

Lectura 13

Lo que no se usa, se pierde

El declive de las capacidades cognitivas se ha tratado de explicar con ...
distintas teorías, no solo en el nivel físico, sino en el plano psicológico y ...
en el social. Una de ellas es el modelo conceptual o hipótesis del desuso. ...
Se trata de un enfoque de investigación basado en el supuesto de que lo ...
que *no se usa, se pierde*. ...

Es decir, que las capacidades cognitivas que más se resienten con el paso ...
del tiempo son aquellas que no se ejercitan lo suficiente. El problema ...
afecta en distinto grado a competencias como la percepción, la atención ...
o el funcionamiento de la memoria, entre otras. Y se estima que afecta al ...
10% de las personas mayores. ...

Pero está demostrado que la dificultad no proviene de los cambios que ...
experimentan las estructuras cerebrales debido a la edad. Por el contrario, ...
derivan en mayor medida de una disminución de su actuación en tareas ...
en las que intervienen el esfuerzo y la atención. ...

Los muchos años no deben ser una excusa para evitar retos a la mente ...
con ejercicios intelectuales; y no hay que olvidar tampoco un estilo de ...
vida sano y socialmente activo para mantener el cerebro en buen estado. ...

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

1. Sustituya cada número por la letra indicada y escriba el nombre de 9 flores.

1	3	4	5	7	8	9	12	13	14	16	17	18	19	20	21	22	23	27
A	C	D	E	G	H	I	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	Z
3. 12. 1. 23. 5. 12.						8. 16. 19. 21. 5. 14. 20. 9.1.						7. 1. 19. 4. 5. 14. 9. 1						
_____						_____						_____						
1. 27. 22. 3. 5. 14. 1.						1. 13. 1. 17. 16. 12. 1.						7. 12. 1. 4. 9. 16. 12. 16.						
_____						_____						_____						
16. 19. 18. 22. 9. 4. 5. 1.						17. 5. 21. 22. 14. 9. 1.						13. 1. 19. 7. 1. 19. 9. 21. 1						
_____						_____						_____						

2. Señale las operaciones cuyo resultado sea 34.

20 + 15	27 + 11	25 + 9	22 + 20	21 + 13	16 + 24	23 + 15	14 + 23
15 + 21	23 + 11	7 + 28	31 + 11	10 + 19	27 + 10	9 + 21	17 + 17
21 + 9	25 + 10	9 + 30	10 + 24	8 + 27	15 + 19	29 + 8	18 + 19
18 + 16	16 + 19	20 + 14	12 + 28	23 + 14	17 + 19	12 + 22	26 + 5

3. Copie a la derecha la figura de la izquierda.

--	--

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

—	9	—	8	8	—	—	14		
20		28		—		26		27	
—		55		57		—		—	
—		—		—		—		—	

5. Escriba cada palabra en orden inverso al que aparece; por ejemplo, LIBRO será ORBIL. Procure hacerlo mentalmente.

AVISO	=	_____	ERMITA	=	_____
ADORNO	=	_____	URBANO	=	_____
OFICIO	=	_____	DOMADOR	=	_____
NEGOCIO	=	_____	IGUANA	=	_____

6. ¿Qué línea lleva hasta la tijera? .

The image shows a maze with five numbered paths starting from the left and ending at a pair of scissors on the right. Path 1 is blue, path 2 is green, path 3 is purple, path 4 is yellow, and path 5 is blue. Path 4 is the only one that leads directly to the scissors.

7. Busque 3 verbos que se adecúen a la pregunta.

¿Qué puede hacer?			
Un conductor	_____	_____	_____
Un perro	_____	_____	_____
Un niño	_____	_____	_____
Un pájaro	_____	_____	_____
Un humano	_____	_____	_____
Un ser vivo	_____	_____	_____

8. Señale los números que tienen pareja.

4562	4598	4587	4571
4594	4576	4563	4590
4586	4570	4583	4578
4572	4599	4582	4591
4575	4565	4596	4585
4577	4597	4579	4573
4593	4583	4566	4598
4567	4561	4588	4581
4595	4574	4564	4569
4564	4568	4584	4560
4580	4589	4559	4575

9. Subraye las palabras que tienen las letras T, A, C, O y N.

ACENTO	TRENCA
TÚNICA	CUANTO
ÁTICOS	ACATEN
CORTAN	INCITÓ
LATINO	TÓNICA
TABLÓN	FLOTAN
CANTOR	COSITA
TOCINO	CARNET
ÉTNICA	LONETA
OCTANO	CIENTO
ATASCO	CONTRA
ETANOL	PEATÓN