# PALABRAS MAYORE 5

PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO INTEGRAL A ADULTOS MAYORES





# Programa Integral de Acompañamiento a Adultos Mayores Palabras Mayores, quédate en casa.

En el marco de la pandemia de coronavirus, el Gobierno Local creó el **Programa de Acompañamiento Integral a Adultos Mayores.** Involucra a profesionales y Organizaciones no Gubernamentales de la Sociedad Civil, que se sumaron para brindar apoyo a los adultos mayores, teniendo en cuenta que se trata de la población más vulnerable y que más debe cuidarse para prevenir el coronavirus. Está destinado a adultos mayores de 60 años e incluye acciones destinadas a la reorganización de la vida en el marco del Aislamiento Preventivo Social y Obligatorio.

La **estimulación cognitiva** produce beneficios ampliamente documentados. Por ello, desde distintos ámbitos, se promueve su divulgación, bien sea con una finalidad preventiva o terapéutica. Ejercitar la mente es hoy un empeño común a muchas personas que han traspasado la frontera de los 60 años.

La **estimulación cognitiva** es un conjunto de ejercicios y de actividades destinadas a mejorar y/o mantener las capacidades mentales de una persona a lo largo del tiempo. Se basa en los principios de la plasticidad cerebral según los cuales la realización de ejercicios mentales modifica y crea nuevas conexiones en el cerebro. Sus efectos beneficiosos contribuyen a mantener una buena salud psíquica. Esta circunstancia favorece un tipo de vida autónomo a lo largo del proceso de envejecimiento.

Para conocer más sobre el Programa, comunícate al teléfono (02261) 440909, de 7 a 13 hs. Por situaciones de emergencia al 0800-999-5623, las 24 hs.

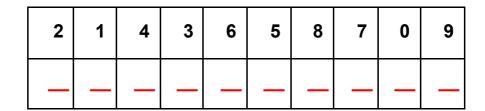


### Día Internacional del Cerebro

El Día Internacional del Cerebro se celebra cada 22 de julio a instancias	
de la Federación Mundial de Neurología, con la finalidad de concienciar a	
la población sobre la importancia de cuidar este órgano.	••••
La información disponible indica que una de cada seis personas sufrirá	
un accidente cerebrovascular, también llamado ictus, a lo largo de su	
vida. Por ello, el lema de este año es "El accidente cerebrovascular es un	••••
ataque cerebral: debemos prevenirlo y tratarlo".	••••
Los accidentes cerebrovasculares afectan a los vasos sanguíneos que	
suministran sangre al cerebro. Aparece de forma súbita y, aunque puede	••••
producirse a cualquier edad, es más frecuente en mayores de 65 años.	
El tabaquismo, el consumo de alcohol, la falta de ejercicio físico y la	
alimentación inadecuada son factores de riesgo para sufrir un ictus. Es	
sumamente importante que, ante la sospecha de su aparición,	
busquemos ayuda inmediata. Un rápido traslado a un centro hospitalario	
resulta esencial para mejorar el pronóstico.	
Escriba a la derecha cuántas veces aparece la letra s (ese) en cada línea y súmelas después.	



# Sabiendo que 0 es G; 1, U; 2, M; 3 C; 4, R; 5, E; 6, I; 7, A; 8, L y 9, O. ¿qué palabra se esconde debajo?



Escriba el nombre de 12 objetos existentes en una peluquería.

### Encuentre la letra que diferencia ambos cuadros.

N	J	U	I	K	M	0	L	Ñ
Р	T	G	В	V	F	R	Е	D
С	Χ	S	W	Z	Α	Q	M	J
U	N	Н	Y	Т	G	В	R	F
V	С	D	Е	K	I	0	L	Ñ
Р	W	S	С	Χ	Α	Q	Z	Y
Н	В	I	D	Ε	L	Χ	Р	Α

N	J	U	l	K	M	0	L	Ñ	
Р	Т	G	В	V	F	R	Ε	D	
С	Χ	S	W	Z	Α	Q	M	J	
U	N	Н	Y	Т	G	В	R	F	
V	С	D	Ε	K	I	С	L	Ñ	
Р	W	S	С	Χ	Α	Q	Z	Y	
Н	В	I	D	Е	L	Χ	Р	Α	



# Descubra los números que no se repiten y escriba cuánto suman juntos.

129	148	140	151	160	130	145	155	132	170	167
145	155	138	180	144	172	129	179	163	180	130
158	167	163	155	172	148	170	182	140	148	145
160	179	129	172	130	138	129	166	167	151	182

Averigüe la letra inicial de cada palabra y descubra con todas ellas el nombre de un país y su capital.

\_GUAL \_BONO \_ORMA \_ATE EDO MIGO \_LOR \_ILO \_AVAJA \_RMARIO \_XTREMO \_ELOJ \_IERRA ARDE \_NNATO \_STUTO

Rellene los cuadros vacíos con el signo matemático o número adecuado para que las operaciones sean correctas.

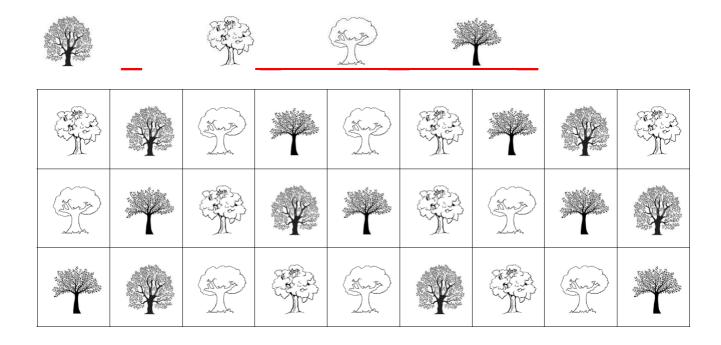
	10					
8	-	2		1		7
+	5					
11		6	-	7		
-	4					
15	=	5	+		+	5
=	9					
	-	3		9	=	10



### Teniendo en cuenta la equivalencia de cada símbolo, escriba a la derecha nuevas palabras.

Utilizando las letras G N L A U A, construya tres palabras distintas.

### Busque los árboles de cada clase y escriba su número.





### Pastillas que mejoran la memoria

Las pastillas que mejoran la memoria despiertan falsas expectativas en	
quienes sufren dificultades; sin embargo, no es cierto que una pastilla	
ayude a tal fin. Se trata tan solo de un reclamo publicitario más.	
Pero la publicidad insiste una y otra vez en sus bondades. Además de	
Internet, medios de comunicación tradicionales, como las emisoras de	
radio, ofrecen cada día el supuesto remedio. En el anuncio intervine un	
conocido actor; por otra parte, magnífico profesional.	
Muchas personas mayores confiarán sin duda en su mensaje. Es triste,	
que no le importe despertar falsas ilusiones que, además, conllevan un	
gasto económico completamente inútil. Desde aquí le rogamos que deje	
de difundir embustes, por respeto a quienes tienen miedo a perder	
la memoria.	
No existen fórmulas mágicas para mejorar la memoria. Pero sí tenemos a	
nuestro alcance poder retrasar la velocidad del inevitable declive que	
acompaña a la vejez: ejercitar la memoria con estimulación cognitiva.	
Escriba a la derecha cuántas veces aparece la letra t (te) en cada línea y súmelas después.	



Escriba en cada fila palabras que comiencen por las letras indicadas que se correspondan con el enunciado de la izquierda.

	<u>A</u>	<u>N</u>	<u>T_</u>
Nombres de ríos			
Países europeos			
Árboles			

Las palabras de la derecha han perdido algunas sílabas.

Complételas con las que aparecen a su izquierda.

МІ	C A	PE	EDUCIÓN	CONMI
<u>s u</u>	TE	DOR	A LR A N	DESDIDA

Coloree las parejas de números que sumen 17.

7		8 6		9 5		11 4		13 4		6 9		4 10		3 14	
	7 9		9		10 7		8 6		11 5		14 4		12 3		15 2
2 13		4 12		6 11		8 10		10 9		12 8		14 7		9	
	1 14		3 12		5 11		7 10		9 6		12 5		13 2		1 16



En cada frase hay una palabra intrusa. Subraye cuál es.

Estamos casi en agosto y los días casi comienzan a ser más cortos.

El calor del verano me obliga a dormir la siesta cada tarde noche.

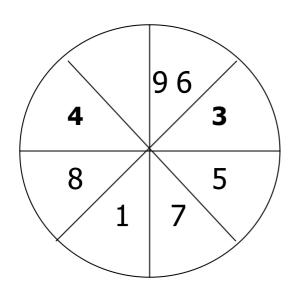
Este año mis sobrinos han comprado cambiado la playa por la montaña.

Aprovecharé las vacaciones para reformar la cocina de casa habitación.

Las ensaladas son mi plato favorito para merendar cenar por las noches.

Salí a comprar mañana y olvidé que necesitaba aceite, vinagre y sal.

Hoy he traído recibido una carta de mi hermana, que está en Argentina.



Imagine que juega a los dardos en esta diana. Escriba debajo cuántas formas hay de conseguir 18 puntos con la suma de tres flechas (por ejemplo, 6+6+6). Ordene de menor a mayor los resultados obtenidos.

Escriba correctamente la siguiente frase de Sócrates desordenada:

EN LA PROPIA RECONOCER IGNORANCIA VERDADERA ESTÁ LA SABIDURIA

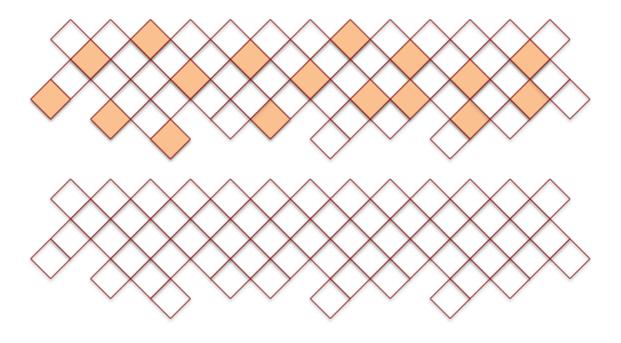


Observe la cuadrícula de la derecha e intente contestar las preguntas sin utilizar un lápiz.

¿Cuántos son los cuadros oscuros?
¿Cuántos son los cuadros blancos?
¿Cuántos rombos hay? \_\_\_\_ ¿Y
cuántos puntos negros? \_\_\_\_
¿Cuánto suman juntos? \_\_\_\_

w	V	v w			w	w
		w		w		w
	w				W	
w				w		w
			w		w	
w		w				w

Sombree en la figura inferior los mismos rombos que en la superior.





### Un descubrimiento accidental

Platón (427-347 a. C) sostenía que el cerebro es el órgano responsable	••••
de regular el pensamiento y las sensaciones; sin embargo, otro filósofo	
griego, Aristóteles (384-322 a. C.), defendía que la mente reside en el	
corazón. Este supuesto, de mayor aceptación, se mantuvo vigente a lo	
largo del tiempo.	
Pasaron 400 años antes de que Galeno (129-201 d. C.), también griego,	
abriera el camino a la demostración de tal error. En uno de sus	••••
experimentos, realizado con un cerdo, este médico trataba de identificar	••••
las fibras nerviosas que controlan la respiración.	
De forma involuntaria, seccionó al animal los nervios de la laringe y,	
aunque este siguió forcejando, sus gritos cesaron. El descubrimiento le	
llevó a averiguar la conexión de estas fibras nerviosas con el cerebro.	
Esta práctica está considerada por algunos historiadores de la	
Neurociencia como la primera evidencia experimental a favor de que el	
cerebro es el órgano que controla la conducta.	
Escriba a la derecha cuántas veces aparece la letra v (uve) en cada línea y súmelas después.	



#### Señale diferencias y semejanzas entre las palabras de cada fila.

Alemania / Perú	 
Madera / Plástico	 
Enero / Agosto	 
Sartén /Cacerola	 
Lucía / Roberto	 
Lápiz / Pluma	 

Trace el camino que lleva de la casilla superior izquierda a la casilla inferior derecha, sumando 6 unidades en cada cuadro.

		<u> </u>			<del>                                     </del>
224	228   231	251   264   2	72   277   276	279   280	281
226	230   237	252   266   2	68   278   282 	283 286	285
229	236   240	254   260   2	65   283   284	289 287	307
232	235   242	248   249   2	64   287   290	291 306	321
					,
233	234   241	246   247   2	61   294   296	302 308	314

# Sabiendo que comienza por la letra P, descubra la palabra correspondiente a esta definición:

Reci	oiente	para	echar	los pa	peles	inútiles	y otros des	perdicios.	



# Escriba a la derecha de cada palabra otra nueva que contenga las tres primeras letras de la anterior.

ARMONÍA		HACER	 RESERVA	
BOTÓN		JABÓN	 SÁBANA	
CAMELLO	l	_ARINGE	 TARDE	
DOMINIO	N	MANIQUÍ	UNIVERSO	
ELECTRÓN	N	IATURAL	 VINAGRE	
FLOTAR		OCASO	 YESCA	
GRAMO		PATO	 ZARCILLO	

El cuadro derecho es una copia del izquierdo.

Descubra los errores cometidos al copiarlo.

9	8	7	6	5	4	3	2	1
8	7	6	4	3	2	1	9	5
7	6	5	4	3	2	9	8	1
6	5	4	7	8	9	1	2	3
5	6	7	8	9	1	2	3	4
4	3	2	1	5	6	7	8	9
3	2	1	4	5	9	8	7	6

9	8	7	6	5	4	8	2	1
8	7	5	4	3	2	1	9	5
7	6	5	4	3	2	0	8	1
6	5	4	7	8	9	1	2	3
5	6	7	6	9	1	2	3	4
4	3	2	1	5	6	7	8	2
8	2	1	4	5	9	8	7	6



# Una sílabas de la filas 1<sup>a</sup>, 2<sup>a</sup> y 3<sup>a</sup>, en este orden, sin repetir ninguna, para formar diez palabras con significado.

1 <sup>a</sup>	CIN	PA	ABA	SA	DES	FEL	GA	MÁ	POR	VA
2 <sup>a</sup>	SI	JI	LE	PU	QUI	NI	TE	TI	TU	LLE
3ª	NA	RO	LLA	RON	NO	RO	DO	LLO	TA	СО

### Realice las operaciones indicadas de izquierda a derecha y rellene los cuadros vacíos.

#### Señale las siluetas idénticas.



**Alicates** 

Cabeza

Martillo

Taladradora



Mano Tren

Naranja

Barco

#### Atención.

Avión

Piña

Nariz

Destornillador

columna de la derecha?	areceir en la columna de la izquie	ida y ilo estali eli la			
AKTNELPFIJMXÑO	FITXNLAKPMJOÑ:				
GMUTLNZAPBQVI	UBTGZQAMVNIP:				
17) LQPWJDICUTEVA	LUTÑEDPVJICAQ:				
BPTMQIJOLÑAYKX	BXNAELRCYUKPT:				
Lenguaje.					
<i>Ejercicio de categorías:</i> Organiza las siguientes palabras en 4 grupos según pertenezcan a partes del cuerpo, herramientas, medios de transporte o frutas.					

Autobús

Brazo

Pera

Melocotón

Punzón

Muslo

Automóvil

Mandarina

Partes del cuerpo	Herramientas	Medios de transporte	Frutas



#### Cálculo: Razonamiento matemático y lógico.

$\leftrightarrow$	Si tienes 1 billete de 10 euros, 3 monedas de 2 euros, 4 de 1 euro, 3 de 10 céntimos y
7 de	
2 cén	timos, ¿cuánto dinero tienes en total?

$\leftrightarrow$	Si tienes 1 billete de 5 euros, 4 monedas de 1 euro, 3 de 50 céntimos y 4 de 5
céntin	nos, ¿Cuánto dinero tienes en total?

$\leftrightarrow$	Si tiene 1 billete de 20 euros, 5 monedas de 2 euros,	6 de 1 euro, 2 de 20 céntimos y
8 de		

5 céntimos, ¿Cuánto dinero tiene en total?

← Tenemos cuatro perros: un galgo, un dogo, un alano, y un podenco. Este último come más

que el galgo; el alano come más que el galgo y menos que el dogo, pero éste come más que el podenco. ¿Cuál de los cuatro será más barato de mantener?

Percepción y atención: Encuentra las 5 diferencias







a) Encuentra los <u>apellidos</u> dentro de la sopa de letras.

NUÑEZ, LOPEZ, FERNANDEZ, MEDINA, ESCOBAR, DURAN, SANCHEZ, GARCIA, DIAZ, DUARTE, ESTEBAN.

М	Ñ	Р	N	Т	U	В	G	Т	U	N	А	R	U	D
N	_	Ñ	Р	М	N	В	Υ	Т	R	V	С	F	Н	Р
N	U	Ñ	Е	Z	J	М	N	В	V	С	U	ı	0	Р
N	-	М	В	V	Е	S	Е	S	С	0	В	Α	R	В
I	М	K	L	0	Р	Ñ	V	Ι	N	Е	D	S	Α	В
Α	-	С	R	Α	G	Р	0	L	D	-	Α	Z	Ñ	S
С	Е	S	I	Т	R	Z	Χ	Α	Е	V	F	В	N	ı
Е	М	Χ	Е	S	Ε	V	С	Α	S	Υ	Z	Α	U	Q
S	0	Р	L	Р	Н	0	Н	G	M	Е	D	Ι	N	Α
Т	В	N	0	М	V	Е	Z	Α	R	М	I	Е	В	Т
Е	Р	L	Р	Ñ	L	Е	V	L	Е	Р	Р	Ñ	В	V
В	N	0	R	1	Н	Ι	G	U	Р	Т	С	В	N	М
Α	0	Р	L	С	В	E	N	E	D	N	Q	Α	В	W
N	Ñ	L	N	0	Z	E	D	N	Α	N	R	Е	F	Т
N	L	Α	G	U	1	0	Р	V	В	Α	Е	Т	N	М
М	S	Р	Ñ	U	N	Е	Т	D	U	Α	R	Т	Е	Ñ

a) Ordena alfabéticamente los anteriores apellidos.



		•
Len	gua	je.

Escribe de forma alternativa 10 nombres de mujer, 10 colores, 10 nombre de países.

Ejemplo: María, rojo, Francia, Lucía...

Escribe al menos 15 palabras que contengan en el medio de la palabra las siguientes sílabas **SE, CO, MA.** (NO ESCRIBIR NOMBRES PROPIOS)

Ejemplo: Me**se**ta, Es**co**ba, Cá**ma**ra

#### Cálculo.

Escribe de forma descendente de 3 en 3 (Rellénalo en horizontal)

718	715	712			



#### Atención y Concentración.

Ordena alfabéticamente los siguientes grupos de palabras:

- **18)** Dificultad, Oca, Herida, Orden, Luciérnaga, Mantel, Abismo, Ratón, Ducha.
- 19) Música, Esquimal, Alabanza, Zapatero, Ducha, Maleta, Pantalla, Silla, Estuche.
- **20)** Pata, Brillo, Sustancia, Armónica, Imaginación, Sirena, Zurdo, Nariz, Nota, Espejo.
- **21)** Estudio, Aula, Lector, Cafetería, Bosque, Reloj, Locutor, Voz, Músico, Cinturón.
- **22)** Gato, Turrón, Cuadro, Araña, Botella, Niebla, Libertad, Carbón, Vela, Hiena.

#### Cálculo.

Escribe la solución de cada una de las sumas que aparecen a continuación:



### Lenguaje.

Escribe una historia que contenga las siguientes palabras:

FAMILIA	JUEGOS	BRINDIS	VELAS

FIESTA COMIDA CHISTES NOCHE

### Percepción y atención.

Descubre la ruta para salir del laberinto.

