

Lectura 39 s

Un buen taller de memoria

Un buen taller de memoria es el que mejora el estado de la mente. Es un 0
hecho que la edad juega en contra de su rendimiento. Los olvidos son 0
más frecuentes y cuesta recordar nombres, lugares o sucesos recientes. 0
Por el contrario no es difícil recordar lo más lejano en el tiempo. 0

Eso no indica que se tenga una memoria **ex**celente, solo es el reflejo del 1
modo en que funciona en la vejez. Y es que la memoria a largo plazo no 0
se resiente; sin embargo sí que lo hace la memoria operativa o de trabajo. 0
Y esa es la que conviene estimular día a día. 0

A medida que se cumplen años se evocan bien los recuerdos del pasado, 0
sobre todo si conllevan un cierto tinte emocional Pero es muy probable 0
no saber que se cenó la noche de ayer. Y una vez visto el problema, hay 0
que buscar solución. 0

Los talleres de memoria son un gran apoyo. Pero aún se puede hacer 0
más. Y en este sentido no hay nada mejor que el ejercicio físico. Porque 0
cuida del cerebro, que no es un órgano rígido, sino dinámico, y se adapta 0
a los retos. Con la actividad recibe más sangre, se **ox**igena y genera 1
sustancias que lo protegen del daño. Para mejorar el funcionamiento de 0
la memoria hay que huir del sedentarismo. 0

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



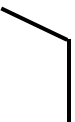

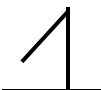

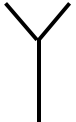
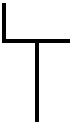









1. Subraye las restas cuyo resultado sea 31.

63 - 50	<u>46 - 15</u>	52 - 20	48 - 19	<u>52 - 21</u>
<u>63 - 32</u>	91 - 61	<u>87 - 56</u>	83 - 29	51 - 18
49 - 26	67 - 42	43 - 11	55 - 32	<u>96 - 65</u>
<u>79 - 48</u>	82 - 26	96 - 75	<u>70 - 39</u>	68 - 47
46 - 17	<u>39 - 8</u>	39 - 18	73 - 40	<u>84 - 53</u>

2. Cambie una letra en cada palabra para lograr que se corresponda con la definición de la columna central.

<u>L</u> ECHUGA	Pecho de ave	<u>Pechuga</u>
REC <u>O</u> DO	Mensaje que se da o envía	<u>Recado</u>
TRÁ <u>F</u> ICO	Relativo a la tragedia	<u>Trágico</u>
T <u>E</u> MPANO	Membrana del oído	<u>Tímpano</u>
RE <u>G</u> ATES	Refieras o narres algo	<u>Relates</u>
ESP <u>E</u> CIA	Pone espacio entre cosas	<u>Espacia</u>

3. Señale en la derecha la opción que resulta más apropiada para continuar la serie dibujada a la izquierda.

					1		2		3	4		
					1		2		3		4	

4. ¿Qué números entre 214 y 291 son divisibles por 3?

214	215	216	217	218	199	220	221	222	223	224	200	226
227	201	202	230	203	232	204	205	235	236	237	238	239
240	241	242	243	244	245	246	247	248	206	250	251	252
253	254	207	256	257	208	259	260	261	262	263	209	265
266	267	268	269	270	271	272	210	274	275	276	277	278
293	280	281	211	283	284	285	286	287	213	289	290	291

5. Señale las letras que no coinciden con el nombre inferior.

<u>m</u>	v	j	<u>y</u>	ñ	x	h
Te	Uve	Jota	Be	Eñe	Equis	Hache
o	g	c	n	o	<u>o</u>	r
De	E	Ce	Ene	O	Pe	Erre
s	<u>a</u>	u	q	f	k	z
Ese	Ge	U	Qu	Efe	Ka	Zeta

6. Para pensar.

Lucía es nieta de Eugenia. Eugenia tiene 3 hijos: Marta, Carlos y Enrique. Lucía tiene 2 primas: Carmen y Ana y 1 primo, Luis.

Marta tiene 2 hijas y Enrique 1 hijo.

¿Quiénes son los nietos de Eugenia? Lucía, Carmen, Ana y Luis.

¿Quién es el padre de Lucía? Carlos

¿Quiénes son los tíos de Carmen y Ana? Carlos y Enrique

7. Indique cuál es la palabra intrusa en cada fila (de izquierda a derecha).

Melón	Fresa	Higo	<u>Aceituna</u>	Manzana	Ciruela
Nevera	Lavadora	<u>Reloj</u>	Batidora	Aspirador	Cocina
Cervantes	Tolstói	Kafka	Shakespeare	<u>Goya</u>	Verne
Sota	As	Rey	<u>Caja</u>	Caballo	Siete
Dálmata	Galgo	Mastín	Dogo	Dóberman	<u>Ladrador</u>
Everest	Aconcagua	<u>Sena</u>	Himalaya	Andes	Fuji
Pájaro	<u>Ratón</u>	Paloma	Búho	Cuervo	Águila
<u>Negro</u>	Granito	Yeso	Cuarzo	Sílex	Mármol

8. Marque la figura que se repite más veces.

