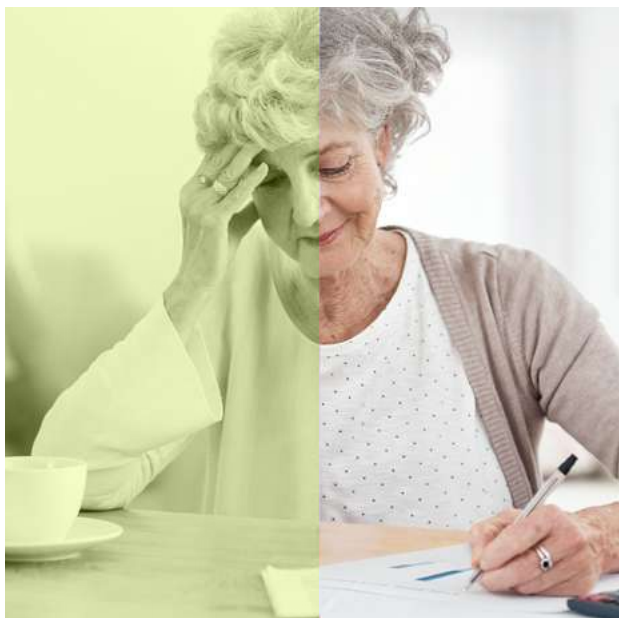




Ejercicios de estimulación cognitiva

EJERCICIOS AVANZADOS

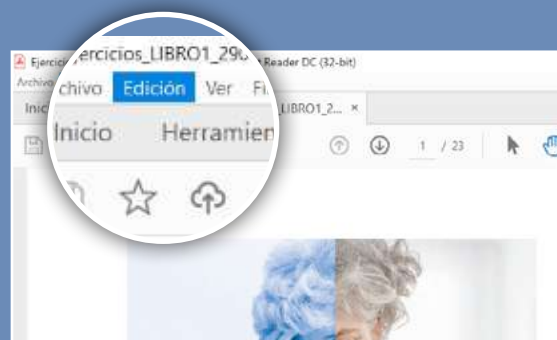
LIBRO 8



PARA PODER REALIZAR LOS EJERCICIOS DE FORMA INTERACTIVA, SIGA ESTOS SENCILLOS PASOS EN SU ACROBAT READER ANTES DE EMPEZAR:

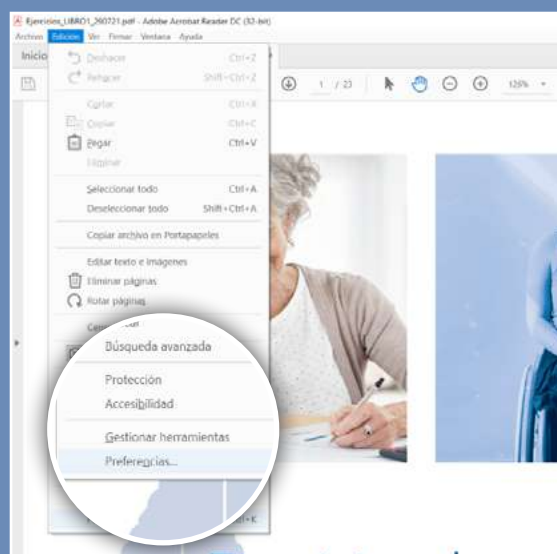
PASO 1

Ir a pestaña EDICIÓN



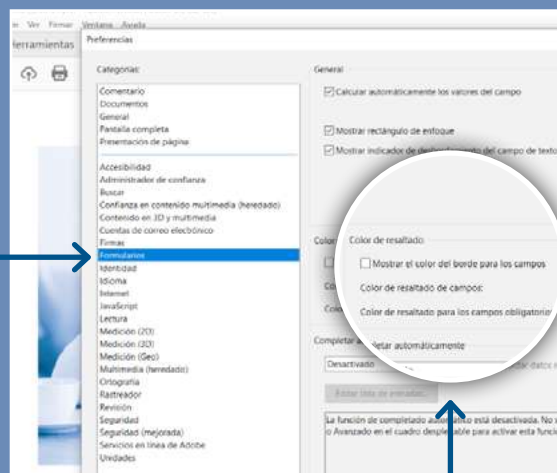
PASO 2

Seleccionar apartado PREFERENCIAS



PASO 3

Seleccionar apartado FORMULARIOS

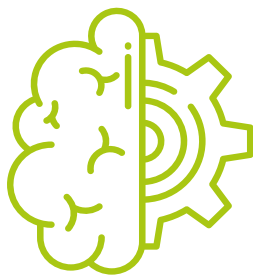


PASO 4

Dejar sin seleccionar la casilla MOSTRAR EL COLOR DEL BORDE PARA LOS CAMPOS



RECUERDE QUE PUEDE GUARDAR LOS EJERCICIOS REALIZADOS SIMPLEMENTE GUARDANDO EL DOCUMENTO



Ejercicios de estimulación cognitiva

Bienvenido al cuaderno de ejercicios de estimulación cognitiva. Este material para pacientes que sufren deterioro cognitivo leve o demencia, ha sido desarrollado con la colaboración de profesionales sanitarios.

El deterioro cognitivo leve y la demencia se aborda a nivel terapéutico mediante el uso de tratamientos farmacológicos y no farmacológicos de forma complementaria.

Dentro de las opciones no farmacológicas se halla la estimulación cognitiva. Esta consiste en la realización de una serie de ejercicios que ayudan a mantener el funcionamiento cognitivo y la funcionalidad, así como mejorar la calidad de vida.

Existen distintas funciones cognitivas y hemos configurado este cuaderno de ejercicios para poder ejercitar las principales.



ORIENTACIÓN

La orientación es la capacidad que nos permite ser conscientes de nosotros mismos y del contexto en el que nos encontramos en un momento determinado.



ATENCIÓN

Es un proceso que permite orientarnos hacia aquellos estímulos que son relevantes, ignorando los que no lo son para actuar en consecuencia.

Aa LENGUAJE

El lenguaje es la capacidad humana para comunicarse por medio de signos (sonoros o escritos).



MEMORIA

La memoria es la capacidad de almacenar y utilizar la información y conocimientos adquiridos a lo largo de los años.



PERCEPCIÓN VISUAL

La percepción visual es la interpretación o discriminación de los estímulos externos visuales relacionados con el conocimiento previo.



FUNCIÓN EJECUTIVA

Corresponde a la realización de actividades mentales complejas, necesarias para planificar, organizar, guiar, revisar, regularizar y evaluar el comportamiento necesario para adaptarse eficazmente al entorno y para alcanzar metas.



CÁLCULO

Capacidad cognitiva que permite llevar a cabo operaciones matemáticas de forma mental para la resolución de problemas simples.

La realización de estos ejercicios de forma continuada y constante es fundamental para favorecer la función de las neuronas, sin olvidar la importancia que tienen también otros aspectos de la vida diaria, tales como la alimentación equilibrada, la actividad física diaria, la interacción social y, en su caso, el tratamiento farmacológico prescrito por el especialista.

Por este motivo le animamos a empezar estos ejercicios y que les dedique al menos una hora al día, dos días a la semana.

Dr. Jerzy Krupinski Bielecki

Jefe Servicio de Neurología
Hospital Universitario MútuaTerrassa
Barcelona (España)



EJERCICIOS DE ORIENTACIÓN

Nos ayudan a situarnos en el espacio o el tiempo en el que nos encontramos.

1. Antes de empezar complete el siguiente cuestionario

¿Está casado/a?:

.....

Nombre de su esposo/a:

.....

¿Tiene usted hijos?:

.....

¿Cuántos?

.....

Escriba el nombre de sus hijos:

.....

¿Tiene nietos?:

.....

¿Cuántos?:

.....

Escriba el nombre de sus nietos:

.....

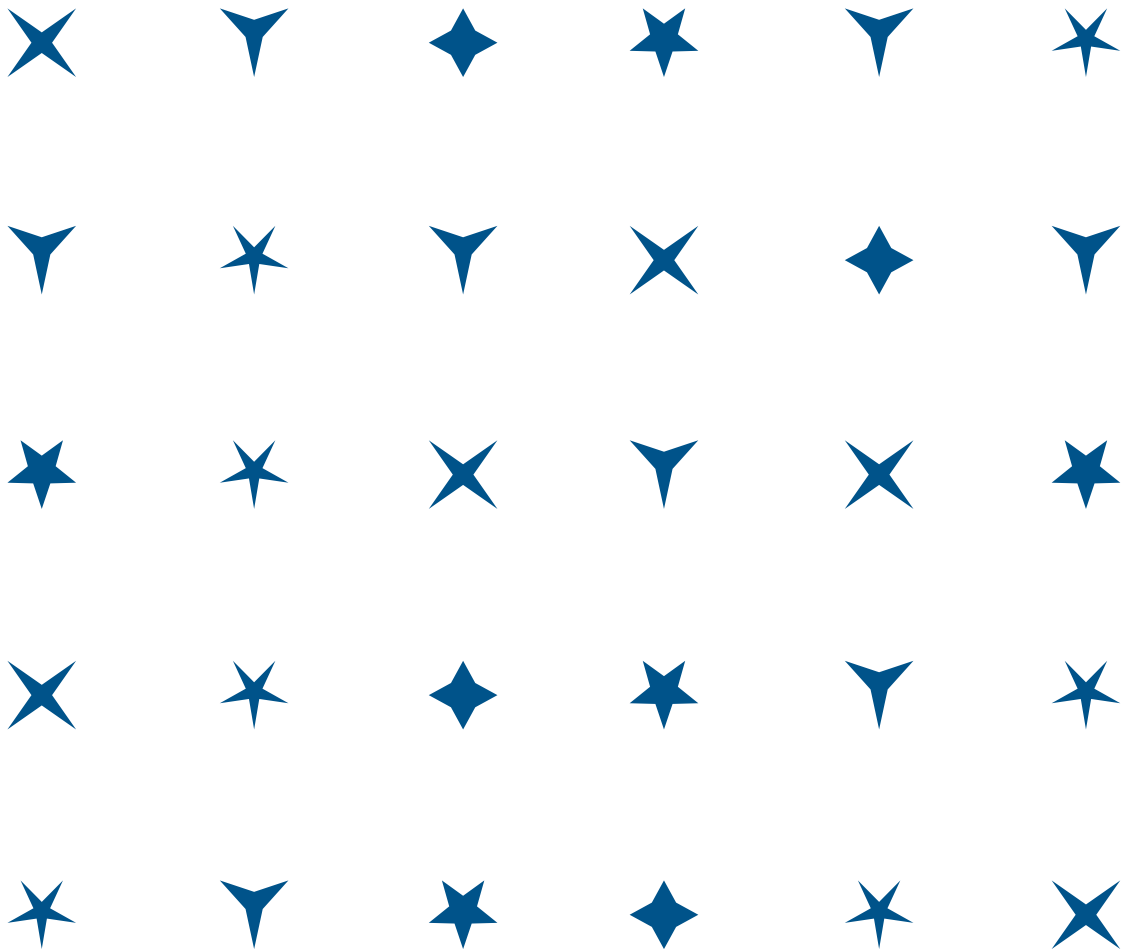




EJERCICIOS DE ATENCIÓN

Nos ayudan a mejorar la atención en los detalles y minimizar las distracciones, a mejorar la comprensión de instrucciones y mantener el esfuerzo mental para realizar tareas.

2. Marque todas las figuras que tienen 4 puntas

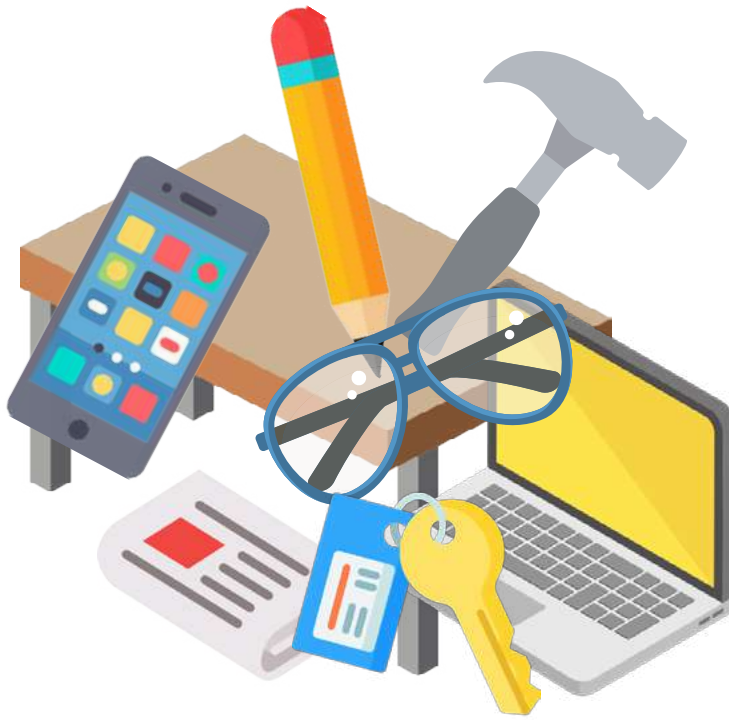




EJERCICIOS DE ATENCIÓN

Nos ayudan a mejorar la atención en los detalles y minimizar las distracciones, a mejorar la comprensión de instrucciones y mantener el esfuerzo mental para realizar tareas.

3. Observe el dibujo y responda a las preguntas



¿Qué utensilio para escribir aparece en el dibujo?

.....

¿Qué aparato electrónico para trabajar aparece?

.....

¿Qué medio de comunicación?

.....

¿Qué objeto se utiliza para abrir una puerta?

.....

¿Qué mueble hay?

.....

¿Qué aparato para hablar vemos?

.....

¿Qué utensilio hay para ver mejor?

.....

¿Qué herramienta aparece en el dibujo?

.....

EJERCICIOS DE LENGUAJE

Nos ayudan a mejorar la comunicación oral o escrita para poder comunicarse de forma efectiva con los demás.

4. Ordene las palabras para formar una frase

1. pasajeros el tren la lleva por miércoles tarde
El tren lleva pasajeros el miércoles por la tarde
2. leche la vaca mucha da de granja la pequeña
3. vendrán este un de Japón mes mis tíos año durante
4. de viaje al sur miércoles nos país del iremos el
5. de aventuras me un libro y gustado ha leído he
6. frutos en muchos verano dulces este árbol da

EJERCICIOS DE LENGUAJE

Nos ayudan a mejorar la comunicación oral o escrita para poder comunicarse de forma efectiva con los demás.

5. Clasifique las siguientes palabras, según el sitio donde se encuentran (cuidado puede haber palabras que no correspondan a ninguna de estas categorías)

Vaca
Quirófano
Ambulancia
Pupitre
Tractor
Montaña
Enfermera

Camisa
Camilla
Dependiente
Bolso
Punto
Cerdo
Vaso

Blusa
Rebajas
Arado
Establo
Profesor
Termómetro
Pizarra

GRANJA



TIENDA



HOSPITAL



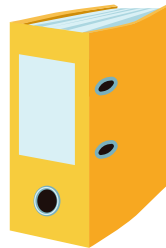
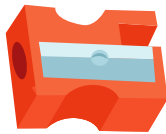
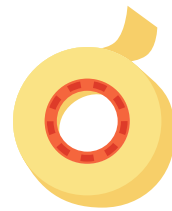




EJERCICIOS DE MEMORIA

Nos ayudan a mejorar la capacidad de aprendizaje y recuerdo de sucesos e imágenes que ocurren en nuestro día a día.

6. Memorice los objetos de la imagen (más adelante necesitará recordarlos)





EJERCICIOS DE CÁLCULO

Nos ayudan a la resolución de problemas que se pueden presentar en el día a día mediante operaciones matemáticas.

7. Resuelva los siguientes problemas matemáticos

A



He sacado 20 euros del banco para ir al mercado. Quiero comprar cebollas y patatas. Las patatas cuestan 3 euros el kilo y las cebollas 5 euros el kilo. He comprado 2 kilos de patatas. **¿Cuántos kilos de cebollas puedo comprar con lo que me queda?**

Respuesta

B



Si después de comprar las patatas le he dejado a mi hermana 5 euros y he comprado un kilo de cebollas, **¿cuánto dinero me sobrará?**

Respuesta

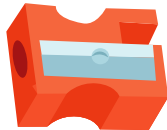
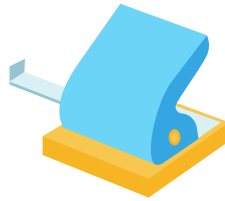
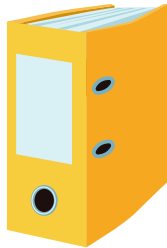




EJERCICIOS DE MEMORIA

Nos ayudan a mejorar la capacidad de aprendizaje y recuerdo de sucesos e imágenes que ocurren en nuestro día a día.

8. De los objetos que tiene a continuación marque los que NO estaban en el ejercicio 6





EJERCICIOS DE PERCEPCIÓN VISUAL

Nos ayudan a mejorar la capacidad para interpretar o discriminar la información que recibimos de los estímulos externos a través de los ojos.

9. Observe la imagen y responda a las preguntas



¿Cuántas servilletas hay?

.....

¿Cuántos trozos de sandía vemos en el plato?

.....

¿Cuántas chanclas se ven?

.....

¿Cómo se llama el instrumento musical?

.....

¿De qué color es la ropa que lleva la pareja?

.....



EJERCICIOS DE PERCEPCIÓN VISUAL

Nos ayudan a mejorar la capacidad para interpretar o discriminar la información que recibimos de los estímulos externos a través de los ojos.

10. Indique la acción que se ve en cada ilustración





EJERCICIOS DE FUNCIÓN EJECUTIVA

Nos ayudan a llevar a cabo actividades mentales para planificar, organizar y supervisar actividades de la vida diaria.

11. Marque los objetos que se pueden romper al caerse al suelo e indique para que sirven dichos objetos





EJERCICIOS DE ORIENTACIÓN

Nos ayudan a situarnos en el espacio o el tiempo en el que nos encontramos.

12. Escriba todos los datos personales que recuerde



Su nombre:

.....

Fecha de nacimiento:

.....

¿Cuántos años tiene?:

.....

¿Dónde vive?:

Calle:

Número:

Piso:

Puerta:

Código postal:



EJERCICIOS DE ATENCIÓN

Nos ayudan a mejorar la atención en los detalles y minimizar las distracciones, a mejorar la comprensión de instrucciones y mantener el esfuerzo mental para realizar tareas.

13. Busque y señale los números pares (2, 4, 6, 8) que estén junto al número 2 (válidos de forma horizontal y vertical)

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



EJERCICIOS DE ATENCIÓN

Nos ayudan a mejorar la atención en los detalles y minimizar las distracciones, a mejorar la comprensión de instrucciones y mantener el esfuerzo mental para realizar tareas.

14. Indique el número que corresponde a cada letra siguiendo el ejemplo de la primera fila

A	S	F	L	E	T	G	P
7	2	8	0	3	1	6	5

P	P	G	L	F	E	T	T	A	L	S	T

G	F	A	T	G	G	S	A	P	L	S	L

F	F	G	S	E	L	T	P	A	A	E	T

A	S	E	L	G	P	T	F	F	A	E	P

EJERCICIOS DE LENGUAJE

Nos ayudan a mejorar la comunicación oral o escrita para poder comunicarse de forma efectiva con los demás.

15. Identifique el sitio donde se pueden encontrar los siguientes objetos

Niño, columpio, banco: P

Mesa, sofá, TV: S

Farola, acera, tienda: C

Lápiz, libro, tiza: E

Cocinero, platos, carta: R

Animal, granjero, tractor: G

16. Indique la palabra que signifique lo mismo (sinónimo) de cada una de las palabras de la lista

Débil: enérgico, frágil, fuerte, robusto

Agrio: agradable, dulce, suave, ácido

Ancho: amplio, estrecho, angosto, ajustado

Delgado: fino, gordo, abundante, coloso

Tristeza: alegría, paz, melancolía, esperanza

Improvisar: analizar, estudiar, repentizar, preparar



EJERCICIOS DE MEMORIA

Nos ayudan a mejorar la capacidad de aprendizaje y recuerdo de sucesos e imágenes que ocurren en nuestro día a día.

17. Observe la imagen e intente memorizarla (más adelante deberá recordarla)





EJERCICIOS DE MEMORIA

Nos ayudan a mejorar la capacidad de aprendizaje y recuerdo de sucesos e imágenes que ocurren en nuestro día a día.

18. Complete los meses del calendario empezando por el mes de abril en el orden que se indica





EJERCICIOS DE MEMORIA

Nos ayudan a mejorar la capacidad de aprendizaje y recuerdo de sucesos e imágenes que ocurren en nuestro día a día.

19. Responda a las preguntas que hacen referencia a la imagen que memorizó en el ejercicio 17

1. ¿A qué parte de la casa correspondía la imagen?

2. ¿Aparecía algún vaso en la ilustración?

3. ¿De que color era el bol con el que estaba cocinando la mujer?

4. ¿Había alguna estantería en la pared?(SI/NO)

5. ¿Cuántos cuchillos había en la imagen?



EJERCICIOS DE PERCEPCIÓN VISUAL

Nos ayudan a mejorar la capacidad para interpretar o discriminar la información que recibimos de los estímulos externos a través de los ojos.

20. Indique la hora que marca cada uno de los relojes en formato digital

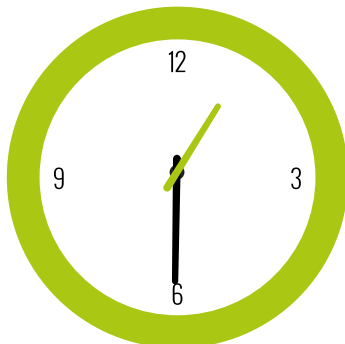


13:50

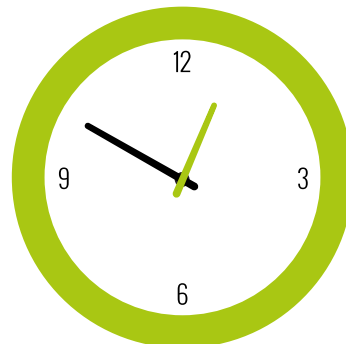
.....



.....



.....



.....



.....



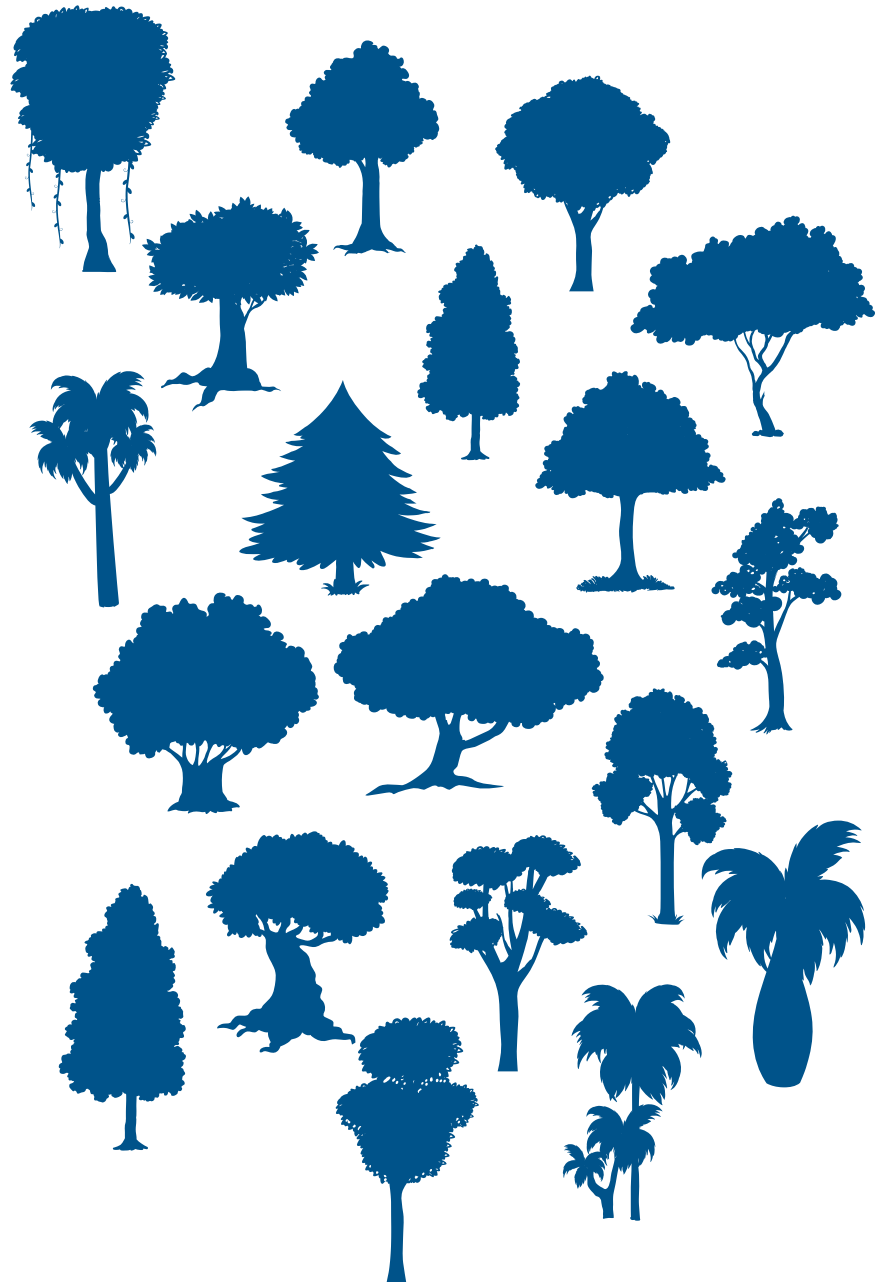
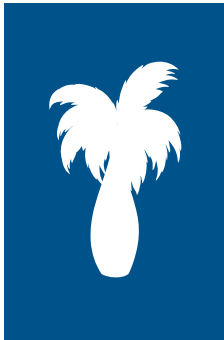
.....



EJERCICIOS DE PERCEPCIÓN VISUAL

Nos ayudan a mejorar la capacidad para interpretar o discriminar la información que recibimos de los estímulos externos a través de los ojos.

21. Marque el dibujo de la derecha que se corresponde con el modelo





EJERCICIOS DE FUNCIÓN EJECUTIVA

Nos ayudan a llevar a cabo actividades mentales para planificar, organizar y supervisar actividades de la vida diaria.

22. Ordene los pasos para completar la acción escribiendo el número debajo de cada imagen



.....



.....



.....



.....



EJERCICIOS DE CÁLCULO

Nos ayudan a la resolución de problemas que se pueden presentar en el día a día mediante operaciones matemáticas.

23. Resuelva las siguientes operaciones

$$10 + 4 + \underline{\hspace{1cm}} = 15$$

$$22 + \underline{\hspace{1cm}} + 3 = 26$$

$$12 + 7 + 60 = \underline{\hspace{1cm}}$$

$$45 - 6 - 3 = \underline{\hspace{1cm}}$$

$$97 + 24 + 3 = \underline{\hspace{1cm}}$$

$$23 + 24 + \underline{\hspace{1cm}} = 50$$

$$90 - \underline{\hspace{1cm}} - \underline{\hspace{1cm}} = 87$$

$$70 - \underline{\hspace{1cm}} - 12 = 37$$

$$55 - \underline{\hspace{1cm}} + \underline{\hspace{1cm}} = 55$$

$$3 - \underline{\hspace{1cm}} + 45 = 47$$



EJERCICIOS DE ORIENTACIÓN

Nos ayudan a situarnos en el espacio o el tiempo en el que nos encontramos.

24. Complete el siguiente cuestionario

Escriba su nombre y apellidos:



.....

Fecha de nacimiento:

.....

¿Cuántos años tiene?:

.....

¿En qué país nació?:

.....

¿Dónde vive en la actualidad?:

.....

¿Qué hora marca su reloj en este momento?:

.....

¿Cuál es/era el nombre de su restaurante favorito?:

.....



EJERCICIOS DE ATENCIÓN

Nos ayudan a mejorar la atención en los detalles y minimizar las distracciones, a mejorar la comprensión de instrucciones y mantener el esfuerzo mental para realizar tareas.

25. Marque en la imagen de la derecha las diferencias en cada una de las líneas

4	5	A	b	3	0	8	c	x
7	v	3	4	S	R	2	0	e
1	2	6	M	p	1	u	7	L
J	G	5	3	4	d	F	z	8
6	8	3	T	n	c	1	9	4
D	R	6	5	2	i	0	7	e

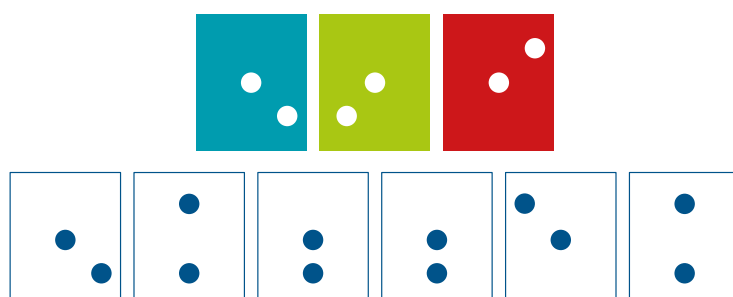
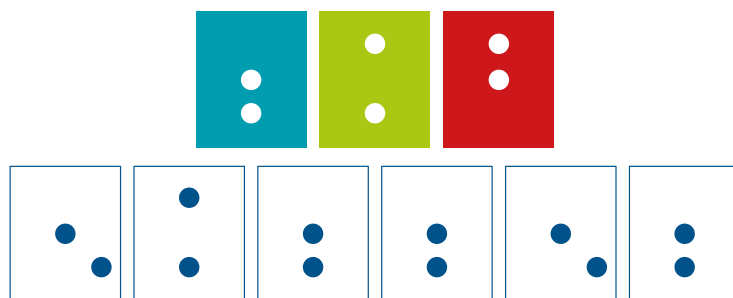
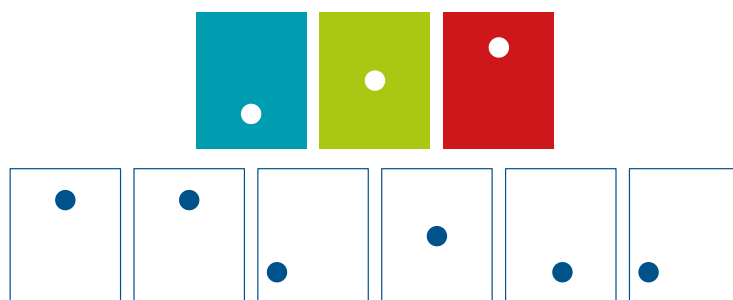
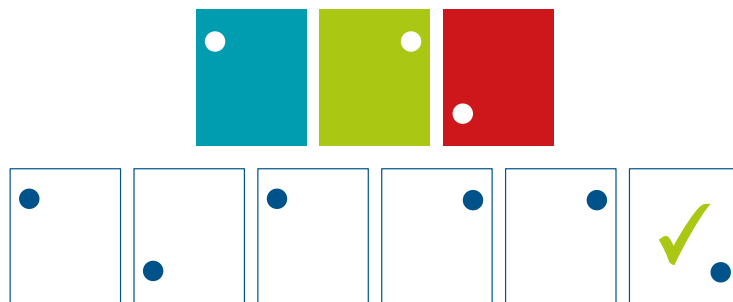
4	5	6	b	A	0	8	c	x
7	v	3	7	S	R	1	0	e
1	4	6	M	P	1	u	7	L
G	G	5	7	3	d	F	z	8
6	5	3	t	N	c	1	9	4
X	R	5	6	2	i	0	6	e



EJERCICIOS DE ATENCIÓN

Nos ayudan a mejorar la atención en los detalles y minimizar las distracciones, a mejorar la comprensión de instrucciones y mantener el esfuerzo mental para realizar tareas.

26. Indique cual es el rectángulo que continua la secuencia





EJERCICIOS DE ATENCIÓN

Nos ayudan a mejorar la atención en los detalles y minimizar las distracciones, a mejorar la comprensión de instrucciones y mantener el esfuerzo mental para realizar tareas.

27. Marque la palabra que se ajuste a cada una de las definiciones

Instrumento formado por una hoja de acero y de un solo corte, con mango

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ Tenedor | ☐ Cuchillo |
| ☐ Abridor | ☐ Cuchara |

Pescado comestible, de carne blanca casi plano

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------------|
| ☐ Salmón | ☐ Pulpo |
| ☐ Lenguado | ☐ Merluza |

La mujer de mi hermano es mi

- | | |
|---------------------------------|----------------------------------|
| ☐ Prima | ☐ Sobrina |
| ☐ Cuñada | ☐ Tía |

Correa que se ciñe a la cintura

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| ☐ Faja | ☐ Botones |
| ☐ Tiburón | ☐ Cinturón |



28. Escriba en cada recuadro 6 palabras siguiendo las instrucciones de cada enunciadoAcaben en **O**

1. Verano
2.
3.
4.
5.
6.

Acaben en **ON**

1. Camisón
2.
3.
4.
5.
6.

Acaben en **TA**

1. Corbata
2.
3.
4.
5.
6.

Contengan **CH**

1.
2.
3.
4.
5.
6.

Contengan **ME**

1.
2.
3.
4.
5.
6.

Contengan **RA**

1.
2.
3.
4.
5.
6.



EJERCICIOS DE MEMORIA

Nos ayudan a mejorar la capacidad de aprendizaje y recuerdo de sucesos e imágenes que ocurren en nuestro día a día.

29. Observe la imagen e intente memorizarla (más adelante tendrá que recordarla)





EJERCICIOS DE CÁLCULO

Nos ayudan a la resolución de problemas que se pueden presentar en el día a día mediante operaciones matemáticas.

30. Resuelva los problemas



A

En Nueva York hay un rascacielos que mide 810m. El rascacielos tiene 180 pisos y se construyó en 50 semanas. **¿Cuántos pisos se construyeron a la semana? ¿Cuántos días se tardó en construir el edificio?**

Respuesta



B

En este rascacielos hay 10 apartamentos por planta. Si cada apartamento tiene 4 ventanas, **¿cuántas ventanas en total tiene el rascacielos?**

Respuesta



EJERCICIOS DE MEMORIA

Nos ayudan a mejorar la capacidad de aprendizaje y recuerdo de sucesos e imágenes que ocurren en nuestro día a día.

31. Responda a las preguntas que hacen referencia a la imagen que memorizó en el ejercicio 29

1. ¿De qué color era la silla que aparecía en la ilustración?
2. ¿Cuántos libros había sobre la mesa?
3. ¿Estaban todos los cajones cerrados?
4. ¿Que tipo de bebida se estaba tomando?
5. ¿Cuántas ruedas tenía la silla?



EJERCICIOS DE MEMORIA

Nos ayudan a mejorar la capacidad de aprendizaje y recuerdo de sucesos e imágenes que ocurren en nuestro día a día.

32. Observe la imagen e intente memorizarla (más adelante deberá recordarla)

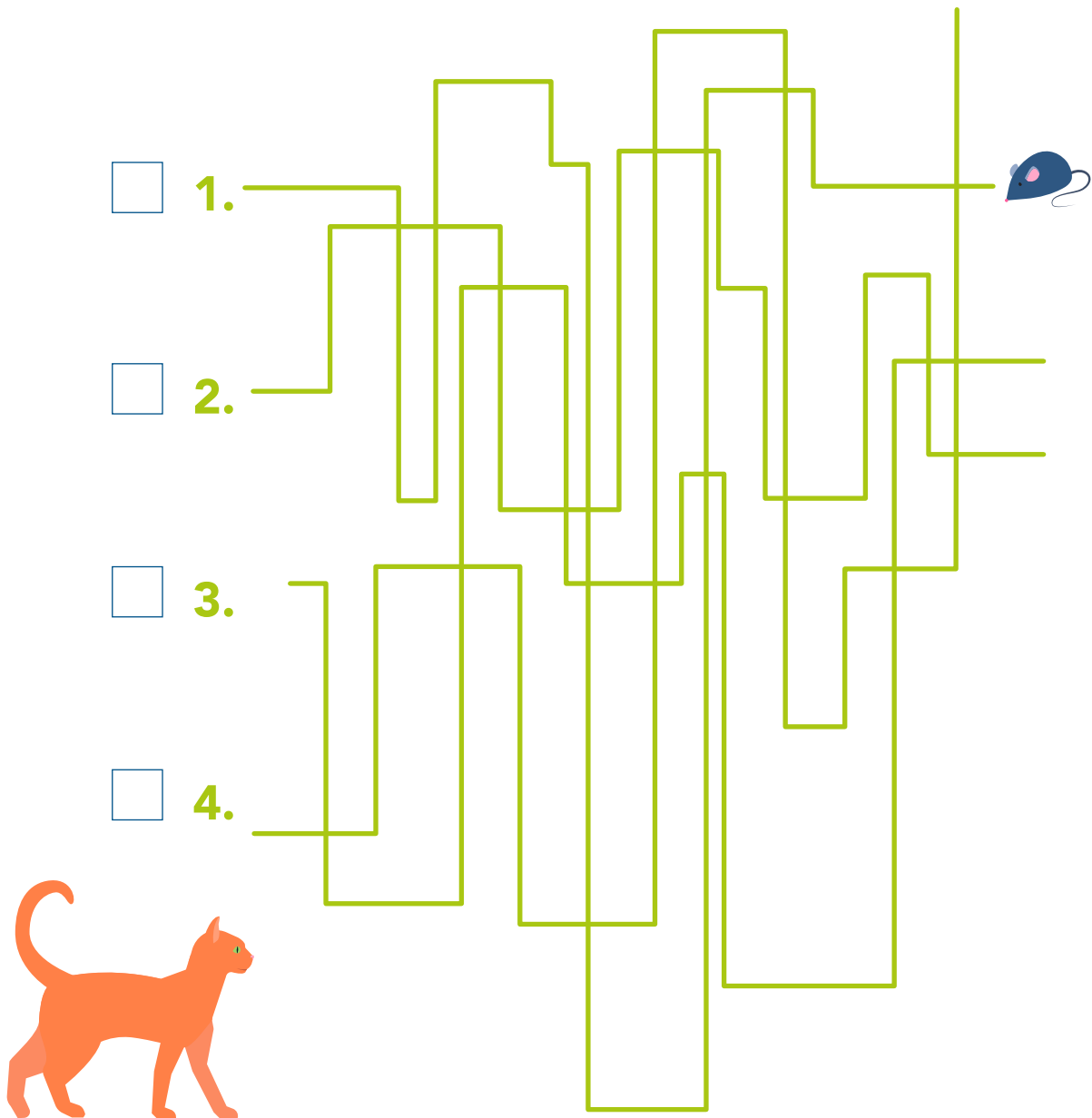




EJERCICIOS DE PERCEPCIÓN VISUAL

Nos ayudan a mejorar la capacidad para interpretar o discriminar la información que recibimos de los estímulos externos a través de los ojos.

33. Indique el camino correcto que debe seguir el gato para llegar al ratón





EJERCICIOS DE MEMORIA

Nos ayudan a mejorar la capacidad de aprendizaje y recuerdo de sucesos e imágenes que ocurren en nuestro día a día.

34. Responda a las preguntas que hacen referencia a la imagen del ejercicio 32

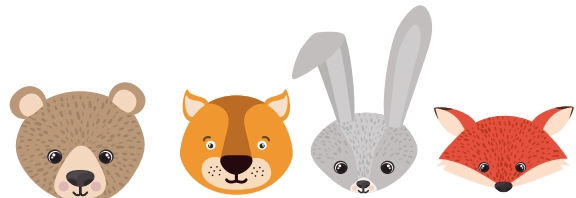
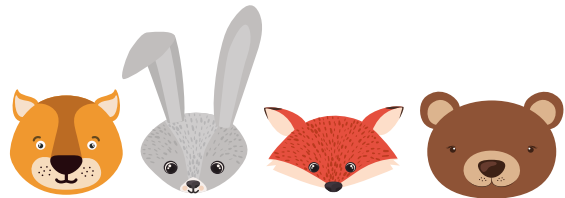
1. ¿Qué tipo de animales se veían en la ilustración?
2. ¿Cuántos niños aparecían en la escena?
3. ¿Había alguna persona con gafas?
4. ¿Alguno de los personajes llevaba mochila?
5. ¿Cuántos?



EJERCICIOS DE PERCEPCIÓN VISUAL

Nos ayudan a mejorar la capacidad para interpretar o discriminar la información que recibimos de los estímulos externos a través de los ojos.

35. Indique en la segunda columna la figura diferente a las de la primera columna





EJERCICIOS DE FUNCIÓN EJECUTIVA

Nos ayudan a llevar a cabo actividades mentales para planificar, organizar y supervisar actividades de la vida diaria.

36. Indique en la segunda columna las palabras relacionadas con la palabra de la primera columna

Caballo:	marrón, granja , rojo, correr
Radio:	música, lápiz, escuchar, aparato
Cama:	chocolate, mesa, silla, sofá
Plato:	sopa, taza, cuenco, vaso
Banana:	coco, manzana, guacamole, melocotón
Delfín:	sardina, planta, ballena, atún

Soluciones

2.



3.



lápiz, ordenador, periódico,
llave, mesa, teléfono, gafas,
martillo

4.

Aa

La vaca de la granja pequeña da mucha leche
Este año vendrán mis tíos de Japón durante un mes
El miércoles nos iremos de viaje al sur del país
He leído un libro de aventuras y me ha gustado
Este árbol da muchos frutos dulces en verano

5.



<u>Granja</u>	<u>Tienda</u>	<u>Hospital</u>
Vaca	Camisa	Quirófano
Tractor	Dependienta	Ambulancia
Cerdo	Bolso	Enfermera
Arado	Blusa	Camilla
Establo	Rebajas	Termómetro

7.



Kilos de cebollas: 2
Dinero que me queda:
10 euros

9.



2
4
4
guitarra
roja

10.



patinar, hacer yoga, ir en bici, correr, jugar a
fútbol, jugar a basquet, nadar, jugar al tenis,
escalar

11.



13.



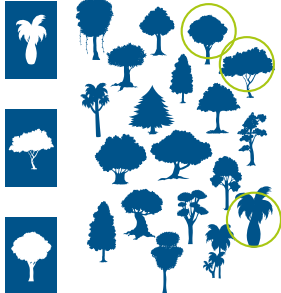
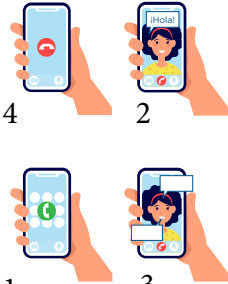
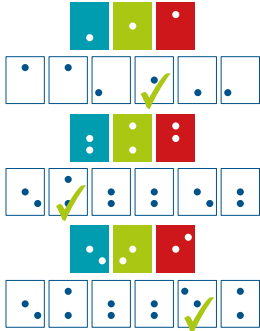
9 2 9 2 4 6 2 (6) 1 7 4 1
6 4 3 8 7 8 4 1 2 6 5 3
5 7 6 7 4 3 8 5 (6) 3 6 7
1 5 3 4 3 2 7 3 8 4 (4) 6
0 2 5 9 1 7 8 4 3 (6) 2 (4)
9 1 6 1 6 3 3 8 1 1 0 3
3 9 9 8 9 1 4 1 2 (2) 3 2
(4) (6) 2 5 1 2 (4) 0 7 0 2 0
2 1 3 2 (6) 8 1 8 4 8 7 8
3 4 9 7 5 1 5 9 7 1 8 3
6 8 1 4 (8) 2 7 2 9 7 2 (6)
7 3 7 0 2 (8)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

14.



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

Soluciones

15. Aa Parque Salón Calle Escuela Restaurante Granja	16. Aa frágil ácido amplio fino melancolía repentizar
17. Marzo Mayo Febrero Junio Enero Julio Diciembre Agosto Octubre Septiembre 💡	19. 💡 ¿Qué parte de la casa se ve en la ilustración? Cocina ¿Aparece algún vaso en la ilustración? No ¿De qué color es el bowl en el que está cocinando la mujer? Verde ¿Hay estanterías en la pared? Si ¿cuántas?
20. 13.50 10.22 13.30 12.50 20.02 20.00 👁️	21. 👁️ 
22. 4 2 1 3  💡	23. 1 1 79 36 124 3 2, 1 21 2, 2 1 🔢
25. 4 5 6 b A 0 8 c x 7 v 3 7 S R 1 0 e 1 4 6 M P 1 u 7 L G G 5 7 3 d F z 8 6 5 3 t N c 1 9 4 X R 5 6 2 i 0 6 e 🔍	26. 🔍 

Soluciones

27.



Cuchillo
Lenguado
Cuñada
Cinturón

30.



A: 3 pisos a la semana y 420 días
B: 7440 ventanas

31.



¿De qué color es la silla que aparece en la ilustración? Verde
¿Cuántos libros se ven? Uno
Los cajones están cerrados? No
¿Hay alguna foto en la ilustración? Si
¿Cuántas? Una

32.



Camino 3

33.



34.

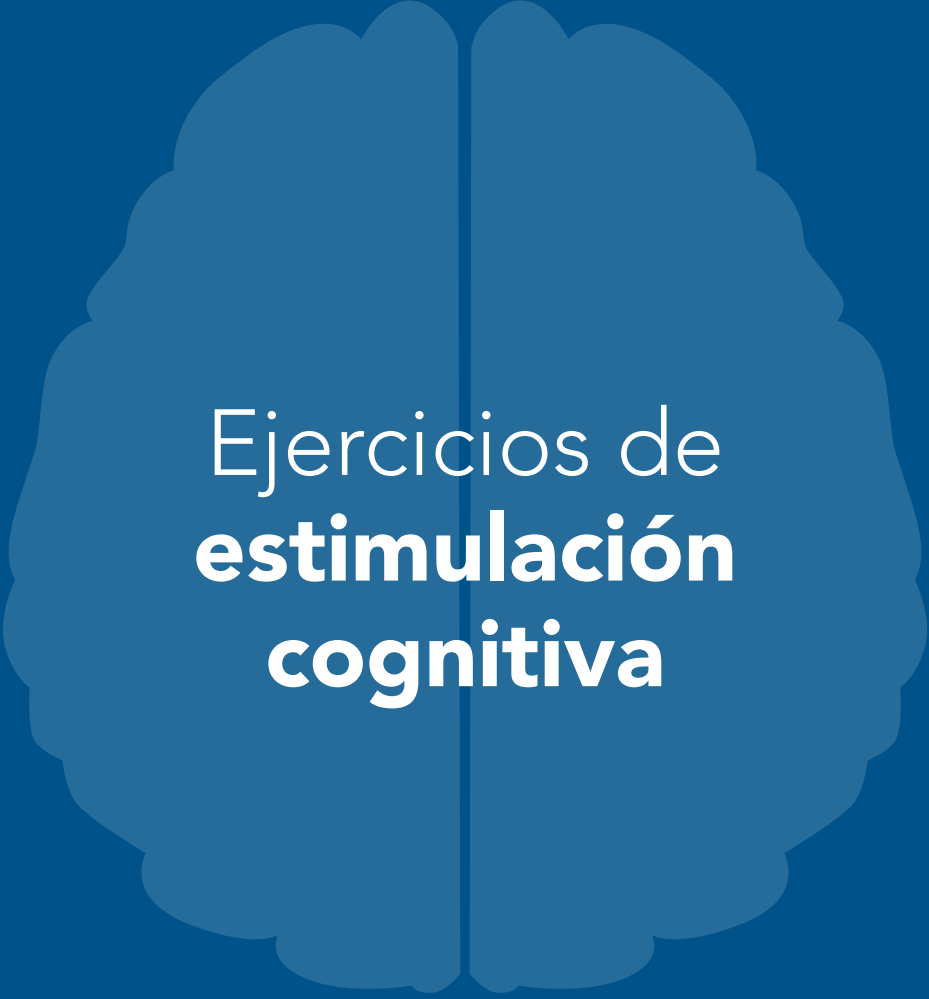


¿Qué tipo de animales se ven en la ilustración? Peces
¿Cuántos niños aparecen en la escena? 5
¿Hay alguna persona con gafas? Si
¿Alguno de los personajes lleva mochila? Si
¿Cuántos? 1

35.



Caballo: marrón, granja, rojo, correr
Radio: música, lápiz, escuchar, aparato
Cama: chocolate, mesa, silla, sofá
Plato: sopa, taza, cuenco, vaso
Banana: coco, manzana, guacamole, melocotón
Delfín: sardina, planta, ballena, atún

A large, light blue silhouette of a human brain is centered on the page. It is divided vertically by a thin white line, representing the two hemispheres. The brain's outline is irregular, mimicking the natural shape of a brain.

Ejercicios de **estimulación cognitiva**