



Le presentamos un nuevo ejercicio semanal de estimulación neurocognitiva con el objetivo de que pueda mantener y aumentar el rendimiento de su cerebro, mejorando su funcionamiento cognitivo. En esta ocasión buscaremos estimular su atención. Póngase cómodo y tómese el tiempo necesario. Por favor luego de realizar el ejercicio responda este correo con una breve apreciación sobre el mismo. Muchas gracias y seguimos en contacto.

EJERCICIO DE ATENCIÓN

- Ponga un 1 debajo de ♥
- Ponga un 2 debajo de ♣

⊕	♣	♥	♣	♥	♣	⊕	♥	♣	♠	
♠	♠	♣	♠	⊕	♠	♥	⊕	♣	♣	
⊕	♠	♣	♥	♣	♠	♣	♥	♣	⊕	
⊕	♣	♠	♠	♥	⊕	♣	♠	♥	⊕	
♥	♣	⊕	♠	♣	⊕	♠	♠	♣	♥	
♠	♠	♣	♣	⊕	⊕	♣	♠	♠	⊕	

Una vez haya acabado, repáselo y anote la suma de números de cada líneas y el total de todo el ejercicio.

TOTAL: _____

Fuente: Centro de Prevención del Deterioro Cognitivo. "Cuaderno de ejercicios de estimulación cognitiva". Instituto de Salud Pública de Madrid. Ayuntamiento de Madrid. 2008.