



Le presentamos un nuevo ejercicio semanal de estimulación neurocognitiva con el objetivo de que pueda mantener y aumentar el rendimiento de su cerebro. En esta ocasión buscaremos estimular su atención.

Póngase cómodo y tómese el tiempo necesario. Muchas gracias y seguimos en contacto.

Ejercicio de atención

1. Mire con atención la siguiente sopa de letras.
2. Busque 12 palabras que señalan nombres de flores. Puede hacerlo vertical (de arriba-abajo, de abajo-arriba), horizontal (de derecha-izquierda, de izquierda-derecha) y diagonal (en ambas direcciones).
3. Anote las palabras y compártalas.



Fuente: Centro de Prevención del Deterioro Cognitivo. Madrid Salud y Sandoz. 2014.