cultivan 0
esas alianzas, es preciso conocer las posibilidades que brinda, el medio. 0

Hoy en día, las ocasiones de interacción social y promoción de un 1
envejecimiento activo son variadas. Y los únicos lugares de encuentro no 0
son los centros de mayores. Conviene dar un repaso a las ofertas que se 0
abren y elegir entre todas las que mejor se adaptan a las preferencias de 0
cada cual. 0

Repase atentamente la lectura; después, escriba a la derecha cuántas 2
veces aparece la letra h (hache) en cada línea y súmelas.

1. Indique los números que responden a la descripción inferior. 3 y 8.

Un cuadro con cinco círculos, cuatro cuadrados, tres triángulos y dos flechas que miran una a la izquierda y otra a la derecha.

1	2	3	4
5	6	7	8

2. Sustituya cada signo por el número indicado y realice las operaciones de cada fila (de izquierda a derecha).

$\leftarrow = 1$	$\uparrow = 3$	$\Rightarrow = 5$	$\downarrow = 7$	$\leftrightarrow = 9$														
<u>3</u>	+	2	+	4	+	<u>1</u>	+	6	+	<u>7</u>	+	<u>5</u>	+	8	+	<u>9</u>	=	<u>45</u>
10	+	<u>9</u>	+	6	+	4	+	<u>5</u>	+	11	+	8	+	<u>1</u>	+	<u>3</u>	=	<u>57</u>
4	+	8	+	<u>5</u>	+	6	+	2	+	<u>9</u>	+	<u>7</u>	+	15	+	2	=	<u>58</u>
<u>1</u>	+	12	+	6	+	<u>3</u>	+	10	+	4	+	8	+	<u>9</u>	+	<u>7</u>	=	<u>60</u>
8	+	<u>7</u>	+	10	+	13	+	<u>9</u>	+	6	+	<u>3</u>	+	<u>5</u>	+	2	=	<u>63</u>
<u>9</u>	+	<u>1</u>	+	6	+	<u>3</u>	+	2	+	<u>5</u>	+	14	+	<u>7</u>	+	16	=	<u>63</u>

3. Señale los atributos que, a su juicio, se puedan relacionar con la columna izquierda, siguiendo el ejemplo de la primera fila.

	Miedo	Luz	Sonido	Tierra	Agua	Gozo	Viento
TEMPORAL	X	X	X	X	X		X
COCHE		X	X				X
MONTAÑA	X	X		X	X	X	X
COMIDA					X	X	
DEPORTE		X	X	X	X	X	
PISCINA		X	X		X	X	
ÁRBOL		X		X	X		X
PELÍCULA	X	X	X			X	
LIBRO	X	X				X	

4. Lea de derecha a izquierda y escriba una frase de Einstein.

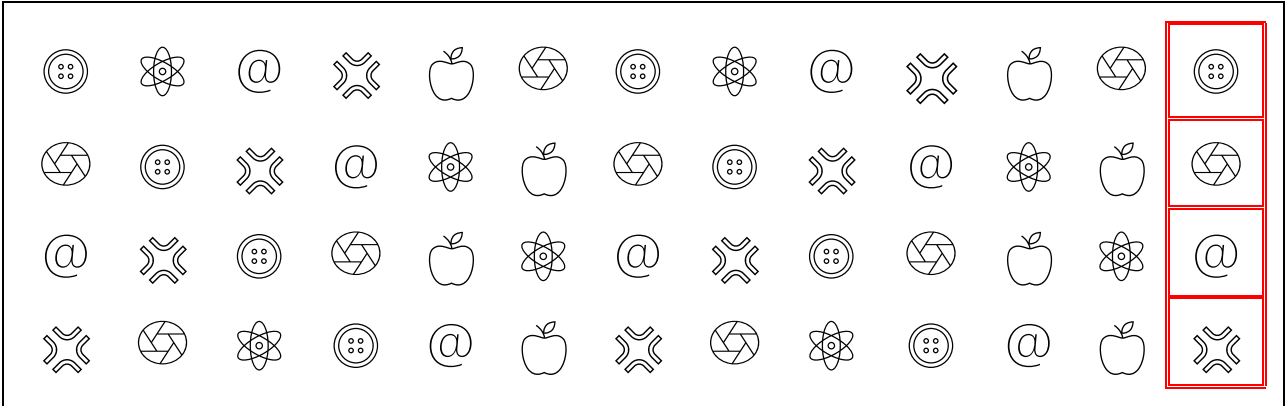
ADIDNERPAONNÓICCELALSEADIVALNERORREOCINÚLE

El único error en la vida es la lección no aprendida.

5. ¿Cuánto suman las cifras mayores que 23 que preceden al 1? 390

24	1	35	1	21	15	1	29	1	14	16	1
1	13	1	37	25	1	12	1	40	30	1	51
5	32	1	11	1	9	34	1	9	17	1	10
7	22	1	36	1	52	6	4	26	1	17	1
6	1	2	20	1	28	1	48	8	1	33	1
46	27	1	5	18	1	47	31	1	19	1	3

6. Complete los cuadros vacíos con las figuras correctas según la secuencia establecida en cada fila.



7. Señale en qué se parecen y se diferencian los términos de la izquierda.

	<u>SEMEJANZAS</u>	<u>DIFERENCIAS</u>
Dulce / Amargo	<u>Sabores</u>	<u>Agradable o no</u>
Semana / Mes	<u>Tiempo</u>	<u>Número de días</u>
Pueblo / Ciudad	<u>Poblaciones</u>	<u>Tamaño</u>
Silla / Cama	<u>Muebles</u>	<u>Uso diferente</u>
Francia / Japón	<u>Países</u>	<u>Europa / Asia</u>
Vista / Tacto	<u>Sentidos</u>	<u>Ojos / Piel</u>

8. Coloree el camino que une la araña y su red.

