

Ejercicios de Memoria y Atención para Mayores

Lección 5

Ejercicio 1: El Armario (Memoria Visual)

Instrucciones: Observe atentamente los objetos que están guardados en este armario durante **1 minuto**. Intente memorizar qué objeto está en cada lugar.

Gafas	Llaves	Reloj
Pastillas	Monedas	Anillo

Doble la hoja por la línea de puntos para tapar el armario de arriba.

Ahora, responda: Sin mirar la parte superior, escriba el nombre de los objetos en el lugar exacto donde estaban guardados.

Ejercicio 2: Símbolos Secretos (Atención y Memoria)

Instrucciones: A cada número le corresponde un símbolo. Observe la clave y luego dibuje el símbolo correcto debajo de cada número en la cuadrícula inferior.

Clave de Símbolos:

1	2	3	4	5
★	○	△	□	◇

¡A trabajar! Complete las casillas vacías lo más rápido que pueda:

3	1	4	2	5	1	3	4	2

5	3	1	5	4	2	1	5	3

Ejercicio 3: Sabiduría Popular (Memoria Semántica)

Instrucciones: La memoria a largo plazo guarda nuestros mejores recuerdos y saberes. Complete los siguientes refranes populares escribiendo la parte que falta.

1. A quien madruga, _____.
2. Más vale pájaro en mano, _____.
3. No hay mal que por bien _____.
4. Perro ladrador, _____.
5. En boca cerrada, _____.

Ejercicio 4: El Juego de las Letras (Fluidez Verbal)

Instrucciones: Piense y escriba **tres palabras** para cada una de las siguientes categorías. ¡El único requisito es que todas las palabras deben empezar con la letra **C**!

- **Tres Animales:**

_____ , _____ , _____

- **Tres Alimentos o Comidas:**

_____ , _____ , _____

- **Tres Objetos de la Casa:**

_____ , _____ , _____

- **Tres Nombres Propios de Persona:**

_____ , _____ , _____

Ejercicio 5: La Rutina de Don Roberto (Memoria Reciente)

Instrucciones: Lea el siguiente texto con atención un par de veces.

*"Don Roberto salió de su casa el jueves por la mañana con su perro Toby. Primero fue a la farmacia a comprar sus medicinas. Luego, se dirigió a la panadería donde compró dos barras de pan y unas galletas de vainilla. Regresó a casa justo a las 12 del me-
diodía para preparar el almuerzo."*

Doble la hoja por la línea de puntos para no ver el texto.

Responda a las siguientes preguntas según lo leído:

1. ¿Qué día de la semana salió de casa? _____
2. ¿Cómo se llama su perro? _____
3. ¿Dónde fue primero? _____
4. ¿Qué compró en la panadería? _____
5. ¿A qué hora regresó a casa? _____