

EJERCICIOS DE MEMORIA PARA MAYORES

LECCIÓN 2

Ejercicio 1: Descubra al Intruso (Atención y Lógica)

Lea los siguientes grupos de palabras. En cada grupo hay una palabra que **no pertenece** a la misma categoría que las demás. Táchela con una "X" y escriba al lado por qué no encaja.

1. Manzana, Pera, Plátano, Silla.

¿Por qué? _____

2. Azul, Rojo, Coche, Verde.

¿Por qué? _____

3. Primavera, Martes, Verano, Invierno.

¿Por qué? _____

4. Camisa, Pantalón, Tenedor, Bufanda.

¿Por qué? _____

Ejercicio 2: Símbolos Ocultos (Memoria de Trabajo)

Observe el valor que tiene cada uno de estos símbolos. Luego, resuelva las operaciones matemáticas sustituyendo el símbolo por su número correspondiente.

$$\star = 5 \quad \blacksquare = 2 \quad \blacktriangle = 10 \quad \bullet = 1$$

a) $\star + \blacksquare =$ _____

b) $\blacktriangle - \star =$ _____

c) $\blacksquare + \bullet + \bullet =$ _____

d) $\blacktriangle + \blacksquare - \bullet =$ _____

Ejercicio 3: Parejas Inseparables (Memoria Semántica)

A continuación, verá dos columnas de objetos. Una cada objeto de la **Columna A** con el objeto de la **Columna B** que suele acompañarlo o usarse junto a él, trazando una línea.

Columna A

1. Aguja
2. Candado
3. Cepillo de dientes
4. Escoba
5. Sello postal

Columna B

- A. Pasta dental
- B. Recogedor
- C. Hilo
- D. Sobre de carta
- E. Llave

Ejercicio 4: La Historia con Huecos (Memoria Contextual)

Lea el siguiente fragmento y complete los espacios en blanco utilizando **únicamente** las palabras del siguiente recuadro para que la historia tenga sentido.

panadería	llover	paraguas	delicioso
------------------	---------------	-----------------	------------------

Esta mañana salí de casa temprano para ir a la _____ a comprar el desayuno. De repente, el cielo se nubló y empezó a _____ con mucha fuerza. Menos mal que, justo antes de salir, me acordé de agarrar mi _____. Al llegar a casa, pude disfrutar de un café muy _____.

Ejercicio 5: El Baúl de los Recuerdos (Memoria Autobiográfica)

La memoria sobre nuestra propia vida es fundamental. Tómese su tiempo, cierre los ojos si lo necesita, y escriba **tres cosas que le encantaba hacer cuando tenía 20 años**.

1. _____

2. _____

3. _____

¡Excelente trabajo! Ha completado su sesión de gimnasia mental de hoy.