TOMO 5

ACTIVIDADES COGNITIVAS

Memoria, atención, lenguaje y funciones ejecutivas



PleniActiva - Actividades para Adultos Mayores

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Todos

Nombrar objetos por categoría



Objetivo

Estimular el acceso léxico y la organización semántica evocando palabras dentro de una categoría dada.

Indicaciones

- Elige categorías familiares y cotidianas para la persona.
- Comienza con categorías amplias y luego más específicas.
- Acepta cualquier respuesta válida sin exigir cantidad.

Precauciones

- No apures ni completes las palabras por la persona.
- Adapta la dificultad según la fluidez observada.
- No corrijas con dureza los errores de denominación.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso

1. Elige una categoría, por ejemplo frutas o animales.
2. Pide a la persona que nombre todos los que recuerde.
3. Anota mentalmente las palabras evocadas para dar seguimiento.
4. Si se detiene, ofrece una pista semántica suave.
5. Cierra reconociendo el esfuerzo y cambia de categoría.

Consejo del terapeuta:
Refuerza cada aporte con calma para mantener la motivación.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Leve

Evocar palabras que empiezan con una letra



Objetivo

Trabajar la fluidez verbal fonológica mediante la búsqueda de palabras con una inicial determinada.

Indicaciones

- Elige letras frecuentes como M, P o C.
- Da un tiempo prudente para pensar cada palabra.
- Permite palabras de uso cotidiano y nombres comunes.

Precauciones

- No presiones con cronómetros visibles que generen ansiedad.
- Adapta la letra si resulta demasiado dificil.
- No descalifiques respuestas parcialmente correctas.

Materiales

- Papel
- Lápiz

Paso a paso



1. Indica la letra elegida en voz alta.
2. Pide que diga palabras que empiecen con esa letra.
3. Anota las palabras evocadas en una lista.
4. Ofrece una pista si la persona se bloquea.
5. Lee la lista final juntos y celebra el resultado.

Consejo del terapeuta: Empieza con letras fáciles para generar confianza desde el inicio.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Ordenar una secuencia de pasos



Objetivo

Fortalecer la planificación y el razonamiento secuencial ordenando las etapas de una tarea.

Indicaciones

- Elige actividades conocidas como preparar un té.
- Presenta pocos pasos al principio y aumenta gradualmente.
- Verbaliza junto a la persona el orden lógico.

Precauciones

- No apures la reflexión sobre cada paso.
- Adapta el número de pasos a la capacidad actual.
- No corrijas con dureza si invierte el orden.

Materiales

Tarjetas con imágenes de pasos.

Paso a paso



1. Muestra las tarjetas desordenadas sobre la mesa.
2. Explica cuál es la actividad completa a ordenar.
3. Pide que coloque las tarjetas en orden lógico.
4. Acompaña con preguntas sobre qué va antes y después.
5. Repasen juntos la secuencia final en voz alta.

Consejo del terapeuta: Relaciona la secuencia con rutinas reales de la persona.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Reconocer sonidos cotidianos



Objetivo

Estimular la atención auditiva y las gnosias reconociendo sonidos del entorno diario.

Indicaciones

- Elige sonidos claros y familiares.
- Reproduce cada sonido de forma aislada.
- Da tiempo para identificar antes de dar la respuesta.

Precauciones

- Controla el volumen para no incomodar.
- Adapta la dificultad usando sonidos más evidentes.
- No corrijas de forma tajante los errores.

Materiales

- Grabaciones de sonidos
- Parlante o teléfono

Paso a paso



1. Prepara varias grabaciones de sonidos cotidianos.
2. Reproduce el primer sonido a un volumen cómodo.
3. Pide que identifique de qué sonido se trata.
4. Confirma la respuesta o da una pista si es necesario.
5. Continúa con los siguientes sonidos de la lista.

Consejo del terapeuta: Comenta luego dónde se escucha cada sonido en la vida diaria.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Leve

Recordar una lista de compras



Objetivo

Ejercitar la memoria de trabajo y el recuerdo diferido con una lista breve de productos.

Indicaciones

- Comienza con listas cortas de tres a cinco elementos.
- Lee la lista con claridad y sin prisa.
- Permite repasar la lista una segunda vez si hace falta.

Precauciones

- No aumentes la cantidad de golpe.
- Adapta la extensión de la lista al desempeño.
- No muestres decepción ante los olvidos.

Materiales

Papel

Lápiz

Paso a paso



1. Elige una lista breve de productos habituales.
2. Lee la lista en voz alta pausadamente.
3. Conversa unos minutos sobre otro tema como distractor.
4. Pide que recuerde los productos de la lista.
5. Repasen juntos cuáles se recordaron y cuáles no.

Consejo del terapeuta: Sugiere agrupar los productos por tipo para recordarlos mejor.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Todos

Ubicarse en el calendario



Objetivo

Reforzar la orientación temporal identificando día, mes, estación y fechas relevantes.

Indicaciones

- Usa un calendario grande y visible.
- Relaciona la fecha con acontecimientos cercanos.
- Repite la actividad de forma regular en la rutina.

Precauciones

- No expongas a la persona ante errores frente a otros.
- Adapta las preguntas al nivel de orientación.
- No insistas si aparece frustración.

Materiales

Calendario | Lápiz

Paso a paso



1. Coloca el calendario a la vista de la persona.
2. Pregunta por el día de la semana actual.
3. Continúa con el mes y la estación del año.
4. Marca juntos la fecha de hoy en el calendario.
5. Comenten qué evento cercano se aproxima.

Consejo del terapeuta: Vincula la fecha con cumpleaños o fiestas para dar significado.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Cálculo con situaciones de compra



Objetivo

Ejercitar el cálculo mental funcional resolviendo pequeñas operaciones de compra y vuelto.

Indicaciones

- Usa cantidades sencillas y realistas.
- Presenta las operaciones como situaciones cotidianas.
- Permite el uso de billetes de juguete como apoyo.

Precauciones

- No apures la resolución del cálculo.
- Adapta la dificultad de las cifras al nivel.
- No corrijas con dureza los errores aritméticos.

Materiales



Billetes y monedas de juguete





Papel

Paso a paso



1 Plantea una compra sencilla con un precio claro.

2 Pide que calcule cuánto debe pagar.

3 Indica con cuánto dinero paga la persona.

4 Pide que calcule el vuelto correspondiente.

5 Verifiquen juntos el resultado con el dinero de juguete.

Consejo del terapeuta: Relaciona los ejercicios con compras que la persona suele hacer.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Todos

Describir una imagen con detalle



Objetivo

Estimular el lenguaje descriptivo y la atención visual detallando los elementos de una lámina.

Indicaciones

- Elige imágenes ricas en detalles y colores.
- Anima a describir personas, objetos y acciones.
- Formula preguntas abiertas que inviten a ampliar.

Precauciones

- No interrumpas la descripción de la persona.
- Adapta la complejidad de la imagen al nivel.
- No corrijas cada detalle de forma insistente.

Materiales

Lámina o fotografía con detalle.

Paso a paso

1 Muestra la imagen y da tiempo para observarla.

2 Pide que describa lo que ve en general.

3 Guía con preguntas sobre colores y acciones.

4 Invita a mencionar detalles pequeños de la escena.

5 Resuman juntos lo que ocurre en la imagen.

Consejo del terapeuta: Elige imágenes ligadas a sus intereses para motivar la descripción.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Leve

Asociar refranes con su significado



Objetivo

Trabajar el lenguaje figurado y la memoria semántica completando y explicando refranes populares.

Indicaciones

- Elige refranes muy conocidos de la cultura local.
- Permite que la persona los completa con sus palabras.
- Conversa sobre el sentido de cada refrán.

Precauciones

- No apures la evocación del refrán.
- Adapta la lista si algunos resultan desconocidos.
- No descalifiques interpretaciones distintas.

Materiales

- Lista de refranes.

Paso a paso

1. Di la primera parte de un refrán conocido.
2. Pide que complete la segunda parte.
3. Conversen sobre qué significa ese refrán.
4. Pregunta si recuerda una situación donde aplique.
5. Continúa con otros refranes de la lista.

Consejo del terapeuta: Aprovecha los refranes para evocar recuerdos y anécdotas.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Encontrar diferencias entre dos imágenes



Objetivo

Ejercitar la atención sostenida y la exploración visual detectando diferencias entre dos láminas similares.

Indicaciones

- Comienza con imágenes de pocas diferencias.
- Anima a recorrer la imagen de forma ordenada.
- Da tiempo suficiente para la búsqueda.

Precauciones

- No señales las diferencias antes de tiempo.
- Adapta la cantidad de diferencias al nivel.
- No transmitas impaciencia si tarda.

Materiales

- Par de imágenes con diferencias.

Paso a paso



1. Coloca las dos imágenes una junto a la otra.
2. Explica que existen diferencias entre ambas.
3. Pide que las busque una por una.
4. Marca junto a la persona cada diferencia hallada.
5. Cuenten al final cuántas diferencias encontraron.

Consejo del terapeuta: Sugiere mirar por zonas para no perder detalle

PLENI ACTIVA

Estimulación cognitiva

Nivel: Todos

Reconocer objetos por el tacto



Objetivo

Estimular las gnosias táctiles identificando objetos cotidianos sin ayuda de la vista.

Indicaciones

- Elige objetos seguros y de formas distintas.
- Cubre la vista solo si la persona está cómoda.
- Permite explorar el objeto con las manos sin prisa.

Precauciones

- No uses objetos con puntas o bordes filosos.
- Adapta la actividad si hay pérdida de sensibilidad.
- No fuerces a tapar los ojos si genera inquietud.

Materiales



Bolsa opaca



Objetos cotidianos seguros

Paso a paso



1. Coloca varios objetos dentro de una bolsa opaca.
2. Pide que introduzca la mano sin mirar.
3. Invita a explorar un objeto con el tacto.
4. Pide que adivine de qué objeto se trata.
5. Muestren el objeto para confirmar la respuesta.

Consejo del terapeuta: Empieza con objetos muy conocidos para dar seguridad.

PLENI ACTIVA

Estimulación cognitiva

Nivel: Moderado

Copiar figuras geométricas



Objetivo

Trabajar las praxias visoconstructivas reproduciendo figuras geométricas de dificultad creciente.

Indicaciones

- Comienza con figuras simples como el cuadrado.
- Aumenta la complejidad de forma gradual.
- Ofrece un modelo claro y bien visible.

Precauciones

- No exijas precisión perfecta en el trazo.
- Adapta el tamaño de las figuras a la visión.
- No corrijas con dureza los trazos imperfectos.

Materiales

- Hojas con figuras modelo
- Lápiz

Paso a paso



1. Muestra una figura geométrica sencilla como modelo.
2. Pide que la observa con atención.
3. Invita a copiarla en el espacio en blanco.
4. Compara juntos el modelo y la copia.
5. Continúa con una figura un poco más compleja.

Consejo del terapeuta: Valora el intento más que la exactitud del resul

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Leve

Recordar detalles de un relato



Objetivo

Ejercitar la memoria verbal y la comprensión recordando detalles de una historia breve leída.

Indicaciones

- Elige relatos cortos con pocos personajes.
- Lee con claridad y ritmo pausado.
- Formula preguntas concretas sobre el relato.

Precauciones

- No apures las respuestas a las preguntas.
- Adapta la longitud del relato al nivel.
- No enfatices los detalles olvidados.

Materiales

Relato breve impreso.

Paso a paso



1. Lee en voz alta un relato corto.
2. Comenten brevemente de qué trataba la historia.
3. Formula preguntas sobre los personajes y sucesos.
4. Da tiempo para recordar cada detalle.
5. Repasen juntos el relato completando lo olvidado.

Consejo del terapeuta:
Elige historias con temas que interesen a la persona.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Clasificar objetos por criterios



Objetivo

Estimular la categorización y la flexibilidad cognitiva agrupando objetos según distintos criterios.

Indicaciones

- Comienza con criterios simples como el color.
- Cambia luego a criterios como forma o uso.
- Permite justificar cada agrupación.

Precauciones

- No impongas un único criterio válido.
- Adapta la cantidad de objetos al nivel.
- No corrijas con dureza las clasificaciones.

Materiales

- Objetos variados
- Recipientes o bandejas

Paso a paso

1. Coloca varios objetos variados sobre la mesa.
2. Propón un criterio de clasificación, por ejemplo color.
3. Pide que agrupe los objetos según ese criterio.
4. Cambia el criterio y pide reorganizarlos.
5. Conversen sobre las distintas formas de agrupar.

Consejo del terapeuta:

Muestra que un mismo grupo puede ordenarse de varias maneras

14

Lenguaje

Nivel: Leve

Completar palabras incompletas



Objetivo

Reforzar el acceso léxico completando palabras a las que faltan algunas letras.

Indicaciones

- Elige palabras frecuentes y familiares.
- Deja pistas suficientes con las letras visibles.
- Permite decir la palabra en voz alta.

Precauciones

- No apures la búsqueda de la palabra.
- Adapta la cantidad de letras faltantes.
- No corrijas con dureza los intentos.

Materiales

- Tarjetas con palabras incompletas
- Lápiz

Paso a paso



1. Muestra una palabra con algunas letras faltantes.
2. Pide que descubra de qué palabra se trata.
3. Ofrece una pista de significado si se bloquea.
4. Anota la palabra completa junto a la persona.
5. Continúa con la siguiente tarjeta.

Consejo del terapeuta: Ajusta la cantidad de letras ocultas según su facilidad.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Seguir consignas de dos pasos



Objetivo

Ejercitar la atención y la memoria de trabajo ejecutando instrucciones de dos acciones consecutivas.

Indicaciones

- Formula consignas claras y breves.
- Comienza con dos pasos y aumenta si es posible.
- Repite la consigna si la persona lo solicita.

Precauciones

- No encadenes demasiadas acciones de golpe.
- Adapta la complejidad de las consignas.
- No corrijas con dureza los errores de secuencia.

Materiales



Objetos cotidianos de la mesa.

Paso a paso



1. Coloca varios objetos sencillos sobre la mesa.
2. Da una consigna de dos pasos con claridad.
3. Pide que la repite antes de ejecutarla.
4. Observa cómo realiza ambas acciones.
5. Reconoce el logro y propón otra consigna.

Consejo del terapeuta: Aumenta los pasos solo cuando resuelva con comodidad.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Evocar recuerdos con objetos antiguos



Objetivo

Favorecer la reminiscencia y la memoria autobiográfica a partir de objetos evocadores del pasado.

Indicaciones

- Elige objetos relacionados con su época.
- Invita a compartir recuerdos sin exigir precisión.
- Escucha con interés cada relato.

Precauciones

- No fuerces recuerdos que generen malestar.
- Adapta los objetos a la historia de la persona.
- No corrijas datos del recuerdo con insistencia.

Materiales

- Objetos o fotografías antiguas.

Paso a paso



1. Presenta un objeto antiguo a la persona.
2. Pregunta si lo reconoce y para qué servía.
3. Invita a recordar cuándo lo usaba.
4. Escucha el recuerdo asociado con atención.
5. Comenten juntos cómo era la vida en esa época.

Consejo del terapeuta: Prioriza el placer de recordar por encima de la exactitud.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Identificar la palabra intrusa



Objetivo

Estimular el razonamiento categorial detectando la palabra que no pertenece a un grupo.

Indicaciones

- Usa grupos de palabras con una categoría clara.
- Incluye una palabra ajena bien diferenciada.
- Pide que explique por qué sobra.

Precauciones

- No adelantes cuál es la palabra intrusa.
- Adapta la dificultad del grupo al nivel.
- No descalifiques justificaciones alternativas.

Materiales

- Lista de grupos de palabras.



Paso a paso



1. Lee un grupo de cuatro palabras en voz alta.
2. Pide que identifique la que no encaja.
3. Invita a explicar el motivo de su elección.
4. Confirma la categoría común del resto.
5. Continúa con el siguiente grupo de palabras.

Consejo del terapeuta: Valora el razonamiento aunque la elección sea distinta a la esperada.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Moderado

Ubicarse en el espacio de la casa



Objetivo

Reforzar la orientación espacial describiendo la distribución de los ambientes del hogar.

Indicaciones

- Parte de ambientes muy conocidos.
- Pide describir la ubicación de cada espacio.
- Relaciona los ambientes con actividades diarias.

Precauciones

- No expongas errores de forma incómoda.
- Adapta las preguntas al nivel de orientación.
- No insistas si aparece confusión.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Pregunta cuántos ambientes tiene su hogar.
2. Pide que describa dónde está la cocina.
3. Continúa con otros ambientes de la casa.
4. Invita a explicar cómo ir de uno a otro.
5. Comenten qué actividad hace en cada espacio.

Consejo del terapeuta: Vincula cada ambiente con una rutina para reforzar la ubicación.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Memorizar pares de imágenes



Objetivo

Ejercitar la memoria visual asociando y recordando pares de imágenes relacionadas.

Indicaciones

- Elige pares con relación lógica evidente.
- Presenta pocos pares al comienzo.
- Repite la presentación si es necesario.

Precauciones

- No aumentes la cantidad de pares de golpe.
- Adapta el número de pares al desempeño.
- No enfatices los pares olvidados.

Materiales

- Tarjetas con pares de imágenes.

Paso a paso



1. Muestra varios pares de imágenes relacionadas.
2. Comenta en voz alta la relación de cada par.
3. Retira las tarjetas de la vista.
4. Muestra una imagen y pide recordar su par.
5. Repasen juntos los pares recordados.

Consejo del terapeuta: Usa asociaciones con sentido para facilitar el recuerdo.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Contar hacia atrás desde un número



Objetivo

Estimular la atención y el cálculo mental contando de forma regresiva con distintos intervalos.

Indicaciones

- Comienza contando de uno en uno.
- Avanza a intervalos de dos o de tres.
- Da tiempo para cada resta mental.

Precauciones

- No apures el ritmo del conteo.
- Adapta el intervalo a la facilidad de cálculo.
- No corrijas con dureza los saltos de número.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso

1. Elige un número de partida cómodo.
2. Pide que cuente hacia atrás de uno en uno.
3. Propón luego restar de dos en dos.
4. Acompaña con calma cada paso del conteo.
5. Reconoce el esfuerzo al llegar al final.

Consejo del terapeuta:
Aumenta el intervalo solo cuando el conteo sea fluido.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Reconocer rostros conocidos



Objetivo

Favorecer la memoria de personas y la reminiscencia identificando rostros de familiares en fotografías.

Indicaciones

- Usa fotos claras de personas cercanas.
- Invita a nombrar a cada persona.
- Conversa sobre el vínculo con cada una.

Precauciones

- No fuerces el reconocimiento si no aparece.
- Adapta la selección de fotos a la historia personal.
- No transmitas frustración ante los olvidos.

Materiales

Fotografías de familiares.

Paso a paso



1. Muestra una fotografía de una persona cercana.
2. Pregunta si reconoce quién aparece en ella.
3. Invita a decir su nombre y su parentesco.
4. Conversen sobre algún recuerdo con esa persona.
5. Continúa con las siguientes fotografías.

Consejo del terapeuta: Acompaña cada rostro con una anécdota que refuerce el vínculo.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Planear una salida paso a paso



Objetivo

Trabajar la planificación anticipando y ordenando los pasos necesarios para una salida cotidiana.

Indicaciones

- Elige una salida sencilla y realista.
- Anima a pensar qué se necesita antes de salir.
- Ayuda a ordenar los pasos de forma lógica.

Precauciones

- No apures la planificación de cada paso.
- Adapta la complejidad de la salida al nivel.
- No corrijas con dureza el orden propuesto.

Materiales

- Papel
- Lápiz

Paso a paso



1. Propón una salida concreta como ir a comprar pan.
2. Pregunta qué necesita llevar consigo.
3. Pide que enumere los pasos desde salir hasta volver.
4. Anoten juntos la lista de pasos en orden.
5. Repasen el plan completo en voz alta.

Consejo del terapeuta: Relaciona la planificación con salidas que la persona realmente hace.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Discriminar colores y tonos



Objetivo

Estimular la atención visual y la discriminación perceptiva agrupando y comparando colores y tonalidades.

Indicaciones

- Usa colores bien diferenciados al inicio.
- Introduce tonos parecidos de forma gradual.
- Nombra los colores junto a la persona.

Precauciones

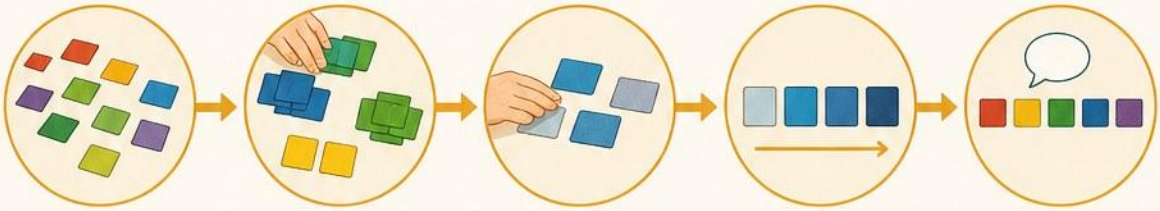
- Ten en cuenta posibles dificultades visuales.
- Adapta la actividad si hay problemas para distinguir colores.
- No corrijas con dureza los emparejamientos.

Materiales



Tarjetas o fichas de colores.

Paso a paso



1. Coloca fichas de distintos colores sobre la mesa.
2. Pide que agrupe las del mismo color.
3. Introduce tonos parecidos del mismo color.
4. Invita a ordenarlos del más claro al más oscuro.
5. Nombren juntos cada color al finalizar.

Consejo del terapeuta: Comienza con colores contrastantes para asegurar el éxito.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Recordar una melodía conocida



Objetivo

Favorecer la memoria musical y la reminiscencia reconociendo y evocando canciones familiares.

Indicaciones

- Elige canciones populares de su juventud.
- Tararea o reproduce fragmentos breves.
- Invita a cantar o seguir el ritmo.

Precauciones

- Cuida el volumen de la reproducción.
- Adapta las canciones a los gustos de la persona.
- No insistas si prefiere solo escuchar.

Materiales

Grabaciones de canciones conocidas.

Paso a paso



1. Reproduce un fragmento de una canción conocida.
2. Pregunta si reconoce la melodía.
3. Invita a decir el título o el intérprete.
4. Anima a cantar o tararear un fragmento.
5. Conversen sobre recuerdos ligados a esa canción.

Consejo del terapeuta: La música familiar suele abrir recuerdos con facilidad.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Formar frases con palabras dadas



Objetivo

Estimular la construcción sintáctica y la fluidez creando frases con palabras propuestas.

Indicaciones

- Ofrece palabras cotidianas y concretas.
- Comienza con una palabra y aumenta la cantidad.
- Acepta frases sencillas y con sentido.

Precauciones

- No apures la construcción de la frase.
- Adapta el número de palabras al nivel.
- No corrijas con dureza la estructura.

Materiales



- Tarjetas con palabras.

Paso a paso



1. Muestra una palabra a la persona.
2. Pide que forme una frase que la incluya.
3. Agrega una segunda palabra para una nueva frase.
4. Invita a combinar ambas palabras en una frase.
5. Repasen juntos las frases construidas.

Consejo del terapeuta: Elige palabras ligadas a su vida diaria para facilitar la tarea.

PLENI ACTIVA

Estimulación cognitiva

Nivel: Todos

Reconocer sabores y olores



Objetivo

Estimular las gnosias olfativas y gustativas identificando aromas y sabores cotidianos.

Indicaciones

- Usa alimentos y aromas seguros y familiares.
- Presenta un estímulo por vez.
- Da tiempo para percibir antes de responder.

Precauciones

- Verifica que no existan alergias alimentarias.
- Adapta la actividad a las restricciones de dieta.
- No fuerces a probar si la persona no desea.

Materiales

- Alimentos aromáticos seguros
- Recipientes pequeños

Paso a paso



1. Prepara aromas conocidos en recipientes.
2. Acerca uno para que lo huela sin verlo.
3. Pide que identifique el aroma.
4. Ofrece un pequeño sabor si es apropiado.
5. Comenten con qué comidas asocia ese aroma.

Consejo del terapeuta: Elige aromas ligados a recuerdos de cocina para enriquecer la actividad.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Resolver adivinanzas sencillas



Objetivo

Ejercitar el razonamiento y el lenguaje deductivo resolviendo adivinanzas populares.

Indicaciones

- Elige adivinanzas conocidas y con pistas claras.
- Lee la adivinanza pausadamente.
- Ofrece pistas adicionales si se bloquea.

Precauciones

- No reveles la respuesta demasiado pronto.
- Adapta la dificultad de las adivinanzas.
- No transmitas impaciencia si tarda.

Materiales

Lista de adivinanzas.

Paso a paso



1. Lee una adivinanza sencilla en voz alta.
2. Da tiempo para pensar la respuesta.
3. Ofrece una pista si la persona lo necesita.
4. Confirma la respuesta correcta con calma.
5. Continúa con la siguiente adivinanza.

Consejo del terapeuta:
Las adivinanzas conocidas de su infancia suelen resultar motivadoras.

PLENI ACTIVA

Ordenar números de menor a mayor



Objetivo

Reforzar el sentido numérico y la secuenciación ordenando cifras de menor a mayor y a la inversa.

Indicaciones

- Usa números de pocas cifras al inicio.
- Aumenta la cantidad de números gradualmente.
- Permite comparar de a pares.

Precauciones

- No apures el ordenamiento.
- Adapta la cantidad de números al nivel.
- No corrijas con dureza los errores de orden.

Materiales

Tarjetas con números.

Paso a paso



1. Coloca varias tarjetas con números desordenados.
2. Pide que las ordena de menor a mayor.
3. Comparen juntos el resultado obtenido.
4. Propón ahora ordenarlas de mayor a menor.
5. Repasen la nueva secuencia en voz alta.

Consejo del terapeuta: Comienza con pocos números para asegurar la comprensión.

Lenguaje

Nivel: Todos

Nombrar partes del cuerpo



Objetivo

Reforzar el vocabulario corporal y el esquema del cuerpo nombrando y señalando distintas partes.

Indicaciones

- Comienza con partes muy conocidas.
- Pide señalar y nombrar a la vez.
- Avanza hacia partes menos frecuentes.

Precauciones

- No apures las respuestas.
- Adapta la lista a la movilidad de la persona.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Nombra una parte del cuerpo conocida.
2. Pide que la señala en sí misma.
3. Invierte la consigna señalando tú una parte.
4. Pide que nombre la parte señalada.
5. Continúa con partes cada vez más específicas.

Consejo del terapeuta: Combina nombrar y señalar para reforzar el esquema corporal.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Recordar una secuencia de números



Objetivo

Ejercitar la memoria de trabajo repitiendo secuencias de números de longitud creciente.

Indicaciones

- Comienza con series de dos o tres números.
- Aumenta la longitud de forma progresiva.
- Pronuncia cada número con claridad.

Precauciones

- No aumentes la longitud demasiado rápido.
- Adapta la cantidad de dígitos al desempeño.
- No enfatices los errores de repetición.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Di una serie corta de números en voz alta.
2. Pide que la repite en el mismo orden.
3. Agrega un número a la serie siguiente.
4. Continúa aumentando la longitud gradualmente.
5. Detente en la longitud cómoda y reconoce el logro.

Consejo del terapeuta: Detente en el nivel donde la persona responde con seguridad.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Leve

Asociar profesiones con herramientas



Objetivo

Estimular la memoria semántica relacionando oficios con los objetos que utilizan.

Indicaciones

- Elige profesiones muy conocidas.
- Presenta las herramientas de forma clara.
- Conversa sobre cada oficio.

Precauciones

- No apures las asociaciones.
- Adapta la lista a la experiencia de la persona.
- No descalifiques respuestas razonables.

Materiales



Tarjetas de profesiones y herramientas.

Paso a paso



1. Muestra la imagen de una profesión.
2. Pregunta qué herramientas usa ese oficio.
3. Presenta imágenes de herramientas variadas.
4. Pide que asocie cada herramienta con su oficio.
5. Conversen sobre alguna profesión conocida por la persona.

Consejo del terapeuta: Aprovecha los oficios cercanos a su historia para conversar.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Trazar laberintos sencillos



Objetivo

Ejercitar la atención sostenida y la planificación motriz siguiendo el recorrido de un laberinto.

Indicaciones

- Comienza con laberintos cortos y anchos.
- Aumenta la complejidad de forma gradual.
- Permite usar el dedo antes que el lápiz.

Precauciones

- No apures el recorrido.
- Adapta el tamaño del laberinto a la visión.
- No corrijas con dureza los caminos equivocados.

Materiales

- Hojas con laberintos
- Lápiz

Paso a paso



1. Presenta un laberinto sencillo en la hoja.
2. Muestra dónde comienza y dónde termina.
3. Invita a recorrerlo primero con el dedo.
4. Pide que trace el camino con el lápiz.
5. Repasen juntos el recorrido logrado.

Consejo del terapeuta: Deja que recorra con el dedo antes de trazar para ganar confianza.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Leve

Recordar acontecimientos del día



Objetivo

Reforzar la memoria episódica reciente recordando actividades realizadas durante el día.

Indicaciones

- Formula preguntas sobre momentos concretos.
- Sigue un orden temporal del día.
- Ayuda con pistas suaves si hace falta.

Precauciones

- No expongas los olvidos de forma incómoda.
- Adapta las preguntas al nivel de memoria.
- No insistas si aparece frustración.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Pregunta qué desayunó esa mañana.
2. Continúa preguntando por la actividad siguiente.
3. Recorran el día en orden hasta el momento actual.
4. Ofrece pistas suaves ante los olvidos.
5. Resuman juntos lo que hizo durante el día.

Consejo del terapeuta: Sigue el orden del día para facilitar el recuerdo encadenado.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Reconocer objetos por su descripción



Objetivo

Estimular la comprensión verbal y el razonamiento identificando objetos a partir de sus características.

Indicaciones

- Describe objetos cotidianos con detalle.
- Menciona forma, uso y material.
- Da tiempo para deducir el objeto.

Precauciones

- No reveles el objeto demasiado pronto.
- Adapta la dificultad de las descripciones.
- No transmitas impaciencia si tarda.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Elige un objeto cotidiano sin nombrarlo.
2. Describe su forma y su color.
3. Añade para qué sirve ese objeto.
4. Pide que adivine de qué objeto se trata.
5. Confirma la respuesta y elige otro objeto.

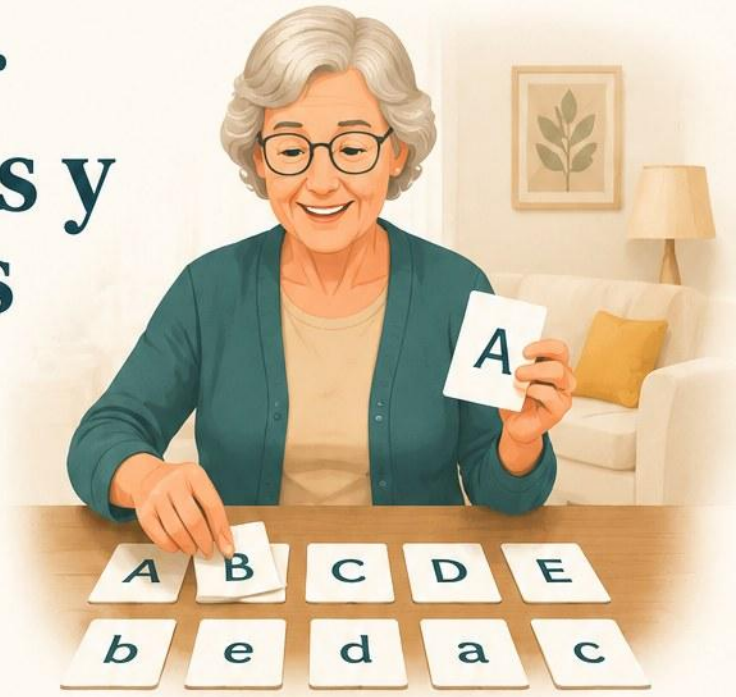
Consejo del terapeuta:
Ajusta el nivel de pistas según la facilidad de la persona.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Leve

Emparejar mayúsculas y minúsculas



Objetivo

Ejercitar la atención y el reconocimiento de letras emparejando su forma mayúscula y minúscula.

Indicaciones

- Usa letras de trazo claro y grande.
- Comienza con pocas letras.
- Nombra cada letra al emparejarla.

Precauciones

- No apures el emparejamiento.
- Adapta la cantidad de letras al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales

Tarjetas con letras mayúsculas y minúsculas.

Paso a paso



1. Coloca las tarjetas de mayúsculas en una fila.
2. Coloca las minúsculas mezcladas debajo.
3. Pide que empareje cada letra con su forma.
4. Nombren juntos cada letra emparejada.
5. Revisen los pares al finalizar.

Consejo del terapeuta: Empieza con letras muy diferentes entre sí para facilitar la tarea.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Estimar cantidades a simple vista



Objetivo

Trabajar el sentido numérico estimando y luego verificando la cantidad de objetos de un conjunto.

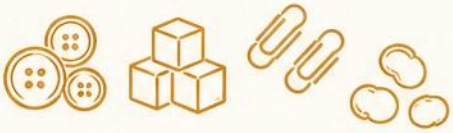
Indicaciones

- Usa conjuntos de pocos objetos al inicio.
- Invita a estimar antes de contar.
- Verifiquen la estimación contando juntos.

Precauciones

- No apures la estimación.
- Adapta la cantidad de objetos al nivel.
- No corrijas con dureza las estimaciones.

Materiales



Objetos pequeños contables.

Paso a paso



1. Coloca un grupo de objetos sobre la mesa.
2. Pide que estime cuántos hay sin contar.
3. Anota la estimación propuesta.
4. Cuenten juntos los objetos uno por uno.
5. Comparen la estimación con el número real.

Consejo del terapeuta: Valora el acercamiento razonable más que el número exacto.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Leve

Recordar nombres de ciudades



Objetivo

Estimular la memoria semántica y la fluidez evocando nombres de ciudades o pueblos conocidos.

Indicaciones

- Comienza por lugares cercanos y familiares.
- Amplía luego a ciudades más lejanas.
- Conversa sobre los lugares mencionados.

Precauciones

- No apures la evocación.
- Adapta el alcance geográfico al nivel.
- No descalifiques respuestas imprecisas.

Materiales

- Mapa opcional.

Paso a paso

1. Pide que nombre ciudades que conozca.
2. Comienza por las más cercanas a su hogar.
3. Invita a recordar lugares que visitó.
4. Conversen sobre alguna ciudad mencionada.
5. Anoten juntos la lista de ciudades evocadas.

Consejo del terapeuta:
Aprovecha los lugares visitados para conversar y evocar recuerdos.

PLENI ACTIVA

Estimulación cognitiva

Nivel: Todos

Imitar gestos y posturas



Objetivo

Trabajar las praxias y la atención imitando secuencias de gestos y posturas simples.

Indicaciones

- Comienza con gestos sencillos de una mano.
- Aumenta la complejidad de forma gradual.
- Realiza los gestos frente a la persona.

Precauciones

- Respeta las limitaciones de movilidad.
- Adapta los gestos a la capacidad motriz.
- No fuerces movimientos que causen molestia.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Realiza un gesto sencillo con la mano.
2. Pide que lo imite tal como lo viste.
3. Encadena dos gestos en una secuencia.
4. Invita a repetir la secuencia completa.
5. Reconoce el esfuerzo y propón nuevos gestos.

Consejo del terapeuta:
Adapta siempre los movimientos a la comodidad de la persona.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Buscar palabras dentro de otra palabra



Objetivo

Estimular la flexibilidad léxica formando palabras nuevas con las letras de una palabra larga.

Indicaciones

- Elige una palabra larga y conocida.
- Anima a formar palabras cortas con sus letras.
- Permite decir palabras de pocas letras.

Precauciones

- No apures la búsqueda de palabras.
- Adapta la longitud de la palabra base.
- No corrijas con dureza los intentos.

Materiales

- Papel
- Lápiz

Paso a paso



1. Escribe una palabra larga en la hoja.
2. Explica que hay palabras ocultas en sus letras.
3. Pide que forme palabras usando esas letras.
4. Anoten juntos cada palabra encontrada.
5. Cuenten cuántas palabras lograron formar.

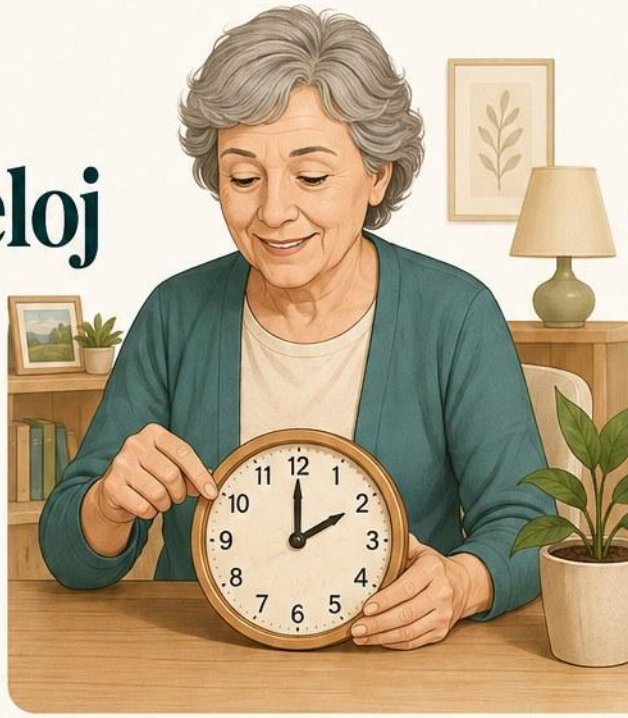
Consejo del terapeuta: Da un ejemplo inicial para que comprenda la consigna.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Moderado

Reconocer la hora en el reloj



Objetivo

Reforzar la orientación temporal y el cálculo leyendo y representando horas en un reloj de agujas.

Indicaciones

- Comienza con horas en punto.
- Avanza hacia medias horas y cuartos.
- Relaciona la hora con actividades del día.

Precauciones

- No apures la lectura de la hora.
- Adapta la dificultad al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales

Reloj de agujas o esfera de práctica.

Paso a paso



1. Muestra un reloj marcando una hora en punto.
2. Pide que lea la hora indicada.
3. Marca ahora una media hora.
4. Invita a colocar las agujas en una hora dada.
5. Relacionen esa hora con una actividad diaria.

Consejo del terapeuta: Vincula las horas con rutinas para dar sentido a la lectura.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Continuar una serie lógica



Objetivo

Estimular el razonamiento y el reconocimiento de patrones completando series de figuras o números.

Indicaciones

- Comienza con patrones simples y repetitivos.
- Aumenta la complejidad gradualmente.
- Invita a explicar la regla de la serie.

Precauciones

- No adelantes la respuesta.
- Adapta la dificultad del patrón al nivel.
- No descalifiques razonamientos alternativos.

Materiales

- Hojas con series
- Lápiz

Paso a paso

1. Presenta una serie sencilla de figuras o números.
2. Pide que observe cómo se repite el patrón.
3. Invita a decir qué elemento sigue.
4. Pregunta qué regla descubrió en la serie.
5. Continúa con una serie un poco más difícil.

Consejo del terapeuta:
Pide que verbalice la regla para afianzar el razonamiento.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Leve

Recordar poemas o versos



Objetivo

Favorecer la memoria verbal y la reminiscencia evocando poemas o versos aprendidos en el pasado.

Indicaciones

- Elige poemas conocidos de su época.
- Comienza recitando el primer verso.
- Invita a continuar sin exigir exactitud.

Precauciones

- No fuerces la memorización.
- Adapta los poemas a su historia personal.
- No corrijas con dureza los versos olvidados.

Materiales

- Poemas impresos.

Paso a paso



1. Recita el primer verso de un poema conocido.
2. Pregunta si recuerda cómo continúa.
3. Invita a completar los versos siguientes.
4. Lean juntos el poema completo.
5. Conversen sobre qué le evoca ese poema.

Consejo del terapeuta: Prioriza el disfrute del poema por encima de la precisión.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Leve

Distinguir derecha e izquierda



Objetivo

Reforzar la orientación espacial y el esquema corporal distinguiendo lados derecho e izquierdo.

Indicaciones

- Comienza con partes del propio cuerpo.
- Avanza hacia objetos del entorno.
- Da consignas claras y de un paso.

Precauciones

- No apures las respuestas.
- Adapta la consigna al nivel.
- No corrijas con dureza las confusiones.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Pide que levante la mano derecha.
2. Continúa con la mano izquierda.
3. Indica que toque su oreja derecha.
4. Señala un objeto y pregunta a qué lado está.
5. Reconoce los aciertos y refuerza con calma.

Consejo del terapeuta:
Usa referencias del propio cuerpo antes de pasar al entorno.

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Nombrar usos posibles de un objeto



Objetivo

Estimular el pensamiento flexible y la creatividad proponiendo distintos usos para un objeto común.

Indicaciones

- Elige un objeto cotidiano y versátil.
- Anima a pensar más allá del uso habitual.
- Acepta todas las ideas razonables.

Precauciones

- No juzgues las ideas propuestas.
- Adapta el objeto a la experiencia de la persona.
- No apures la generación de ideas.

Materiales



Objeto cotidiano.

Paso a paso



1. Muestra un objeto común como un vaso.
2. Pregunta cuál es su uso habitual.
3. Invita a pensar otros usos posibles.
4. Anoten juntos cada idea propuesta.
5. Comenten cuál idea resultó más original.

Consejo del terapeuta: Celebra las ideas originales para estimular la creatividad.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Reconocer banderas o símbolos



Objetivo

Estimular la memoria visual y el conocimiento general identificando banderas o símbolos conocidos.

Indicaciones

- Comienza con símbolos muy familiares.
- Presenta una imagen por vez.
- Conversa sobre lo que representa cada uno.

Precauciones

- No apures el reconocimiento.
- Adapta la selección a la cultura de la persona.
- No transmitas frustración ante los olvidos.

Materiales

Tarjetas con banderas o símbolos.

Paso a paso



1. Muestra la imagen de una bandera conocida.
2. Pregunta a qué país o lugar pertenece.
3. Ofrece una pista si no la reconoce.
4. Conversen sobre ese lugar o símbolo.
5. Continúa con las siguientes imágenes.

Consejo del terapeuta: Elige símbolos ligados a su país y su cultura para motivar.

Atención

Nivel: Todos

Repetir
patrones de palmas



Objetivo

Ejercitar la atención auditiva y el ritmo reproduciendo secuencias de palmas o golpes.

Indicaciones

- Comienza con patrones cortos y lentos.
- Aumenta la longitud de forma gradual.
- Marca cada golpe con claridad.

Precauciones

- Respeta las limitaciones motrices.
- Adapta la velocidad del patrón al nivel.
- No fuerces si aparece molestia en las manos.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Realiza una secuencia corta de palmas.
2. Pide que la repite igual que la escuchó.
3. Añade un golpe más a la escuencia.
4. Invita a repetir el patrón ampliado.
5. Reconoce el logro y varía el ritmo.

Consejo del terapeuta:
Mantén un ritmo cómodo para que la persona no se tense.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Agrupar palabras por sinónimos



Objetivo

Estimular la memoria semántica y el vocabulario relacionando palabras de significado similar.

Indicaciones

- Elige pares de sinónimos muy conocidos.
- Presenta las palabras de a poco.
- Conversa sobre los matices de significado.

Precauciones

- No apures las asociaciones.
- Adapta la dificultad de las palabras al nivel.
- No descalifiques emparejamientos razonables.

Materiales

- Tarjetas con palabras.

Paso a paso



1. Muestra una palabra conocida.
2. Pregunta qué otra palabra significa lo mismo.
3. Presenta varias tarjetas con posibles sinónimos.
4. Pide que empareje cada palabra con su sinónimo.
5. Conversen sobre los pares formados.

Consejo del terapeuta:
Comienza con sinónimos evidentes para dar confianza.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Recordar objetos de una bandeja



Objetivo

Ejercitar la memoria visual a corto plazo recordando objetos observados brevemente en una bandeja.

Indicaciones

- Comienza con pocos objetos.
- Da un tiempo prudente para observar.
- Cubre la bandeja antes de preguntar.

Precauciones

- No aumentes la cantidad de golpe.
- Adapta el número de objetos al desempeño.
- No enfatices los objetos olvidados.

Materiales

- Bandeja
- Objetos cotidianos
- Paño para cubrir

Paso a paso



1. Coloca varios objetos sobre una bandeja.
2. Da unos segundos para observarlos.
3. Cubre la bandeja con un paño.
4. Pide que recuerde qué objetos habia.
5. Descubran la bandeja y comprueben juntos.

Consejo del terapeuta: Ajusta el número de objetos según lo que recuerde con soltura.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Describir cómo llegar a un lugar



Objetivo

Trabajar la planificación y la orientación espacial explicando un recorrido paso a paso.

Indicaciones

- Elige un trayecto conocido y cercano.
- Anima a describir puntos de referencia.
- Ordena el recorrido de principio a fin.

Precauciones

- No apures la descripción del camino.
- Adapta la longitud del trayecto al nivel.
- No corrijas con dureza los errores de recorrido.

Materiales

Papel

Lápiz

Paso a paso



1. Elige un lugar cercano y conocido.
2. Pide que explique cómo llegar desde su casa.
3. Anima a mencionar puntos de referencia.
4. Anoten juntos el recorrido descrito.
5. Repasen el camino completo en orden.

Consejo del terapeuta: Usa trayectos que la persona recorre en su vida diaria.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Reconocer categorías gramaticales simples



Objetivo

Estimular la conciencia lingüística clasificando palabras según sean acciones, objetos o cualidades.

Indicaciones

- Usa palabras de uso cotidiano.
- Explica con ejemplos cada tipo de palabra.
- Comienza con pocas categorías.

Precauciones

- No uses terminología demasiado técnica.
- Adapta la dificultad al nivel.
- No corrijas con dureza las clasificaciones.

Materiales

Tarjetas con palabras.

Paso a paso



1. Explica con ejemplos qué es una acción y un objeto.
2. Muestra una palabra a la persona.
3. Pregunta si nombra un objeto o una acción.
4. Continúa clasificando varias palabras.
5. Repasen juntos los grupos formados.

Consejo del terapeuta: Apóyate en ejemplos concretos antes de pedir clasi

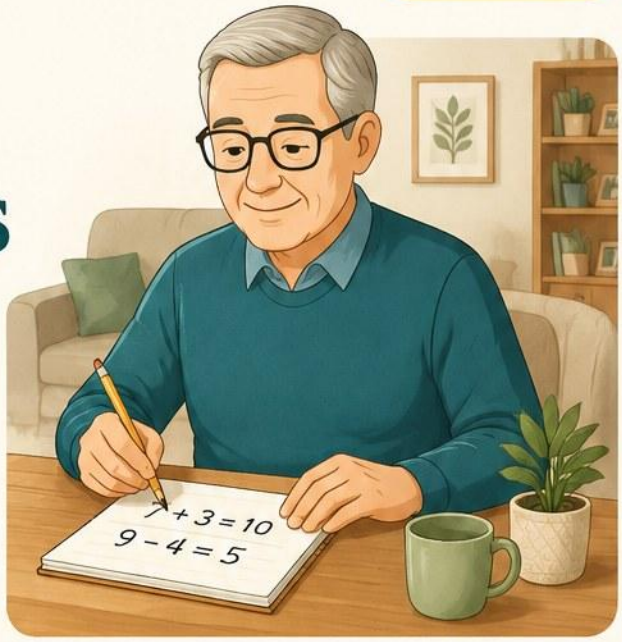
51

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Completar operaciones sencillas



Objetivo

Reforzar el cálculo mental básico resolviendo sumas y restas de una cifra.

Indicaciones

- Comienza con sumas de números pequeños.
- Avanza hacia restas simples.
- Permite apoyarse en dedos u objetos.

Precauciones

- No apures la resolución.
- Adapta la dificultad al nivel de cálculo.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales

Papel

Lápiz

Paso a paso



1. Plantea una suma sencilla en voz alta.
2. Da tiempo para resolverla.
3. Confirma el resultado con calma.
4. Propón luego una resta simple.
5. Repasen juntos las operaciones realizadas.

Consejo del terapeuta: Permite el apoyo en objetos concretos cuando lo necesite.

PLENI ACTIVA

Estimulación cognitiva

Nivel: Todos

Reconocer texturas diferentes



Objetivo

Estimular las gnosias táctiles diferenciando materiales según su textura al tacto.

Indicaciones

- Usa materiales de texturas bien distintas.
- Invita a explorar con las manos.
- Nombra cada textura junto a la persona.

Precauciones

- Evita materiales ásperos que lastimen.
- Adapta la actividad si hay pérdida de sensibilidad.
- No fuerces el contacto con texturas desagradables.

Materiales



Muestras de distintas texturas.

Paso a paso



1. Presenta varias muestras de textura sobre la mesa.
2. Invita a tocar la primera con calma.
3. Pide que describa cómo se siente.
4. Compara dos texturas distintas entre sí.
5. Nombren juntos cada material explorado.

Consejo del terapeuta: Relaciona las texturas con objetos conocidos del hogar.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Leve

Recordar el nombre de los días



Objetivo

Reforzar la orientación temporal ordenando y recordando los días de la semana y su secuencia.

Indicaciones

- Repasen juntos los días en orden.
- Pregunta por el día anterior y el siguiente.
- Relaciona los días con actividades habituales.

Precauciones

- No expongas errores de forma incómoda.
- Adapta las preguntas al nivel.
- No insistas si aparece confusión.

Materiales

Tarjetas con los días de la semana.

Paso a paso



1. Pide que nombre los días de la semana en orden.
2. Pregunta qué día es hoy.
3. Continúa con el día anterior y el siguiente.
4. Relacionen cada día con alguna actividad.
5. Ordenen juntos las tarjetas de los días.

Consejo del terapeuta: Asocia cada día con una rutina para fijar la secuencia.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Agrupar por forma y tamaño



Objetivo

Estimular la discriminación perceptiva grupando objetos según su forma y su tamaño.

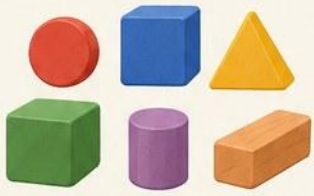
Indicaciones

- Usa objetos de formas y tamaños claros.
- Comienza con un solo criterio.
- Combina forma y tamaño de forma gradual..

Precauciones

- No apures la clasificación.
- Adapta la cantidad de objetos al nivel.
- No corrijas con dureza los agrupamientos..

Materiales



Objetos de distintas formas y tamaños.

Paso a paso



1. Coloca objetos variados sobre la mesa.
2. Pide que los agrupa por forma.
3. Cambia el criterio y pide agrupar por tamaño.
4. Invita a combinar forma y tamaño a la vez.
5. Revisen juntos los grupos formados.

Consejo del terapeuta:
Introduce el segundo criterio solo cuando domine el primero.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Leve

Evocar comidas y sus ingredientes



Objetivo

Estimular la memoria semántica y la reminiscencia recordando platos típicos y sus ingredientes.

Indicaciones

- Elige comidas conocidas por la persona.
- Invita a enumerar los ingredientes.
- Conversa sobre cómo se preparaban.

Precauciones

- No apures la evocación.
- Adapta las comidas a su cultura y gustos.
- No corrijas con dureza los ingredientes olvidados.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Elige un plato típico conocido.
2. Pregunta qué ingredientes lleva.
3. Invita a recordar cómo se prepara.
4. Conversen sobre quién lo cocinaba en su casa.
5. Continúa con otro plato de su preferencia.

Consejo del terapeuta: Aprovecha las recetas familiar
para evocar recuerdos con cariño.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Tachar un símbolo repetido



Objetivo

Ejercitar la atención selectiva y sostenida localizando y marcando un símbolo entre otros distractores.

Indicaciones

- Elige un símbolo objetivo bien definido.
- Comienza con hojas de pocos distractores.
- Anima a recorrer de forma ordenada.

Precauciones

- No apures la búsqueda.
- Adapta la densidad de símbolos al nivel.
- No transmitas impaciencia si tarda.

Materiales

- Hoja con símbolos variados
- Lápiz

Paso a paso



1. Muestra la hoja con distintos símbolos.
2. Indica cuál es el símbolo a buscar.
3. Pide que lo tache cada vez que lo encuentre.
4. Acompaña sugiriendo mirar renglón por renglón.
5. Cuenten juntos cuántos símbolos marcó.

Consejo del terapeuta: Sugiere recorrer por renglones para no saltear símbolos.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Leve

Responder preguntas de conocimiento general



Objetivo

Estimular la memoria semántica y el conocimiento general respondiendo preguntas sobre temas cotidianos.

Indicaciones

- Elige preguntas de dificultad media.
- Formula una pregunta por vez.
- Ofrece pistas cuando sea necesario.

Precauciones

- No conviertas la actividad en un examen.
- Adapta las preguntas a la cultura de la persona.
- No transmitas decepción ante los errores.

Materiales

- Lista de preguntas.

Paso a paso



1. Formula una pregunta de conocimiento general.
2. Da tiempo para pensar la respuesta.
3. Ofrece una pista si se bloquea.
4. Conversen brevemente sobre el tema.
5. Continúa con la siguiente pregunta.

Consejo del terapeuta: Mantén un tono de conversación, no de evaluación.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Dibujar siguiendo instrucciones



Objetivo

Ejercitar la comprensión verbal y las praxias dibujando a partir de instrucciones orales.

Indicaciones

- Da instrucciones claras y de a una.
- Comienza con dibujos simples.
- Permite preguntar si hay dudas.

Precauciones

- No apures el dibujo.
- Adapta la complejidad de las instrucciones.
- No corrijas con dureza el resultado.

Materiales

- Papel
- Lápiz

Paso a paso



1. Pide que dibuje una figura simple, por ejemplo una casa.
2. Da instrucciones para agregar elementos uno a uno.
3. Espera que complete cada instrucción.
4. Continúa hasta terminar el dibujo.
5. Comenten juntos el dibujo obtenido.

Consejo del terapeuta: Da una sola instrucción por vez para facilitar la comprensión.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Recordar canciones de la infancia



Objetivo

Favorecer la reminiscencia y la memoria a largo plazo evocando canciones aprendidas en la niñez.

Indicaciones

- Elige canciones tradicionales conocidas.
- Comienza cantando el primer verso.
- Invita a continuar y a compartir recuerdos.

Precauciones

- No fuerces el canto.
- Adapta las canciones a su cultura.
- No corrijas con dureza las letras olvidadas.

Materiales

- Letras de canciones opcionales.

Paso a paso



1. Canta el comienzo de una canción infantil.
2. Pregunta si la recuerda.
3. Invita a continuar la letra.
4. Canten juntos un fragmento.
5. Conversen sobre recuerdos de la niñez.

Consejo del terapeuta: Las canciones de la infancia suelen despertar emociones agradables.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Ordenar acontecimientos en el tiempo



Objetivo

Trabajar el razonamiento temporal ordenando eventos de una historia según su secuencia.

Indicaciones

- Usa historias con eventos claros.
- Comienza con pocos acontecimientos.
- Verbaliza qué ocurrió antes y después.

Precauciones

- No apures el ordenamiento.
- Adapta la cantidad de eventos al nivel.
- No corrijas con dureza el orden.

Materiales

Tarjetas con eventos de una historia.

Paso a paso



1. Presenta las tarjetas de eventos desordenadas.
2. Cuenten juntos de qué historia se trata.
3. Pide que las ordena según lo ocurrido.
4. Pregunta qué evento sucede antes y después.
5. Repasen la secuencia final en orden.

Consejo del terapeuta:
Apóyate en conectores temporales como antes y después.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Leve

Nombrar antónimos de palabras



Objetivo

Estimular el vocabulario y el razonamiento verbal evocando palabras de significado opuesto.

Indicaciones

- Elige palabras con antónimos claros.
- Presenta una palabra por vez.
- Ofrece pistas si se bloquea.

Precauciones

- No apures la respuesta.
- Adapta la dificultad de las palabras al nivel.
- No descalifiques respuestas cercanas.

Materiales

- Lista de palabras.



Paso a paso



1. Di una palabra con antónimo evidente.
2. Pide que diga su palabra opuesta.
3. Ofrece una pista si es necesario.
4. Confirma la respuesta con calma.
5. Continúa con la siguiente palabra.

Consejo del terapeuta:
Comienza con opuestos evidentes como frío y caliente.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Reconocer errores en una imagen



Objetivo

Ejercitar la atención y el razonamiento identificando elementos ilógicos o fuera de lugar en una escena.

Indicaciones

- Usa imágenes con errores evidentes al inicio.
- Anima a observar con detenimiento.
- Pide explicar por qué algo está mal.

Precauciones

- No señales los errores de inmediato.
- Adapta la cantidad de errores al nivel.
- No transmitas impaciencia si tarda.

Materiales

Imagen con elementos ilógicos.

Paso a paso



1. Muestra una escena con algún error lógico.
2. Pide que observe la imagen con atención.
3. Invita a señalar lo que está fuera de lugar.
4. Pregunta por qué considera que es un error.
5. Repasen juntos todos los errores hallados.

Consejo del terapeuta: Empieza con errores muy visibles para asegurar el éxito.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Recordar la biografía personal



Objetivo

Favorecer la memoria autobiográfica y la identidad recordando datos y momentos de la propia vida.

Indicaciones

- Formula preguntas sencillas sobre su vida.
- Sigue un orden cronológico.
- Escucha cada relato con interés.

Precauciones

- No insistas en recuerdos dolorosos.
- Adapta las preguntas a su historia.
- No corrijas datos con insistencia.

Materiales

Fotografías personales opcionales.

Paso a paso



1. Pregunta dónde nació y creció.
2. Invita a recordar su infancia.
3. Continúa con su juventud y su trabajo.
4. Escucha con atención cada recuerdo.
5. Cierren conversando sobre lo más significativo.

Consejo del terapeuta:
Deja que guíe el relato hacia los recuerdos que más disfruta.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Clasificar alimentos por grupo



Objetivo

Estimular la categorización agrupando alimentos según su tipo, como frutas, verduras o lácteos.

Indicaciones

- Usa alimentos muy conocidos.
- Comienza con pocos grupos.
- Conversa sobre cada tipo de alimento.

Precauciones

- No apures la clasificación.
- Adapta la cantidad de alimentos al nivel.
- No corrijas con dureza los agrupamientos.

Materiales

- Tarjetas de alimentos.

Paso a paso



1. Coloca tarjetas de distintos alimentos.
2. Explica los grupos, por ejemplo frutas y verduras.
3. Pide que ubique cada alimento en su grupo.
4. Conversen sobre los alimentos de cada grupo.
5. Revisen juntos la clasificación final.

Consejo del terapeuta: Vincula los grupos con las comidas habituales de la persona.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Deletrear palabras conocidas



Objetivo

Ejercitar la conciencia fonológica y la atención deletreando palabras familiares letra por letra.

Indicaciones

- Comienza con palabras cortas.
- Avanza hacia palabras más largas.
- Pronuncia cada letra con claridad.

Precauciones

- No apures el deletreo.
- Adapta la longitud de las palabras al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales

- Lista de palabras.



Paso a paso



1. Elige una palabra corta y conocida.
2. Pide que la deletree letra por letra.
3. Confirma el deletreo con calma.
4. Propón una palabra un poco más larga.
5. Repasen juntos las palabras deletreadas.

Consejo del terapeuta: Comienza con palabras breves para afianzar la tarea.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Reconocer animales por su sonido



Objetivo

Estimular la atención auditiva y las gnosias identificando animales a partir de sus sonidos.

Indicaciones

- Usa sonidos claros de animales conocidos.
- Reproduce un sonido por vez.
- Conversa sobre cada animal.

Materiales

Grabaciones de sonidos de animales.

Precauciones

- Cuida el volumen de la reproducción.
- Adapta la dificultad con sonidos evidentes.
- No corrijas con dureza los errores.

Paso a paso



1. Reproduce el sonido de un animal conocido.
2. Pide que identifique qué animal es.
3. Confirma la respuesta o da una pista.
4. Conversen sobre dónde vive ese animal.
5. Continúa con los siguientes sonidos.

Consejo del terapeuta: Comienza con animales domésticos muy familiares.

PLENI ACTIVA

Estimulación cognitiva

Nivel: Moderado

Armar rompecabezas simples



Objetivo

Trabajar las praxias visoconstructivas y la atención ensamblando piezas de un rompecabezas sencillo.

Indicaciones

- Comienza con pocas piezas grandes.
- Aumenta la cantidad de forma gradual.
- Muestra la imagen completa como guía.

Precauciones

- No apures el armado.
- Adapta el número de piezas al nivel.
- No corrijas con dureza los intentos.

Materiales

Rompecabezas de pocas piezas.

Paso a paso



1. Muestra la imagen completa del rompecabezas.
2. Mezcla las piezas sobre la mesa.
3. Invita a comenzar por los bordes.
4. Acompaña el armado sin resolver por la persona.
5. Observen juntos la imagen terminada.

Consejo del terapeuta:
Empieza por los bordes para dar una estrategia clara.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Recordar precios de productos



Objetivo

Ejercitar la memoria numérica y el cálculo recordando precios aproximados de productos cotidianos.

Indicaciones

- Usa productos de compra habitual.
- Comienza con pocos productos.
- Relaciona los precios con compras reales.

Precauciones

- No apures el recuerdo.
- Adapta la cantidad de productos al nivel.
- No enfatices los olvidos.

Materiales

Tarjetas de productos con precios.

Paso a paso



1. Muestra productos con un precio asignado.
2. Comenten cada precio en voz alta.
3. Retira las tarjetas de la vista.
4. Pregunta el precio de cada producto.
5. Comprueben juntos los precios recordados.

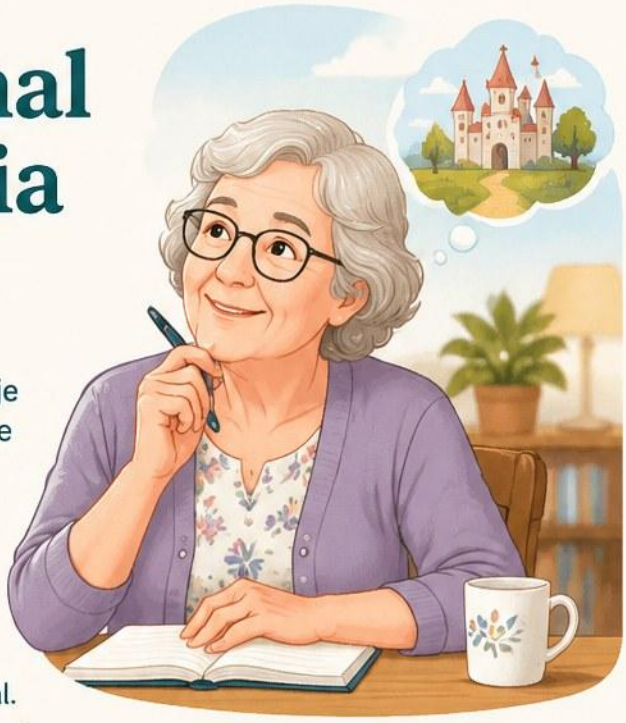
Consejo del terapeuta:
Relaciona los precios con productos que la persona suele comprar.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Inventar el final de una historia



Objetivo

Estimular la creatividad y el lenguaje narrativo proponiendo un desenlace para una historia inconclusa.

Indicaciones

- Elige historias breves y abiertas.
- Anima a imaginar libremente el final.
- Acepta cualquier desenlace coherente.

Precauciones

- No juzgues las ideas propuestas.
- Adapta la complejidad de la historia al nivel.
- No apures la elaboración del final.

Materiales

Historias breves sin final.

Paso a paso



1. Lee una historia breve sin desenlace.
2. Pregunta cómo cree que podría terminar.
3. Invita a desarrollar su idea con detalle.
4. Escucha el final propuesto con interés.
5. Comenten juntos otros finales posibles.

Consejo del terapeuta:
Valora la imaginación por encima de la coherencia perfe

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Reconocer el valor del dinero



Objetivo

Reforzar el cálculo funcional identificando billetes y monedas y componiendo cantidades.

Indicaciones

- Usa billetes y monedas de práctica.
- Comienza identificando cada valor.
- Avanza a formar cantidades sencillas.

Precauciones

- No apures la identificación.
- Adapta las cantidades al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales



Billetes y monedas de juguete.

Paso a paso



1. Muestra distintos billetes y monedas.
2. Pide que identifique el valor de cada uno.
3. Propón formar una cantidad determinada.
4. Acompaña la composición del monto.
5. Verifiquen juntos la cantidad formada.

Consejo del terapeuta: Relaciona los montos con compras cotidianas para dar sentido.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Leve

Asociar imágenes con palabras



Objetivo

Estimular la denominación y la memoria semántica emparejando imágenes con su palabra correspondiente.

Indicaciones

- Usa imágenes claras y conocidas.
- Presenta pocas imágenes al inicio.
- Nombra cada imagen junto a la persona.

Precauciones

- No apures el emparejamiento.
- Adapta la cantidad de imágenes al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales

- Tarjetas de imágenes
- Tarjetas de palabras

Paso a paso



1. Coloca las imágenes sobre la mesa.
2. Coloca las palabras correspondientes mezcladas.
3. Pide que empareje cada palabra con su imagen.
4. Nombren juntos cada par formado.
5. Revisen los emparejamientos al finalizar.

Consejo del terapeuta: Comienza con imágenes muy familiares para asegurar aciertos.

Orientación

Nivel: Moderado

Recordar una dirección completa



Objetivo

Reforzar la orientación y la memoria recordando su domicilio y otras direcciones conocidas.

Indicaciones

- Comienza con el domicilio propio.
- Pide repetir la dirección completa.
- Relaciona la dirección con puntos cercanos.

Precauciones

- No expongas errores de forma incómoda.
- Adapta las preguntas al nivel.
- No insistas si aparece frustración.

Materiales

- No requiere materiales.

Paso a paso

1. Pregunta cuál es su dirección actual.
2. Pide que la repite de forma completa.
3. Invita a mencionar puntos de referencia cercanos.
4. Conversen sobre cómo llegar a su hogar.
5. Reconoce el esfuerzo al finalizar.

Consejo del terapeuta: Vincula la dirección con lugares conocidos del barrio.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Encontrar la palabra escondida



Objetivo

Ejercitar la atención visual y el reconocimiento de palabras localizando términos entre letras.

Indicaciones

- Usa cuadrículas pequeñas al inicio.
- Indica qué palabras buscar.
- Anima a recorrer de forma ordenada.

Precauciones

- No apures la búsqueda.
- Adapta el tamaño de la cuadrícula al nivel.
- No transmitas impaciencia si tarda.

Materiales

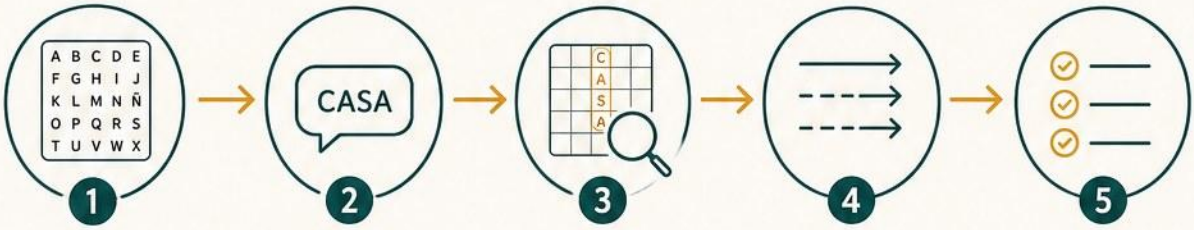


Cuadrícula de letras



Lápiz

Paso a paso



1. Muestra la cuadrícula de letras.
2. Indica una palabra concreta a buscar.
3. Pide que la localice y la marca.
4. Acompaña sugiriendo mirar por filas.
5. Continúa con las siguientes palabras.

Consejo del terapeuta: Da una palabra por vez para no sobrecargar la búsqueda.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Leve

Repetir trabalenguas cortos



Objetivo

Estimular la articulación y la fluidez verbal repitiendo trabalenguas breves y conocidos.

Indicaciones

- Elige trabalenguas cortos y sencillos.
- Repite primero tú con claridad.
- Invita a repetir sin exigir velocidad.

Materiales

Lista de trabalenguas.

Precauciones

- No apures la pronunciación.
- Adapta la dificultad del trabalenguas.
- No corrijas con dureza los tropiezos.

Paso a paso



1. Di un trabalenguas corto con claridad.
2. Invita a repetirlo despacio.
3. Repítanlo juntos una vez más.
4. Anima a decirlo un poco más rápido.
5. Celebren el intento con buen humor.

Consejo del terapeuta:
Prioriza la claridad y el juego por encima de la velocid

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Recordar la agenda de la semana



Objetivo

Reforzar la memoria prospectiva y la orientación temporal recordando actividades previstas para la semana.

Indicaciones

- Usa una agenda o calendario visible.
- Comienza con pocas actividades.
- Relaciona cada tarea con su día.

Precauciones

- No sobrecargues la agenda.
- Adapta la cantidad de actividades al nivel.
- No enfatices los olvidos.

Materiales



Agenda o calendario



Lápiz

Paso a paso



1. Repasen juntos las actividades de la semana.
2. Asocien cada actividad con un día concreto.
3. Cierren la agenda por un momento.
4. Pregunta qué actividad corresponde a cada día.
5. Comprueben juntos con la agenda.

Consejo del terapeuta: Vincular cada tarea con su día ayuda a recordarla mejor.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Clasificar palabras por número de sílabas



Objetivo

Estimular la conciencia fonológica agrupando palabras según la cantidad de sílabas.

Indicaciones

- Usa palabras conocidas y variadas.
- Marca las sílabas con palmas.
- Comienza con palabras de una y dos sílabas.

Precauciones

- No apures el conteo de sílabas.
- Adapta la dificultad de las palabras.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales

Tarjetas con palabras.

Paso a paso



1. Di una palabra y sepárenla en sílabas con palmas.
2. Cuenten juntos cuántas sílabas tiene.
3. Pide que la ubique en el grupo correspondiente.
4. Continúen con varias palabras más.
5. Revisen los grupos formados por sílabas.

Consejo del terapeuta:
Usar palmas para cada sílaba facilita el conteo.

Atención

Nivel: Moderado

Reconocer objetos incompletos



Objetivo

Estimular las gnosias visuales y el cierra perceptivo identificando objetos dibujados de forma incompleta.

Indicaciones

- Comienza con dibujos poco incompletos.
- Aumenta la dificultad de forma gradual.
- Da tiempo para reconocer la figura.

Precauciones

- No reveles el objeto de inmediato.
- Adapta el grado de incompletitud al nivel.
- No transmitas impaciencia si tarda.

Materiales

Tarjetas con dibujos incompletos.

Paso a paso



1. Muestra un dibujo incompleto de un objeto.
2. Pide que observe con atención.
3. Invita a decir qué objeto cree que es.
4. Ofrece una pista si es necesario.
5. Confirma el objeto y continúa con otro dibujo.

Consejo del terapeuta: Empieza con figuras casi completas para facilitar el reconocimiento.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Recordar nombres de familiares



Objetivo

Favorecer la memoria de personas y la identidad recordando nombres y vínculos de familiares.

Indicaciones

- Comienza con familiares muy cercanos.
- Asocia cada nombre con el vínculo.
- Apóyate en fotografías si ayuda.

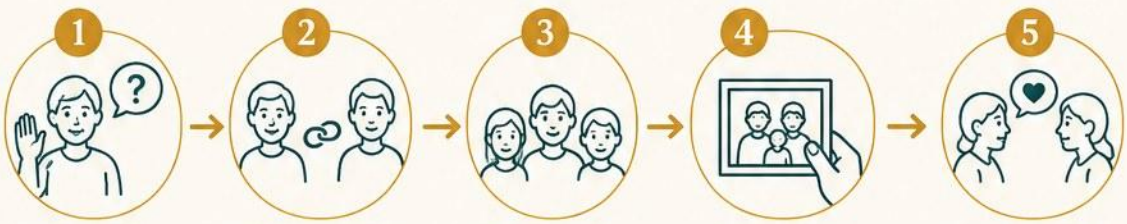
Precauciones

- No fuerces el recuerdo de nombres.
- Adapta las preguntas a su situación familiar.
- No transmitas frustración ante los olvidos.

Materiales

Fotografías familiares opcionales.

Paso a paso



1. Pregunta el nombre de un familiar cercano.
2. Asocien el nombre con el vínculo, por ejemplo hijo.
3. Continúa con otros familiares.
4. Apóyate en una foto si el nombre no aparece.
5. Conversen sobre algún recuerdo con esa persona.

Consejo del terapeuta: Vincular nombre y parentesco ayuda a fijar el recu

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Ordenar la rutina diaria



Objetivo

Trabajar la secuenciación temporal ordenando las actividades habituales de un día completo.

Indicaciones

- Usa actividades cotidianas conocidas.
- Sigue un orden desde la mañana a la noche.
- Relaciona cada actividad con un momento del día.

Precauciones

- No apures el ordenamiento.
- Adapta la cantidad de actividades al nivel.
- No corrijas con dureza el orden.

Materiales

Tarjetas con actividades diarias.

Paso a paso

1. Presenta tarjetas de actividades diarias desordenadas.
2. Pide que las ordena desde la mañana.
3. Pregunta qué hace primero al despertar.
4. Continúen ordenando hasta la noche.
5. Repasen la rutina completa en orden.

Consejo del terapeuta:
Apóyate en la rutina real de la persona para ordenar.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Reconocer figuras entre líneas cruzadas



Objetivo

Estimular las gnosias visuales y la atención distinguiendo figuras superpuestas o con líneas de fondo.

Indicaciones

- Comienza con figuras poco superpuestas.
- Aumenta la superposición gradualmente.
- Anima a seguir el contorno de cada figura.

Precauciones

- No apures la identificación.
- Adapta la complejidad al nivel visual.
- No transmitas impaciencia si tarda.

Materiales

Láminas con figuras superpuestas.

Paso a paso



1. Muestra una lámina con figuras superpuestas.
2. Pide que identifique cada figura por separado.
3. Invita a seguir el contorno con el dedo.
4. Nombren juntos las figuras halladas.
5. Continúa con una lámina más compleja.

Consejo del terapeuta: Seguir el contorno con el dedo ayuda a separar las figuras.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Leve

Evocar palabras de un mismo campo



Objetivo

Estimular la fluidez verbal semántica evocando palabras relacionadas con un tema específico.

Indicaciones

- Elige temas cotidianos y concretos.
- Da tiempo para evocar cada palabra.
- Acepta todas las palabras relacionadas.

Precauciones

- No apures la evocación.
- Adapta el tema al interés de la persona.
- No descalifiques respuestas válidas.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Elige un tema, por ejemplo la cocina.
2. Pide que nombra palabras relacionadas con ese tema.
3. Anota las palabras evocadas.
4. Ofrece una pista si se detiene.
5. Cierra leyendo la lista y cambia de tema.

Consejo del terapeuta: Elige temas ligados a sus intereses para facilitar la evocación.

PLENI ACTIVA

Estimulación cognitiva

Nivel: Moderado

Reconstruir una figura con piezas



Objetivo

Trabajar las praxias visoconstructivas reconstruyendo una figura a partir de piezas geométricas.

Indicaciones

- Comienza con figuras de pocas piezas.
- Muestra un modelo de la figura final.
- Aumenta la complejidad de forma gradual.

Precauciones

- No apures la reconstrucción.
- Adapta el número de piezas al nivel.
- No corrijas con dureza los intentos.

Materiales

- Piezas geométricas
- Modelo de figura

Paso a paso



1. Muestra el modelo de la figura a construir.
2. Coloca las piezas necesarias sobre la mesa.
3. Invita a reconstruir la figura del modelo.
4. Acompaña sin armar por la persona.
5. Comparen la figura lograda con el modelo.

Consejo del terapeuta: Ten siempre el modelo a la vista como referencia.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Recordar una serie de acciones



Objetivo

Ejercitar la memoria de trabajo y la atención recordando y ejecutando una serie de acciones simples.

Indicaciones

- Comienza con dos o tres acciones.
- Enuncia las acciones con claridad.
- Aumenta la cantidad de forma gradual.

Precauciones

- No encadenes demasiadas acciones.
- Adapta la longitud de la serie al nivel.
- No enfatices los errores de secuencia.

Materiales



Objetos cotidianos.

Paso a paso



1. Enuncia una serie corta de acciones a realizar.
2. Pide que repita la serie antes de hacerla.
3. Invita a ejecutar las acciones en orden.
4. Observa cómo completa la secuencia.
5. Reconoce el logro y amplía la serie.

Consejo del terapeuta: Pide repetir la serie en voz alta antes de ejecutarla.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Comparar cantidades y magnitudes



Objetivo

Reforzar el sentido numérico comparando conjuntos y magnitudes para decidir cuál es mayor o menor.

Indicaciones

- Usa conjuntos de diferencia clara al inicio.
- Avanza a diferencias más pequeñas.
- Anima a justificar la comparación.

Precauciones

- No apures la comparación.
- Adapta la dificultad al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales



Objetos contables o tarjetas.

Paso a paso



1. Presenta dos conjuntos de objetos.
2. Pregunta cuál tiene más elementos.
3. Invita a justificar su respuesta.
4. Verifiquen contando ambos conjuntos.
5. Continúa con conjuntos de diferencia menor.

Consejo del terapeuta: Comienza con diferencias evidentes y redúcelas de a poco.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Leve

Reconocer estaciones y su ropa



Objetivo

Reforzar la orientación temporal asociando las estaciones del año con su clima y su ropa.

Indicaciones

- Comienza por la estación actual.
- Relaciona cada estación con su clima.
- Asocia la ropa adecuada a cada estación.

Precauciones

- No apures las asociaciones.
- Adapta las preguntas al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales



Tarjetas de estaciones y ropa.

Paso a paso



1. Pregunta en qué estación del año se encuentran.
2. Conversen cómo es el clima en esa estación.
3. Pide que elija la ropa adecuada.
4. Continúen con otra estación del año.
5. Repasen juntos las cuatro estaciones.

Consejo del terapeuta: Parte de la estación actual para dar un contexto real.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Leve

Completar frases con la palabra faltante



Objetivo

Estimular el lenguaje y la comprensión completando frases a las que falta una palabra clave.

Indicaciones

- Usa frases con un contexto claro.
- Elige palabras faltantes evidentes al inicio.
- Da tiempo para pensar la palabra.

Precauciones

- No apures la respuesta.
- Adapta la dificultad de las frases al nivel.
- No descalifiques respuestas coherentes.

Materiales

Lista de frases incompletas.

Paso a paso



1. Lee una frase dejando una palabra sin decir.
2. Pide que complete la palabra que falta.
3. Confirma la respuesta o acepta alternativas válidas.
4. Lean juntos la frase completa.
5. Continúa con la siguiente frase.

Consejo del terapeuta: Un buen contexto en la frase facilita hallar la palab

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Leve

Reconocer melodías y completar la letra



Objetivo

Favorecer la memoria verbal y musical completando la letra de canciones muy conocidas.

Indicaciones

- Elige canciones populares de su época.
- Canta hasta un punto y deja continuar.
- Invita a completar la letra sin exigir exactitud.

Precauciones

- No fuerces el canto.
- Adapta las canciones a sus gustos.
- No corrijas con dureza las letras olvidadas.

Materiales

Grabaciones o letras de canciones.

Paso a paso



1. Canta el comienzo de una canción conocida.
2. Detente en un punto de la letra.
3. Pide que continúe la siguiente parte.
4. Canten juntos el fragmento completo.
5. Conversen sobre recuerdos ligados a la canción.

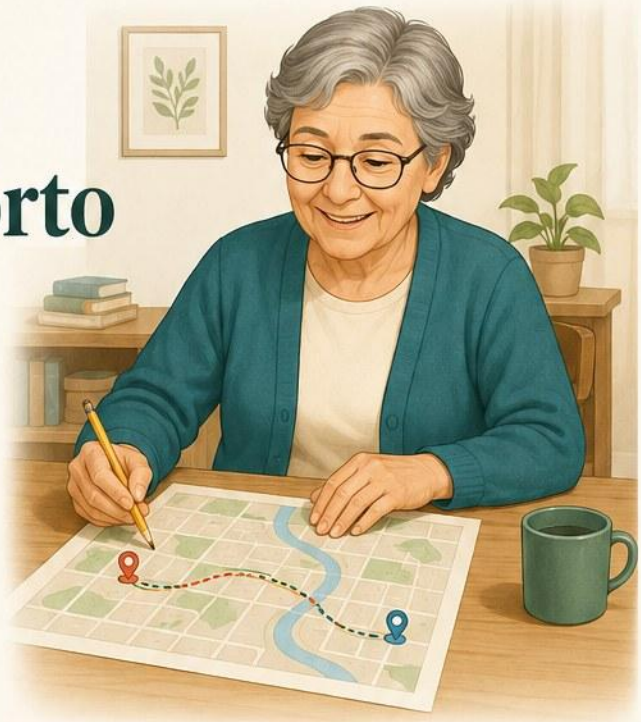
Consejo del terapeuta:
Las canciones conocidas suelen completarse casi sin esfuerzo.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Buscar el camino más corto



Objetivo

Estimular la planificación y el razonamiento espacial eligiendo la mejor ruta entre dos puntos.

Indicaciones

- Usa un mapa o croquis sencillo.
- Marca el punto de partida y el destino.
- Anima a comparar distintas rutas.

Precauciones

- No apures la elección de la ruta.
- Adapta la complejidad del mapa al nivel.
- No corrijas con dureza la ruta elegida.

Materiales

- Mapa o croquis simple
- Lápiz

Paso a paso



1. Muestra un croquis con dos puntos marcados.
2. Pide que encuentra un camino entre ellos.
3. Invita a buscar una ruta más corta.
4. Comparen las distintas rutas posibles.
5. Marquen juntos el camino elegido.

Consejo del terapeuta:
Comparar rutas ayuda a razonar sobre cuál conviene.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Leve

Recordar objetos por su función



Objetivo

Estimular la memoria semántica evocando objetos que cumplen una función determinada.

Indicaciones

- Formula funciones cotidianas y claras.
- Da tiempo para evocar los objetos.
- Acepta todas las respuestas válidas.

Precauciones

- No apures la evocación.
- Adapta la dificultad de las funciones al nivel.
- No descalifiques respuestas razonables.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Menciona una función, por ejemplo servir para cortar.
2. Pide que nombra objetos con esa función.
3. Anota los objetos evocados.
4. Ofrece una pista si se detiene.
5. Continúa con otra función distinta.

Consejo del terapeuta:
Elige funciones cotidianas para facilitar la evocación.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Moderado

Reconocer días festivos y su fecha



Objetivo

Reforzar la orientación temporal y la memoria asociando fechas importantes con celebraciones conocidas.

Indicaciones

- Usa fechas festivas muy conocidas.
- Relaciona cada fecha con su celebración.
- Conversa sobre cómo se celebra.

Precauciones

- No apures el recuerdo de las fechas.
- Adapta las celebraciones a su cultura.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales

- Calendario
- Tarjetas de fechas festivas

Paso a paso



1. Menciona una celebración conocida.
2. Pregunta en qué fecha aproximada ocurre.
3. Ubiquen juntos esa fecha en el calendario.
4. Conversen sobre cómo se celebra.
5. Continúa con otra fecha festiva.

Consejo del terapeuta: Aprovecha las celebraciones para evocar recuerdos y tradiciones.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Contar objetos y agrupar de a diez



Objetivo

Reforzar el conteo y el sentido numérico contando objetos y agrupándolos en decenas.

Indicaciones

- Usa objetos pequeños y fáciles de manipular.
- Comienza contando de uno en uno.
- Agrupen de a diez para facilitar el conteo.

Precauciones

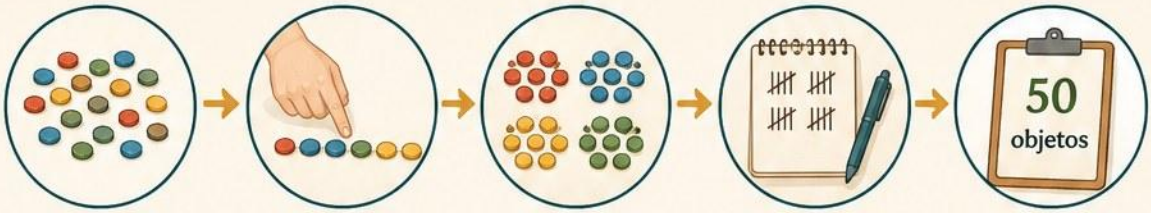
- No apures el conteo.
- Adapta la cantidad de objetos al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales



Objetos pequeños contables.

Paso a paso



1. Coloca un conjunto de objetos sobre la mesa.
2. Pide que los cuenta uno por uno.
3. Invita a agruparlos de a diez.
4. Cuenten juntos cuántos grupos de diez hay.
5. Sumen el total de objetos.

Consejo del terapeuta:
Agrupar de a diez hace más sencillo contar cantidades grandes.

PLENI ACTIVA

Estimulación cognitiva

Nivel: Todos

Reconocer expresiones del rostro



Objetivo

Estimular la cognición social y las gnosias identificando emociones en expresiones faciales.

Indicaciones

- Usa imágenes claras de expresiones.
- Comienza con emociones básicas.
- Conversa sobre cada emoción.

Precauciones

- No fuerces conversaciones sobre emociones difíciles.
- Adapta la actividad al estado de ánimo.
- No corrijas con dureza las interpretaciones.

Materiales

Tarjetas con expresiones faciales.

Paso a paso



1. Muestra una imagen de una expresión facial.
2. Pregunta qué emoción cree que representa.
3. Conversen sobre cuándo se siente así.
4. Continúa con otras expresiones.
5. Repasen juntos las emociones vistas.

Consejo del terapeuta:
Comienza con emociones básicas como alegría o tristeza.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Recordar el orden de una historia contada



Objetivo

Ejercitar la memoria verbal y la secuenciación recordando el orden de los sucesos de un relato escuchado.

Indicaciones

- Usa relatos con eventos bien diferenciados.
- Lee el relato pausadamente.
- Pide recordar el orden de los sucesos.

Precauciones

- No apures el recuerdo.
- Adapta la longitud del relato al nivel.
- No enfatices los errores de orden.

Materiales

- Relato breve impreso.

Paso a paso



1. Lee un relato corto con varios sucesos.
2. Comenten de qué trató la historia.
3. Pide que recuerda qué pasó primero.
4. Continúen ordenando los sucesos siguientes.
5. Repasen juntos la secuencia completa.

Consejo del terapeuta:
Apóyate en preguntas sobre qué ocurrió antes y después.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Todos

Nombrar elementos de una habitación



Objetivo

Estimular la denominación y la atención visual nombrando los objetos presentes en un ambiente.

Indicaciones

- Usa la habitación donde se realiza la actividad.
- Anima a recorrer el ambiente con la mirada.
- Acepta todos los objetos nombrados.

Precauciones

- No apures la denominación.
- Adapta la actividad a la movilidad de la persona.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Invita a observar la habitación con calma.
2. Pide que nombra los objetos que ve.
3. Anima a recorrer el ambiente por zonas.
4. Anota los objetos mencionados.
5. Repasen juntos la lista de objetos.

Consejo del terapeuta: Recorrer el ambiente por zonas ayuda a no olvidar objetos.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Resolver problemas cotidianos



Objetivo

Estimular el razonamiento y la toma de decisiones buscando soluciones a situaciones de la vida diaria.

Indicaciones

- Plantea situaciones realistas y cercanas.
- Anima a proponer varias soluciones.
- Conversa sobre las ventajas de cada opción.

Precauciones

- No juzgues las soluciones propuestas.
- Adapta la complejidad de la situación al nivel.
- No apures la búsqueda de soluciones.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Plantea una situación cotidiana con un problema.
2. Pregunta qué haría la persona en ese caso.
3. Invita a pensar más de una solución.
4. Conversen sobre las ventajas de cada opción.
5. Elijan juntos la solución que parece mejor.

Consejo del terapeuta:
Usa situaciones realistas para que la reflexión sea significativa.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Leve

Reconocer letras entre números



Objetivo

Ejercitar la atención selectiva localizando letras específicas mezcladas entre números.

Indicaciones

- Usa una letra objetivo clara.
- Comienza con hojas poco cargadas.
- Anima a recorrer de forma ordenada.

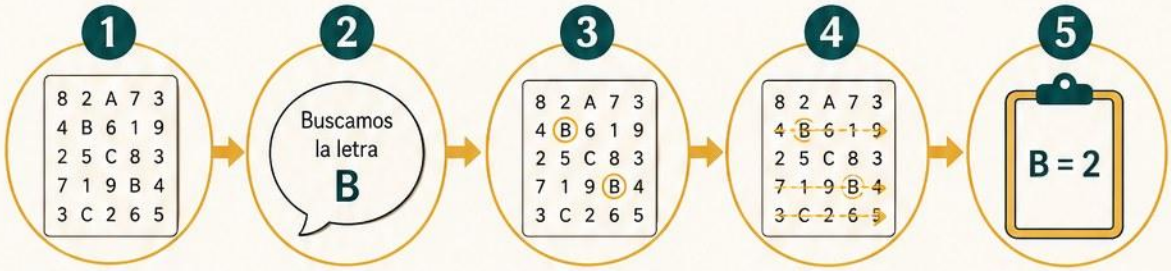
Precauciones

- No apures la búsqueda.
- Adapta la densidad de la hoja al nivel.
- No transmitas impaciencia si tarda.

Materiales

- Hoja con letras y números
- Lápiz

Paso a paso



1. Muestra la hoja con letras y números mezclados.
2. Indica cuál es la letra a buscar.
3. Pide que la marca cada vez que aparezca.
4. Sugiere recorrer renglón por renglón.
5. Cuenten juntos cuántas letras encontró.

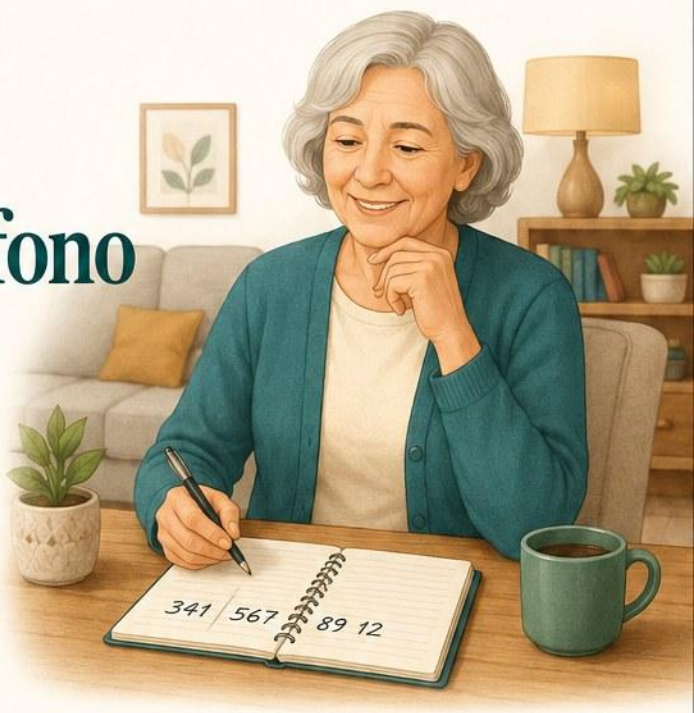
Consejo del terapeuta:
Recorrer por renglones evita saltear elementos.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Recordar un número de teléfono



Objetivo

Ejercitar la memoria numérica recordando un número de teléfono agrupando sus cifras.

Indicaciones

- Usa números conocidos si es posible.
- Agrupa las cifras en bloques.
- Comienza con números cortos.

Precauciones

- No apures el recuerdo.
- Adapta la longitud del número al nivel.
- No enfatices los errores.

Materiales

Papel

Lápiz

Paso a paso



1. Elige un número de teléfono conocido.
2. Léelo agrupando las cifras en bloques.
3. Pide que lo repite en voz alta.
4. Retira el número de la vista.
5. Pide que lo recuerde y comprueben juntos.

Consejo del terapeuta: Agrupar las cifras en bloques facilita recordar el número.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Asociar objetos con su lugar en la casa



Objetivo

Estimular la categorización y la orientación asociando objetos con el ambiente del hogar donde se usan.

Indicaciones

- Usa objetos y ambientes muy conocidos.
- Comienza con asociaciones evidentes.
- Conversa sobre el uso de cada objeto.

Precauciones

- No apures las asociaciones.
- Adapta la cantidad de objetos al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales



Tarjetas de objetos y ambientes.

Paso a paso



1. Muestra la imagen de un objeto del hogar.
2. Pregunta en qué ambiente se usa.
3. Pide que lo asocie con ese ambiente.
4. Conversen sobre su uso cotidiano.
5. Continúa con los siguientes objetos.

Consejo del terapeuta: Comienza con objetos que tienen un lugar muy claro en la casa.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Repetir una frase larga



Objetivo

Ejercitar la memoria de trabajo verbal y la atención repitiendo frases de longitud creciente.

Indicaciones

- Comienza con frases cortas.
- Aumenta la longitud de forma gradual.
- Pronuncia con claridad y ritmo pausado.

Precauciones

- No aumentes la longitud demasiado rápido.
- Adapta la extensión de la frase al nivel.
- No enfatices los errores de repetición.

Materiales

- Lista de frases.

Paso a paso



1. Di una frase corta con claridad.
2. Pide que la repite tal cual.
3. Propón una frase un poco más larga.
4. Continúa aumentando la longitud gradualmente.
5. Detente en la extensión cómoda y reconoce el logro.

Consejo del terapeuta: Detente en la longitud donde repite con seguridad.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Reconocer objetos por su sonido al usarlos



Objetivo

Estimular las gnosias auditivas identificando objetos a partir del sonido que producen al utilizarlos.

Indicaciones

- Usa objetos con sonidos característicos.
- Produce el sonido fuera de la vista.
- Conversa sobre cada objeto.

Precauciones

- Cuida el volumen del sonido.
- Adapta la dificultad con sonidos evidentes.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales



Objetos cotidianos que suenan.

Paso a paso



1. Elige un objeto con sonido característico.
2. Produce su sonido sin que la persona lo vea.
3. Pide que identifique el objeto.
4. Muestren el objeto para confirmar.
5. Continúa con otros objetos sonoros.

Consejo del terapeuta:
Elige objetos de uso diario con sonidos muy reconocibles.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Ordenar palabras para formar una frase



Objetivo

Estimular la construcción sintáctica ordenando palabras desordenadas para formar una frase con sentido.

Indicaciones

- Comienza con frases de pocas palabras.
- Usa vocabulario cotidiano.
- Anima a leer la frase en voz alta al terminar.

Precauciones

- No apures el ordenamiento.
- Adapta la longitud de la frase al nivel.
- No corrijas con dureza el orden.

Paso a paso

Materiales

Tarjetas con palabras.

1. Coloca las palabras de una frase desordenadas.
2. Explica que deben formar una frase con sentido.
3. Pide que las ordena correctamente.
4. Lean juntos la frase formada.
5. Continúa con una frase más larga.

Consejo del terapeuta: Comienza con frases breves para afianzar la tarea.

Memoria

Nivel: Moderado

Recordar la ubicación de objetos ocultos



Objetivo

Ejercitar la memoria espacial recordando dónde se escondieron varios objetos en el entorno.

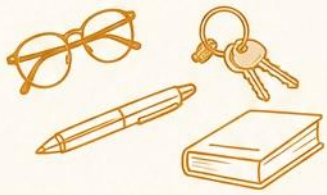
Indicaciones

- Comienza escondiendo pocos objetos.
- Muestra dónde se guarda cada uno.
- Aumenta la cantidad de forma gradual.

Precauciones

- No escondas objetos en lugares inseguros.
- Adapta la cantidad de objetos al nivel.
- No enfatices los olvidos.

Materiales



Objetos cotidianos.

Paso a paso



1. Esconde varios objetos a la vista de la persona.
2. Comenten en voz alta dónde queda cada uno.
3. Dejen pasar unos minutos conversando.
4. Pide que recuerda dónde está cada objeto.
5. Busquen juntos para comprobar.

Consejo del terapeuta: Verbalizar dónde se guarda cada objeto refuerza el recuerdo.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Reconocer la parte por el todo



Objetivo

Estimular el razonamiento y la memoria semántica identificando el conjunto al que pertenece una parte dada.

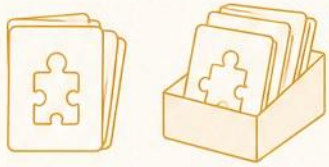
Indicaciones

- Usa relaciones parte-todo evidentes.
- Presenta una parte por vez.
- Conversa sobre la relación encontrada.

Precauciones

- No apures la respuesta.
- Adapta la dificultad de las relaciones al nivel.
- No descalifiques respuestas razonables.

Materiales



Tarjetas de partes y conjuntos.

Paso a paso



1. Menciona una parte, por ejemplo una rueda.
2. Pregunta a qué objeto pertenece.
3. Conversen sobre la relación entre ambos.
4. Invita a pensar otras partes de ese objeto.
5. Continúa con otra relación parte-todo.

Consejo del terapeuta: Comienza con relaciones muy claras como rueda y auto.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Seguir un ritmo con instrumentos



Objetivo

Ejercitar la atención auditiva y la coordinación siguiendo y reproduciendo patrones rítmicos simples.

Indicaciones

- Usa instrumentos sencillos de percusión.
- Comienza con ritmos lentos.
- Aumenta la complejidad de forma gradual.

Precauciones

- Respeta las limitaciones motrices.
- Adapta la velocidad del ritmo al nivel.
- No fuerces si aparece cansancio.

Materiales

Instrumentos de percusión simples.



Paso a paso



1. Entrega un instrumento sencillo a la persona.
2. Marca un ritmo lento y claro.
3. Pide que lo siga con su instrumento.
4. Introduce una variación en el ritmo.
5. Toquen juntos siguiendo el nuevo patrón.

Consejo del terapeuta:
Mantén ritmos cómodos para que la actividad sea disfrutable.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Recordar y reproducir un dibujo



Objetivo

Ejercitar la memoria visual reproduciendo un dibujo sencillo tras observarlo brevemente.

Indicaciones

- Comienza con dibujos muy simples.
- Da un tiempo prudente para observar.
- Aumenta la complejidad de forma gradual.

Precauciones

- No apures la reproducción.
- Adapta la complejidad del dibujo al nivel.
- No corrijas con dureza el resultado.

Materiales

- Dibujo modelo
- Papel
- Lápiz

Paso a paso



1. Muestra un dibujo sencillo por unos segundos.
2. Retira el dibujo de la vista.
3. Pide que lo reproduzca de memoria.
4. Comparen el dibujo original con el reproducido.
5. Continúa con un dibujo un poco más complejo.

Consejo del terapeuta:
Empieza con figuras simples para asegurar el éxito inicial.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Leve

Clasificar palabras por su inicial



Objetivo

Estimular la conciencia fonológica y la atención agrupando palabras según su letra inicial.

Indicaciones

- Usa letras iniciales bien diferenciadas.
- Comienza con dos letras distintas.
- Pronuncia el inicio de cada palabra.

Precauciones

- No apures la clasificación.
- Adapta la cantidad de palabras al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales

- Tarjetas con palabras.



Paso a paso



1. Elige dos letras iniciales, por ejemplo M y P.
2. Muestra una palabra y pronuncia su inicio.
3. Pide que la ubique según su letra inicial.
4. Continúen con varias palabras más.
5. Revisen juntos los grupos formados.

Consejo del terapeuta:
Comienza con dos letras muy diferentes para facilitar la tarea.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Estimar el tiempo de una actividad



Objetivo

Trabajar la estimación temporal y la planificación calculando cuánto dura una tarea cotidiana.

Indicaciones

- Usa actividades conocidas por la persona.
- Invita a estimar antes de verificar.
- Conversa sobre las estimaciones.

Precauciones

- No apures la estimación.
- Adapta la dificultad al nivel.
- No corrijas con dureza las estimaciones.

Materiales



Reloj o cronómetro.

Paso a paso



1. Elige una actividad cotidiana conocida.
2. Pide que estime cuánto tiempo lleva.
3. Anoten la estimación propuesta.
4. Conversen sobre cómo llegó a esa estimación.
5. Comparen con una referencia de tiempo real.

Consejo del terapeuta: Usa actividades familiares para que la estimación tenga sentido.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Reconocer objetos por su categoría opuesta



Objetivo

Estimular el razonamiento categorial y el vocabulario identificando objetos que pertenecen a categorías contrarias.

Indicaciones

- Usa categorías con contraste claro.
- Presenta un ejemplo por vez.
- Conversa sobre las diferencias entre categorías.

Precauciones

- No apures la clasificación.
- Adapta la dificultad de las categorías al nivel.
- No descalifiques respuestas razonables.

Materiales

- Tarjetas de objetos.

Paso a paso



1. Presenta dos categorías opuestas, por ejemplo frío y caliente.
2. Muestra un objeto a la persona.
3. Pregunta a qué categoría pertenece.
4. Continúen clasificando varios objetos.
5. Repasen juntos los grupos formados.

Consejo del terapeuta: Comienza con categorías de contraste muy evidente.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Recordar la lista de invitados



Objetivo

Ejercitar la memoria de nombres recordando una lista breve de personas para un encuentro imaginario.

Indicaciones

- Comienza con listas cortas de nombres.
- Asocia cada nombra con un dato simple.
- Aumenta la cantidad de forma gradual.

Materiales

Papel

Lápiz

Precauciones

- No aumentes la lista de golpe.
- Adapta la cantidad de nombres al nivel.
- No enfatices los olvidos.

Paso a paso



1. Propón una lista breve de invitados.
2. Lean la lista asociando un dato a cada nombra.
3. Retira la lista de la vista.
4. Conversen sobre otro tema unos minutos.
5. Pide que recuerda los nombres de la lista.

Consejo del terapeuta: Asociar cada nombra con un detalle ayuda a recordarlo.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Reconocer formas en objetos cotidianos



Objetivo

Estimular la percepción visual identificando formas geométricas presentes en objetos de la vida diaria.

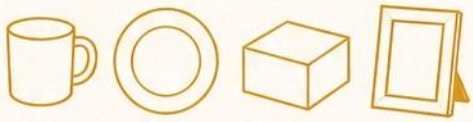
Indicaciones

- Comienza con formas básicas conocidas.
- Anima a buscar formas en el entorno.
- Nombren juntos cada forma hallada.

Precauciones

- No apures la búsqueda.
- Adapta la dificultad de las formas al nivel.
- No corrijas con dureza los errores.

Materiales



Objetos cotidianos.

Paso a paso



1. Recuerden juntos formas básicas como círculo o cuadrado.
2. Elige un objeto y pregunta qué forma tiene.
3. Invita a buscar objetos con esa forma.
4. Nombren cada forma encontrada.
5. Continúa con otra forma geométrica.

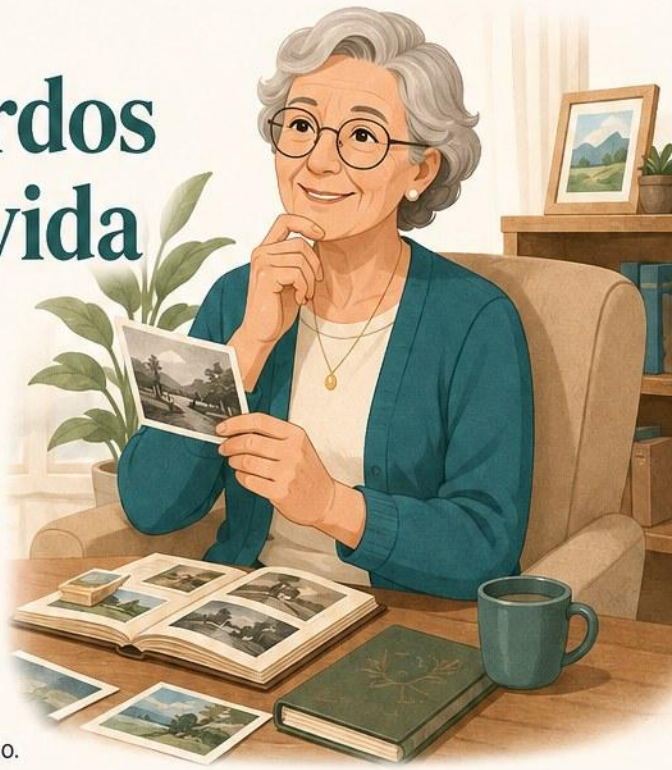
Consejo del terapeuta:
Buscar formas en el entorno conecta la actividad con lo cotidiano.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Evocar recuerdos por temas de vida



Objetivo

Favorecer la reminiscencia y la memoria autobiográfica evocando recuerdos organizados por temas de la vida.

Indicaciones

- Elige temas agradables como viajes o trabajo.
- Invita a compartir recuerdos con calma.
- Escucha cada relato con interés.

Precauciones

- No insistas en recuerdos que generen malestar.
- Adapta los temas a la historia de la persona.
- No corrijas datos del recuerdo con insistencia.

Materiales

Fotografías u objetos evocadores opcionales.

Paso a paso



1. Propón un tema de vida como los viajes.
2. Invita a recordar una experiencia sobre ese tema.
3. Escucha el relato con atención.
4. Formula preguntas suaves para ampliar el recuerdo.
5. Cierren conversando sobre lo que más disfrutó.

Consejo del terapeuta: Deja que la persona elige los recuerdos que quiere compartir.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Cadena de la compra acumulativa



Objetivo

Ejercitar la memoria de trabajo repitiendo una lista que crece de a un elemento.

Indicaciones

- Empieza con un solo objeto de la compra.
- Cada turno repite todo lo anterior y agrega uno nuevo.
- Usa objetos de una misma tienda para dar contexto.

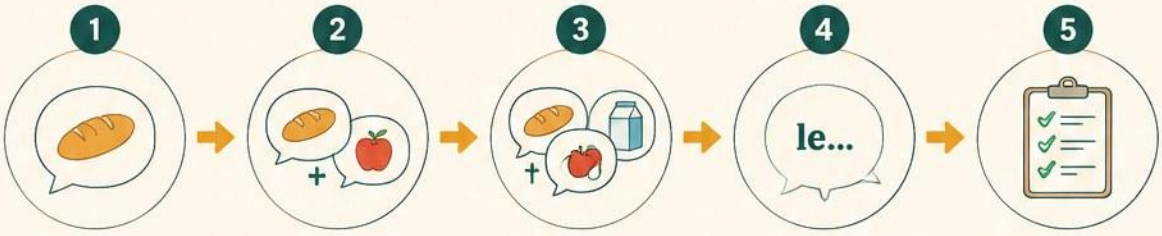
Precauciones

- No apures el turno de la persona.
- Adapta el largo de la lista a su nivel.
- No corrijas con dureza si olvida un elemento.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Di: fui al mercado y compré pan.
2. Pide que repita y sume un producto.
3. Continúa sumando por turnos.
4. Si se traba, dale la primera sílaba como pista.
5. Cierra recordando juntos la lista completa.

Consejo del terapeuta: Si ves que disfruta, alarga la lista de a poco para mantener el reto amable.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Números al revés



Objetivo

Fortalecer la memoria de trabajo repitiendo secuencias de números en orden inverso.

Indicaciones

- Di una serie corta de números en voz clara.
- Pide que los repite del último al primero.
- Comienza con dos números y sube de a uno.

Precauciones

- No uses series largas al inicio.
- Adapta la dificultad si se frustra.
- No compares su desempeño con el de otros.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Explica que dirás números para repetir al revés.
2. Di dos números y espera la respuesta invertida.
3. Aumenta a tres si acierta con comodidad.
4. Repite la serie si lo pide antes de responder.
5. Termina con una serie que pueda lograr para cerrar bien.

Consejo del terapeuta:
Elige tú un tope de números que le resulte desafiante pero alcanzable.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

¿Qué cambió en la mesa?



Objetivo

Estimular la atención al detalle detectando un cambio en un conjunto de objetos.

Indicaciones

- Coloca varios objetos y deja que los observa.
- Pídele que cierre los ojos mientras cambias algo.
- Comienza con pocos objetos y un solo cambio.

Precauciones

- No uses demasiados objetos al principio.
- Adapta el número si le cuesta.
- No lo apures a responder.

Materiales

- Objetos cotidianos
- Una mesa

Paso a paso



1. Muestra entre cuatro y seis objetos sobre la mesa.
2. Pide que los mire con atención unos segundos.
3. Haz que cierre los ojos y mueve o quita uno.
4. Pregunta qué cambió al abrir los ojos.
5. Comenten juntos el cambio y repite con otra variación.

Consejo del terapeuta: Si acierta rápido, agrega un objeto más para subir el reto sin frustrarlo.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Recordar tres palabras tras una charla



Objetivo

Trabajar la memoria episódica reteniendo palabras pese a una distracción intermedia.

Indicaciones

- Di tres palabras sin relación y pide que las repita.
- Conversa de otro tema por un minuto.
- Vuelve a preguntar por las tres palabras.

Precauciones

- No elijas palabras difíciles de pronunciar.
- Adapta el tiempo de charla si es mucho.
- No insistas si no las recuerda todas.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Elige tres palabras simples y dilas despacio.
2. Pide que las repita para asegurar que las escuchó.
3. Cambia de tema y charlen un momento.
4. Vuelve a pedir las tres palabras.
5. Ofrece una pista de categoría si falta alguna.

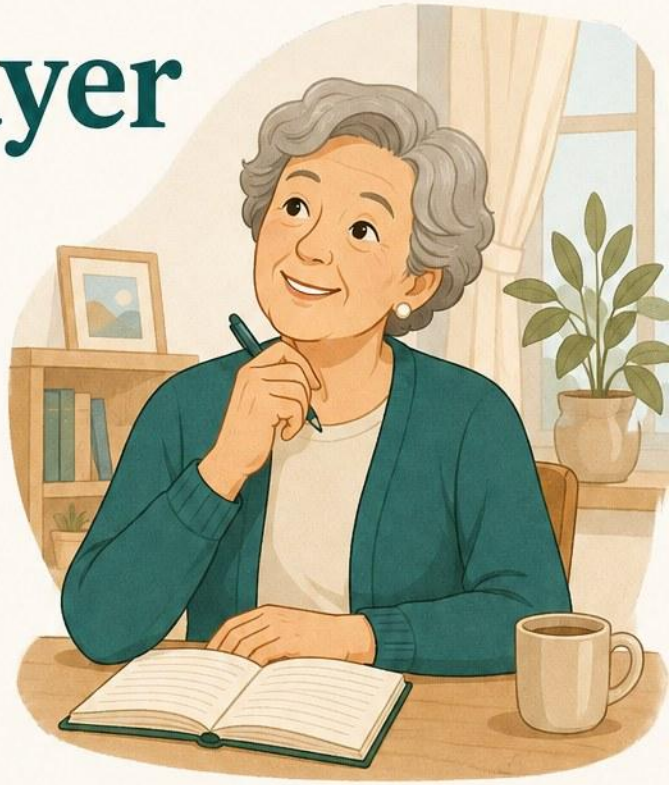
Consejo del terapeuta: Anota tú las palabras antes de empezar para verificar sin dudar al final.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Menú de ayer



Objetivo

Reforzar la memoria episódica reciente recordando las comidas del día anterior.

Indicaciones

- Pregunta con calma qué desayunó ayer.
- Avanza por almuerzo, merienda y cena.
- Acompaña con pistas suaves si se traba.

Precauciones

- No conviertas la charla en un examen.
- Adapta el ritmo a su comodidad.
- No lo corrijas si mezcla días.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Invita a recordar el día de ayer con tranquilidad.
2. Pregunta comida por comida en orden.
3. Anima a describir sabores o quién cocinó.
4. Da pistas de contexto si le cuesta.
5. Cierra comentando su comida favorita del día.

Consejo del terapeuta: Elige un tono de conversación amable para que recordar sea un placer, no una prueba.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Voltear y encontrar la pareja



Objetivo

Estimular la memoria visoespacial ubicando pares de cartas ocultas.

Indicaciones

- Coloca las cartas boca abajo en filas.
- Pide que voltee dos por turno buscando pares.
- Comienza con pocas parejas.

Precauciones

- No uses un tablero muy grande al inicio.
- Adapta la cantidad de pares al nivel.
- No lo apures entre jugadas.

Materiales

Cartas o fichas con pares de dibujos.

Paso a paso



1. Mezcla y acomoda las cartas boca abajo.
2. Explica que hay que encontrar parejas iguales.
3. Deja que voltee dos cartas por turno.
4. Si no coinciden, vuélvelas a tapar.
5. Continúen hasta juntar todos los pares.

Consejo del terapeuta:
Empieza con seis cartas y suma pares a medida que gane confianza.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

La alarma de la tarea



Objetivo

Ejercitar la memoria prospectiva recordando hacer algo cuando ocurra una señal.

Indicaciones

- Acuerden una acción para cuando suene una alarma.
- Sigan con otra actividad mientras esperan.
- Observa si recuerda la tarea al sonar.

Precauciones

- No elijas plazos demasiado largos al inicio.
- Adapta la señal a algo fácil de oír.
- No lo regañes si olvida la consigna.

Materiales

- Un reloj o temporizador.

Paso a paso



1. Acuerda una tarea sencilla para más tarde.
2. Programa una alarma en pocos minutos.
3. Realicen otra actividad mientras tanto.
4. Espera a que suene la señal.
5. Anímalo a cumplir la tarea acordada.

Consejo del terapeuta: Empieza con intervalos cortos y ve alargándolos según su seguridad.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Repetir la lista tras contar



Objetivo

Trabajar la retención frente a la interferencia de una tarea numérica.

Indicaciones

- Di una lista corta de palabras.
- Pide contar del uno al diez en el medio.
- Solicita repetir la lista después.

Precauciones

- No uses listas largas al comienzo.
- Adapta la tarea de conteo si distrae mucho.
- No insistas si recuerda solo algunas.

Materiales



No requiere materiales.

Paso a paso



1. Presenta cuatro palabras simples.
2. Pide que las repite una vez.
3. Interrumpe pidiendo contar hasta diez.
4. Solicita nuevamente la lista de palabras.
5. Ofrece pistas suaves si falta alguna.

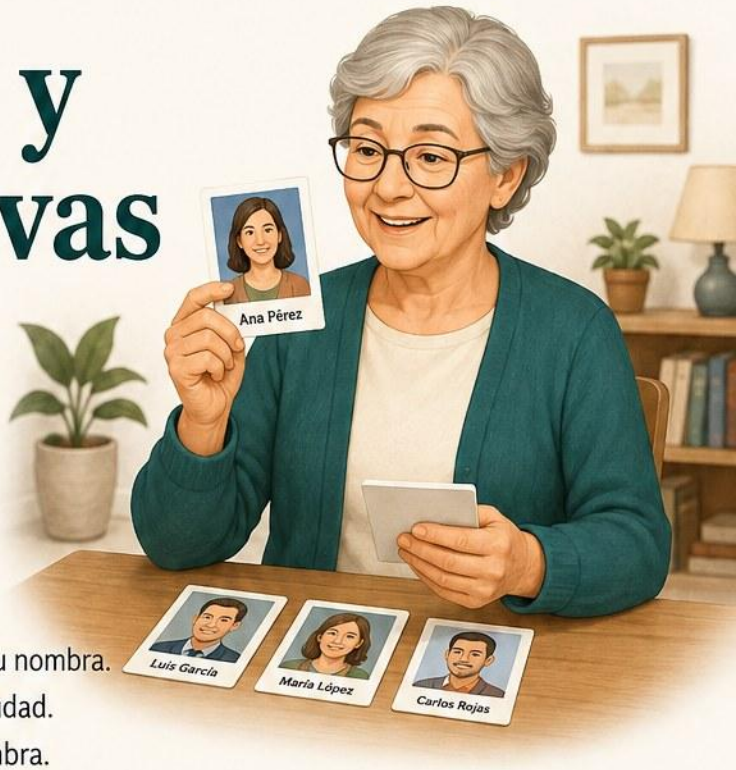
Consejo del terapeuta: Elige tú palabras concretas y fáciles de imaginar para apoyar el recuerdo.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Moderado

Nombres y caras nuevas



Objetivo

Asociar rostros con nombres y datos para reforzar la memoria asociativa.

Indicaciones

- Muestra fotos de personas con su nombra.
- Agrega un dato como oficio o ciudad.
- Luego pide identificar cada nombra.

Precauciones

- No presentes muchas caras a la vez.
- Adapta la cantidad al nivel.
- No lo corrijas con dureza al fallar.

Materiales

Fotos o tarjetas con rostros y nombres.

Paso a paso



1. Muestra dos o tres rostros con su nombra.
2. Cuenta un dato memorable de cada uno.
3. Guarda las tarjetas un momento.
4. Muestra un rostro y pide su nombra.
5. Recuerden juntos el dato asociado.

Consejo del terapeuta: Vincula cada nombra a una pista visual para que a él le resulte más fácil evocarlo.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Repetir una serie de golpes



Objetivo

Estimular la memoria auditiva de trabajo reproduciendo un patrón de sonidos.

Indicaciones

- Golpea la mesa con un patrón corto.
- Pide que lo repite igual.
- Aumenta los golpes de a uno.

Precauciones

- No hagas patrones muy rápidos.
- Adapta el largo a su nivel.
- No repitas hasta cansarlo.

Materiales

Una mesa o superficie.

Paso a paso



1. Explica que reproducirá golpes de memoria.
2. Haz dos golpes con una pausa clara.
3. Pide que copie el patrón.
4. Suma un golpe si acierta cómodo.
5. Termina con un patrón que logre repetir.

Consejo del terapeuta:
Marca tú un ritmo pausado para que pueda escuchar y retener cada golpe.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Cazar la palabra clave



Objetivo

Entrenar la atención sostenida detectando una palabra dentro de un relato.

Indicaciones

- Acuerden una palabra clave a vigilar.
- Lee un texto donde aparezca varias veces.
- Pide una señal cada vez que la oiga.

Precauciones

- No leas demasiado rápido.
- Adapta el largo del texto a su atención.
- No lo apures si pierde alguna.

Materiales

Un texto corto o relato.

Paso a paso



1. Elijan juntos la palabra a detectar.
2. Explica que debe avisar al oírla.
3. Lee el relato con ritmo tranquilo.
4. Cuenten cuántas veces la detectó.
5. Comenten el resultado con buen ánimo.

Consejo del terapeuta: Elige un cuento que le interese para que sostener la atención sea agradable.

Atención

Nivel: Moderado

Responde solo con los animales



Objetivo

Trabajar el control inhibitorio respondiendo a una categoría y frenando ante otra.

Indicaciones

- Acuerden dar una señal solo con animales.
- Menciona una mezcla de palabras.
- Pide inhibir la señal con las demás.

Precauciones

- No aceleres el ritmo al principio.
- Adapta la lista si se confunde seguido.
- No lo hagas sentir mal por errar.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Explica que responda solo al oír un animal.
2. Di palabras variadas con pausas.
3. Observa si acierta y frena a tiempo.
4. Refuerza los aciertos con calma.
5. Cierra con una ronda sencilla y positiva.

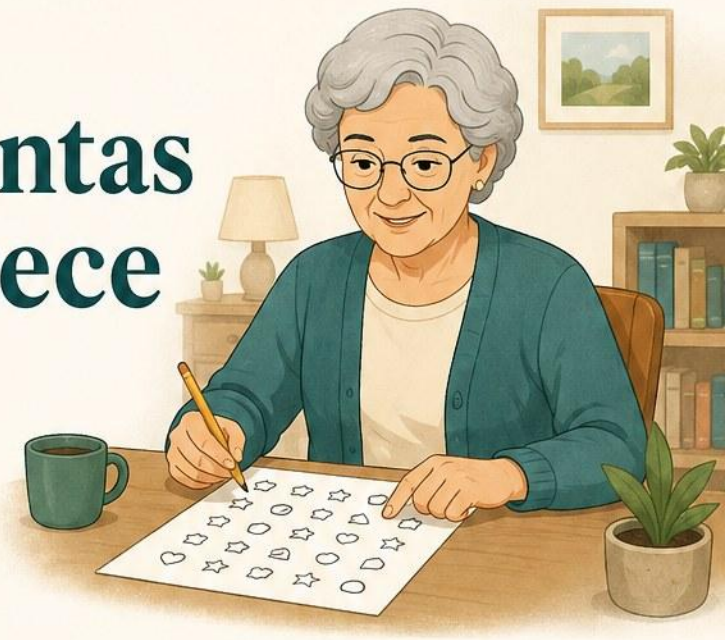
Consejo del terapeuta: Marca tú pausas amplias entre palabras para darle tiempo a decidir.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Contar cuántas veces aparece



Objetivo

Ejercitar la atención sostenida y la concentración contando repeticiones de un elemento.

Indicaciones

- Elige una letra, palabra o dibujo objetivo.
- Presenta una lista o serie con repeticiones.
- Pide contar cuántas veces aparece.

Precauciones

- No uses series muy largas al inicio.
- Adapta la densidad de repeticiones.
- No lo interrumpas mientras cuenta.

Materiales



Una hoja con símbolos o una lista leída.

Paso a paso



1. Indica el elemento que debe contar.
2. Presenta la serie de forma clara.
3. Deja que recorra y cuenta con calma.
4. Anota tú el total real para comparar.
5. Comenten el resultado sin presión.

Consejo del terapeuta: Prepara tú de antemano el conteo correcto para dar una devolución segura.

Atención

Nivel: Moderado

Saltar entre letras y números



Objetivo

Estimular la atención alternante cambiando entre dos secuencias distintas.

Indicaciones

- Pide alternar una letra y un número.
- Guía con el orden del abecedario y el conteo.
- Ayuda a retomar si pierde el hilo..

Precauciones

- No exijas velocidad al comienzo.
- Adapta la longitud de la serie.
- No lo corrijas de forma brusca..

Paso a paso

1. Explica la idea: A, 1, B, 2, C, 3.
2. Comienza tú los primeros pares.
3. Deja que continúe alternando.
4. Recuerda la última posición si duda.
5. Cierra en un punto cómodo para él.

Consejo del terapeuta:

Marca tú un ritmo lento para que el cambio de tarea no lo ago

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Contar campanadas con los ojos cerrados



Objetivo

Reforzar la atención auditiva y la concentración contando sonidos sin apoyo visual.

Indicaciones

- Pide cerrar los ojos y escuchar.
- Produce una cantidad de sonidos iguales.
- Solicita decir cuántos oyó.

Precauciones

- No hagas sonidos muy seguidos.
- Adapta el número al nivel.
- No lo sobresaltes con sonidos fuertes.

Materiales

Un objeto que suene, como una cuchara y un vaso.

Paso a paso



1. Invita a cerrar los ojos y relajarse.
2. Explica que contará los sonidos.
3. Produce los golpes con pausas claras.
4. Pide el total al terminar.
5. Confirmen juntos la cantidad correcta.

Consejo del terapeuta: Espacia tú los sonidos para que p… contarlos con tranquilidad.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Leve

Buscar el número perdido



Objetivo

Entrenar el rastreo visual y la atención selectiva localizando un número entre muchos.

Indicaciones

- Presenta una hoja con muchos números.
- Indica cuál debe encontrar.
- Pide señalarlo cada vez que aparezca.

Precauciones

- No uses una hoja muy cargada al inicio.
- Adapta el tamaño de letra si hace falta.
- No lo apures a terminar rápido.

Materiales

- Una hoja impresa con números.

Paso a paso



1. Entrega la hoja con la serie de números.
2. Indica el número objetivo a buscar.
3. Deja que recorra fila por fila.
4. Acompaña marcando los que encuentra.
5. Cuenten juntos cuántos halló.

Consejo del terapeuta: Sugiere que recorra de izquierda a derecha para no saltear ninguno.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Caminar y nombrar a la vez



Objetivo

Trabajar la atención dividida combinando una tarea física suave con una verbal.

Indicaciones

- Pide caminar despacio en un lugar seguro.
- Al mismo tiempo, que nombra elementos de una categoría.
- Acompaña de cerca para dar seguridad.

Precauciones

- No lo hagas si hay riesgo de caída.
- Adapta el ritmo y ofrece apoyo.
- No insistas si se marea o se cansa.

Materiales

Un espacio despejado y seguro.

Paso a paso



1. Elijan una categoría, como frutas.
2. Comienza a caminar a su lado.
3. Pide nombrar elementos mientras avanza.
4. Reduce el paso si le cuesta hablar.
5. Detente y descansen al terminar.

Consejo del terapeuta: Camina tú a su lado y frena la actividad ante cualquier señal de inestabilidad.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Todos

Palabras que riman



Objetivo

Estimular la fluidez verbal y la conciencia fonológica buscando rimas.

Indicaciones

- Di una palabra sencilla.
- Pide otras que rimen con ella.
- Acepten rimas simples y palabras inventadas con gracia.

Precauciones

- No elijas palabras sin rimas fáciles.
- Adapta la ayuda si se traba.
- No corrijas cada intento con dureza.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Explica qué significa que dos palabras rimen.
2. Da un ejemplo claro como gato y pato.
3. Ofrece una palabra para empezar.
4. Anota las rimas que vaya diciendo.
5. Cierra leyendo juntos la lista lograda.

Consejo del terapeuta: Da tú la primera rima como ejemplo para destrabar la búsqueda.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Todos

Completar el refrán



Objetivo

Activar la memoria semántica y el lenguaje automatizado completando dichos populares.

Indicaciones

- Di la primera parte de un refrán conocido.
- Pide que lo completa.
- Elige refranes de su generación.

Precauciones

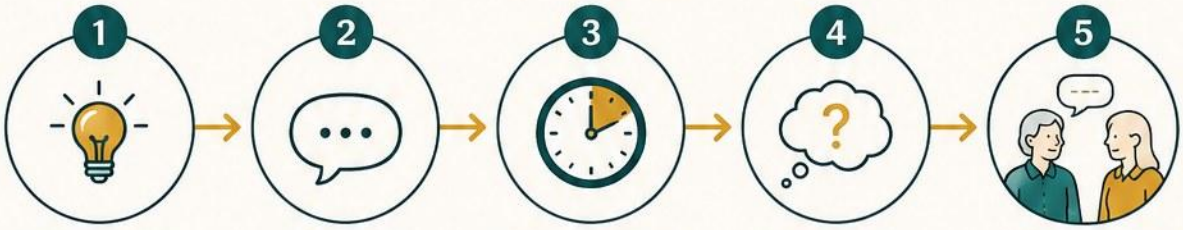
- No uses refranes muy raros.
- Adapta con pistas si no lo recuerda.
- No lo corrijas si ofrece otra versión válida.

Materiales



Una lista de refranes.

Paso a paso



1. Elige un refrán muy conocido.
2. Di solo la primera mitad.
3. Deja una pausa para que complete.
4. Da una pista si duda.
5. Comenten qué significa el refrán.

Consejo del terapeuta:
Elige refranes que él haya escuchado toda la vida para facilitar la evocación.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Palabras en un minuto



Objetivo

Ejercitar la fluidez verbal nombrando palabras de una categoría en un tiempo dado.

Indicaciones

- Elige una categoría, como animales.
- Pide nombrar todas las que pueda en un minuto.
- Anota cuántas logró.

Precauciones

- No presiones con el reloj a la vista.
- Adapta el tiempo si genera ansiedad.
- No compares con intentos anteriores en voz alta.

Materiales

- Un reloj o temporizador.

Paso a paso



1. Acuerden la categoría a explorar.
2. Explica que dirá palabras durante un minuto.
3. Toma el tiempo con discreción.
4. Anota cada palabra mencionada.
5. Cuenten juntos el total al final.

Consejo del terapeuta: Elige tú una categoría amplia y familiar para que fluyan las palabras.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Explícalo con tus palabras



Objetivo

Fortalecer el acceso al léxico y la expresión definiendo objetos comunes.

Indicaciones

- Nombra un objeto cotidiano.
- Pide que explique qué es y para qué sirve.
- Anima a usar sus propias palabras.

Precauciones

- No exijas definiciones de diccionario.
- Adapta a objetos familiares.
- No interrumpas su explicación.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso

1. Elige un objeto conocido, como una llave.
2. Pide que lo describe con sus palabras
3. Anima a decir su uso y forma.
4. Haz una pregunta si se traba.
5. Agradece la explicación y sigue con otro.

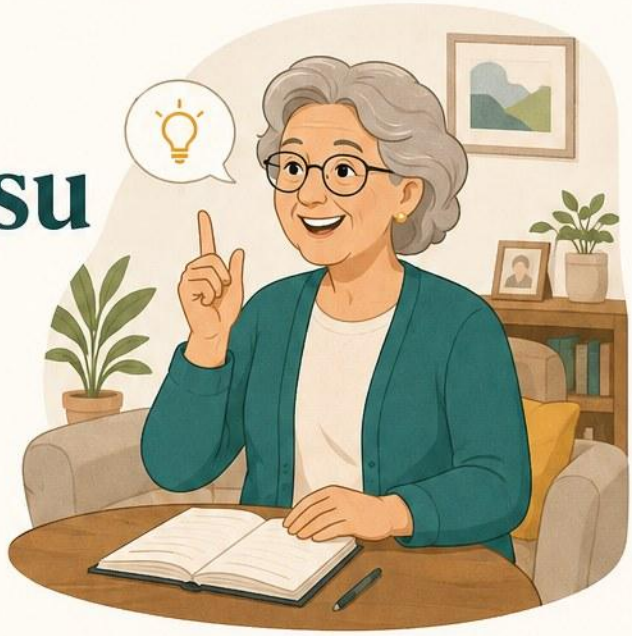
Consejo del terapeuta: Valora toda respuesta que capte la idea, aunque no sea la definición exacta.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Adivina la palabra por su definición



Objetivo

Estimular la evocación de palabras a partir de una descripción de su significado.

Indicaciones

- Describe un objeto sin nombrarlo.
- Pide que adivine de qué palabra hablas.
- Da pistas extra si hace falta.

Precauciones

- No uses conceptos abstractos difíciles.
- Adapta las pistas al nivel.
- No lo apures a responder.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Piensa una palabra concreta.
2. Descríbela por su uso y características.
3. Deja tiempo para que adivine.
4. Suma una pista si duda.
5. Confirma la palabra y elige otra.

Consejo del terapeuta: Prepara tú varias pistas de menor a mayor claridad para dosificar la ayuda.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Cadena de palabras por sílaba



Objetivo

Trabajar la fluidez y la conciencia silábica encadenando palabras.

Indicaciones

- Di una palabra y toma su última sílaba.
- Pide una nueva palabra que empieza con ella.
- Continúen la cadena por turnos.

Precauciones

- No exijas rapidez.
- Adapta con pistas si se traba.
- No descartes intentos aproximados.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Explica la regla con un ejemplo: casa, sapo.
2. Di la primera palabra.
3. Pide continuar con la última sílaba.
4. Sigue tú el turno para dar ritmo.
5. Cuenten cuántas palabras encadenaron.

Consejo del terapeuta: Repite tú en voz alta la última sílaba para orientar su búsqueda.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Di un sinónimo



Objetivo

Ampliar el acceso léxico buscando palabras de significado parecido.

Indicaciones

- Di una palabra común.
- Pide otra que signifique casi lo mismo.
- Acepten sinónimos cercanos.

Precauciones

- No uses palabras muy técnicas.
- Adapta con ejemplos si duda.
- No corrijas cada matiz de significado.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Explica qué es un sinónimo con un ejemplo.
2. Ofrece una palabra sencilla.
3. Espera a que proponga un sinónimo.
4. Da una pista de contexto si se traba.
5. Sigue con otra palabra a su ritmo.

Consejo del terapeuta:
Da tú un primer par de ejemplo para que capte bien la consigna.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Veinte preguntas



Objetivo

Ejercitar el razonamiento deductivo formulando preguntas para adivinar un objeto.

Indicaciones

- Piensa un objeto en secreto.
- Pide que haz preguntas de sí o no.
- Guía para que descarte por categorías.

Precauciones

- No elijas objetos demasiado abstractos.
- Adapta la cantidad de preguntas.
- No adelantes la respuesta antes de tiempo.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Elige un objeto y no lo reveles.
2. Explica que solo respondes sí o no.
3. Anima a preguntar por características generales.
4. Responde con claridad cada pregunta.
5. Celebra el acierto y cambien de rol.

Consejo del terapeuta: Sugiere empezar por preguntas amplias antes de ir a los detalles.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Descríbelo sin nombrarlo



Objetivo

Estimular la expresión y la circunlocución describiendo un objeto sin decir su nombre.

Indicaciones

- Muéstrale una tarjeta con un objeto.
- Pide que lo describe para que otro adivine.
- Recuérdale no decir el nombre.

Precauciones

- No uses objetos difíciles de describir.
- Adapta el nivel de las palabras.
- No lo apures durante la descripción.

Materiales



Tarjetas con imágenes de objetos.

Paso a paso



1. Entrega una tarjeta en secreto.
2. Explica que debe describir sin nombrar.
3. Anima a decir forma, color y uso.
4. Adivina tú a partir de sus pistas.
5. Comenten juntos y pasen a otra tarjeta.

Consejo del terapeuta: Valora las descripciones creativas aunque den vueltas para llegar a la idea.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Historia con tres palabras



Objetivo

Fomentar la creatividad verbal y la organización del discurso creando un relato.

Indicaciones

- Ofrece tres palabras sin relación.
- Pide inventar una historia que las incluya.
- Anima a un relato con inicio y final.

Precauciones

- No exijas una historia larga.
- Adapta las palabras a su interés.
- No juzgues la coherencia con dureza.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Elige tres palabras variadas.
2. Pide que las una en un relato.
3. Anima a empezar por el principio.
4. Escucha sin interrumpir.
5. Comenten la historia con entusiasmo.

Consejo del terapeuta: Elige palabras con las que él tenga recuerdos para que el relato fluya.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Alternar dos categorías al nombrar



Objetivo

Trabajar la flexibilidad cognitiva alternando entre dos categorías al listar palabras.

Indicaciones

- Elijan dos categorías, como frutas y colores.
- Pide nombrar una de cada, alternando.
- Ayuda a retomar el orden si se pierde.

Precauciones

- No exijas velocidad.
- Adapta a categorías familiares.
- No lo corrijas de forma brusca.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso

1. Definan las dos categorías.
2. Explica que debe ir alternando.
3. Da tú el primer ejemplo de cada una.
4. Deja que continúe alternando.
5. Recuerden juntos cuál toca si duda.

Consejo del terapeuta: Nombra tú en voz alta la categoría que sigue cuando notes que se traba.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Familias de palabras



Objetivo

Ampliar el vocabulario generando palabras derivadas de una misma raíz.

Indicaciones

- Elige una palabra base, como pan.
- Pide palabras relacionadas, como panadero o panadería.
- Acompaña con ejemplos si se traba.

Precauciones

- No uses raíces poco productivas.
- Adapta con pistas si le cuesta.
- No descartes aportes cercanos.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Presenta la palabra base.
2. Explica que buscan palabras de la misma familia.
3. Da un ejemplo para empezar.
4. Anota las palabras que aporte.
5. Lean juntos la familia formada.

Consejo del terapeuta: Elige tú raíces cotidianas para que las derivadas surjan con naturalidad.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Formar palabras con letras sueltas



Objetivo

Estimular el lenguaje y la memoria de trabajo combinando letras para armar palabras.

Indicaciones

- Entrega un grupo de letras móviles.
- Pide formar la mayor cantidad de palabras.
- Anima a probar combinaciones.

Precauciones

- No uses demasiadas letras al inicio.
- Adapta incluyendo vocales suficientes.
- No lo apures a encontrarlas.

Materiales



Letras móviles o tarjetas con letras.



Paso a paso



1. Coloca seis o siete letras a la vista.
2. Explica que arme palabras posibles.
3. Anima a empezar por palabras cortas.
4. Anota cada palabra que forme.
5. Cuenten juntos cuántas logró.

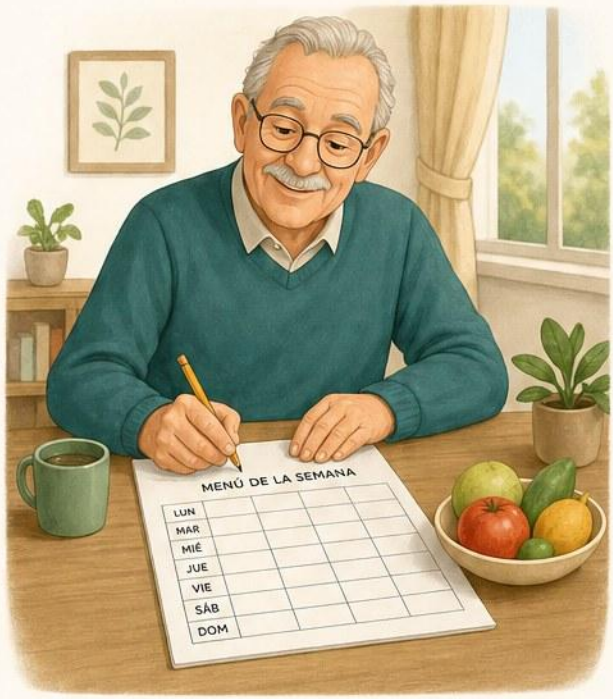
Consejo del terapeuta: Incluye tú varias vocales para que siempre pueda formar alguna palabra.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Planear el menú de la semana



Objetivo

Ejercitar la planificación organizando comidas para varios días.

Indicaciones

- Pide pensar una comida por día.
- Anímalo a variar y equilibrar.
- Anota el plan para revisarlo.

Precauciones

- No sobrecargues con demasiados días.
- Adapta a sus gustos y posibilidades.
- No critiques sus elecciones.

Materiales

- Papel y lápiz.

Paso a paso



1. Explica que armará el menú de la semana.
2. Recorran los días uno por uno.
3. Anota cada comida elegida.
4. Revisen que haya variedad.
5. Lean juntos el plan terminado.

Consejo del terapeuta: Guía con preguntas para que él decida cada comida y sienta el plan como suyo.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

El acertijo de lógica



Objetivo

Estimular el razonamiento resolviendo un problema con pistas.

Indicaciones

- Presenta un racertijo corto con pistas claras.
- Léelo despacio y repítelo si hace falta.
- Guía el razonamiento paso a paso.

Precauciones

- No uses acertijos con trampa.
- Adapta la dificultad a su nivel.
- No des la respuesta enseguida.

Materiales

Un acertijo escrito.

Paso a paso



1. Lee el acertijo con calma.
2. Repasa las pistas una por una.
3. Anima a pensar en voz alta.
4. Da una pista extra si se estanca.
5. Comenten juntos la solución.

Consejo del terapeuta: Elige tú acertijos con solución lógica y dobla sentido para no frustrarlo.

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Preparar el desayuno paso a paso



Objetivo

Trabajar la secuenciación y la planificación ordenando los pasos de una rutina real.

Indicaciones

- Pide describir cómo prepara su desayuno.
- Anímalo a decir los pasos en orden.
- Ayuda a completar si falta alguno.

Precauciones

- No lo corrijas de forma tajante.
- Adapta a su forma habitual de hacerlo.
- No conviertas la charla en examen.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Invita a imaginar la preparación del desayuno.
2. Pide el primer paso.
3. Avancen paso por paso en orden.
4. Pregunta qué sigue si se salta algo.
5. Repasen juntos la secuencia completa.

Consejo del terapeuta: Usa una rutina que él conozca de memoria para que ordenar los pasos sea natural.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Vestirse según el clima



Objetivo

Ejercitar el juicio y la toma de decisiones eligiendo ropa adecuada a una situación.

Indicaciones

- Plantea un clima, como día de lluvia.
- Pide elegir qué ropa usar.
- Comenten por qué conviene esa elección.

Precauciones

- No plantees situaciones confusas.
- Adapta a prendas conocidas.
- No descartes sus decisiones razonables.

Materiales

Tarjetas de ropa o solo la imaginación.

Paso a paso



1. Describe una situación de clima.
2. Pide elegir prendas adecuadas.
3. Pregunta el motivo de la elección.
4. Plantea otro clima distinto.
5. Comparen las decisiones tomadas.

Consejo del terapeuta: Propón climas bien diferentes para que la elección tenga sentido claro.

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Cambia la regla del juego



Objetivo

Estimular la flexibilidad cognitiva cambiando el criterio de clasificación a mitad de tarea.

Indicaciones

- Pide clasificar objetos por un criterio.
- Luego cambia la regla a otro criterio.
- Ayuda a reorganizar según la nueva regla.

Precauciones

- No cambies la regla muy seguido.
- Adapta con criterios simples.
- No lo apures en el cambio.

Materiales

Objetos o tarjetas variadas.

Paso a paso



1. Pide agrupar por color, por ejemplo.
2. Deja que forme los grupos.
3. Anuncia que ahora agrupa por tamaño.
4. Acompaña la reorganización.
5. Comenten cómo cambió el resultado.

Consejo del terapeuta: Avisa con claridad el cambio de regla para que note que ahora manda otro criterio.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

¿Qué harías si...?



Objetivo

Trabajar la resolución de problemas cotidianos ante situaciones imprevistas.

Indicaciones

- Plantea una situación común y sencilla.
- Pide que proponga una solución.
- Valida las respuestas razonables.

Precauciones

- No uses situaciones angustiantes.
- Adapta a su vida diaria.
- No juzgues las soluciones simples.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Describe una situación, como perder las llaves.
2. Pregunta qué haría en ese caso.
3. Escucha su propuesta.
4. Anima a pensar una alternativa más.
5. Comenten cuál conviene y por qué.

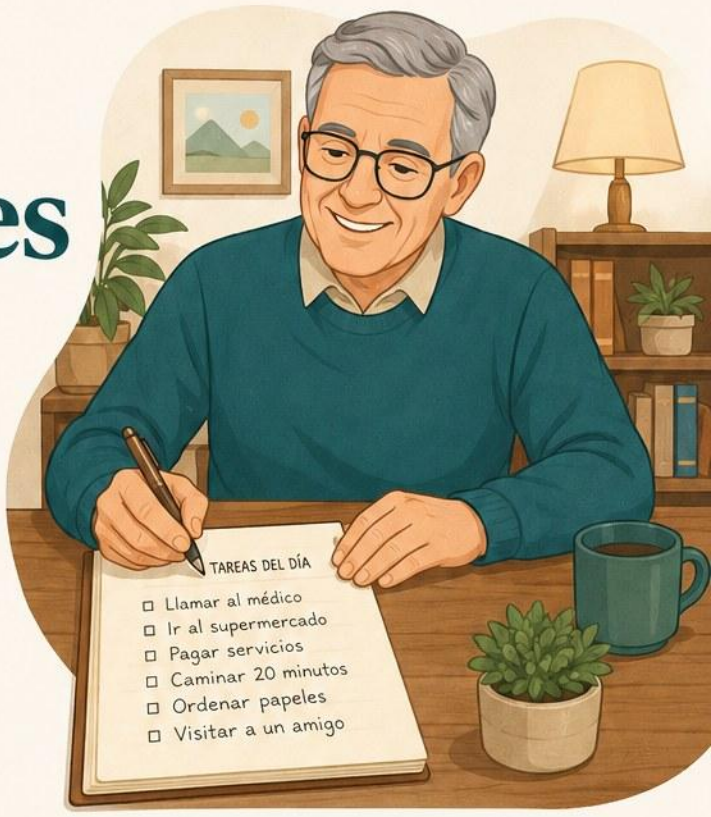
Consejo del terapeuta: Elige situaciones realistas y cercanas para que las soluciones tengan sentido para él.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Ordenar prioridades del día



Objetivo

Ejercitar la planificación y el criterio ordenando tareas por importancia.

Indicaciones

- Presenta una lista de tareas del día.
- Pide ordenarlas por prioridad.
- Comenten el motivo de cada orden.

Precauciones

- No uses listas muy largas.
- Adapta a tareas realistas.
- No impongas tu propio orden.

Materiales

Papel y lápiz.

Paso a paso

1. Escriban juntos tres o cuatro tareas.
2. Explica que las ordena por importancia.
3. Pregunta cuál va primero y por qué.
4. Anota el orden que él proponga.
5. Revisen si el plan es cómodo.

Consejo del terapeuta: Deja que él justifique el orden; el razonamiento vale más que la respuesta perfecta.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Descubre la regla oculta



Objetivo

Estimular el razonamiento inductivo descubriendo el patrón de una serie.

Indicaciones

- Arma una serie con una regla simple.
- Pide adivinar cómo continúa.
- Anima a explicar la regla que encontró.

Precauciones

- No uses reglas muy complejas.
- Adapta con pistas si se estanca.
- No reveles la regla de inmediato.

Materiales

Objetos, dibujos o números en serie.

Paso a paso



1. Presenta los primeros elementos de la serie.
2. Pide observar qué patrón siguen.
3. Anima a proponer el siguiente elemento.
4. Da una pista si le cuesta.
5. Confirmen juntos la regla oculta.

Consejo del terapeuta: Muestra tú suficientes elementos para que el patrón se vuelva reconocible.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Anticipar el final



Objetivo

Trabajar el razonamiento causal anticipando la consecuencia de una situación.

Indicaciones

- Describe el inicio de una situación.
- Pide predecir qué pasará después.
- Comenten distintos desenlaces posibles.

Precauciones

- No uses escenas angustiantes.
- Adapta a hechos cotidianos.
- No descartes finales razonables.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Cuenta el comienzo de una escena simple.
2. Pregunta qué cree que ocurrirá.
3. Escucha su predicción.
4. Propón otra posibilidad para comparar.
5. Comenten cuál es más probable.

Consejo del terapeuta: Usa situaciones de la vida diaria para que la predicción se apoya en su experiencia.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Torres por tamaño con regla



Objetivo

Ejercitar la planificación y el control apilando piezas siguiendo una consigna.

Indicaciones

- Entrega piezas o vasos de distintos tamaños.
- Da una regla, como del más grande al más chico.
- Pide armar la torre respetando la regla.

Precauciones

- No uses demasiadas piezas al inicio.
- Adapta la regla al nivel.
- No lo apures al construir.

Materiales

Vasos o cajas de distintos tamaños.

Paso a paso



1. Coloca las piezas mezcladas a la vista.
2. Explica la regla de orden.
3. Pide planear antes de empezar.
4. Acompaña el armado de la torre.
5. Revisen juntos si respetó la regla.

Consejo del terapeuta: Invita a mirar todas las piezas antes de empezar para que planifique el orden.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

El vuelto de la compra



Objetivo

Trabajar el cálculo funcional estimando el cambio de una compra sencilla.

Indicaciones

- Plantea un precio y un pago con billete.
- Pide calcular cuánto vuelto corresponde.
- Usa cifras redondas al inicio.

Precauciones

- No uses cifras difíciles al comienzo.
- Adapta con apoyo de monedas reales.
- No lo apures con el cálculo.

Materiales

Monedas y billetes de juguete o reales.

Paso a paso



1. Plantea una compra con un precio claro.
2. Indica con qué billete se paga.
3. Pide calcular el vuelto.
4. Verifiquen contando monedas si hace falta.
5. Repitan con otro precio a su ritmo.

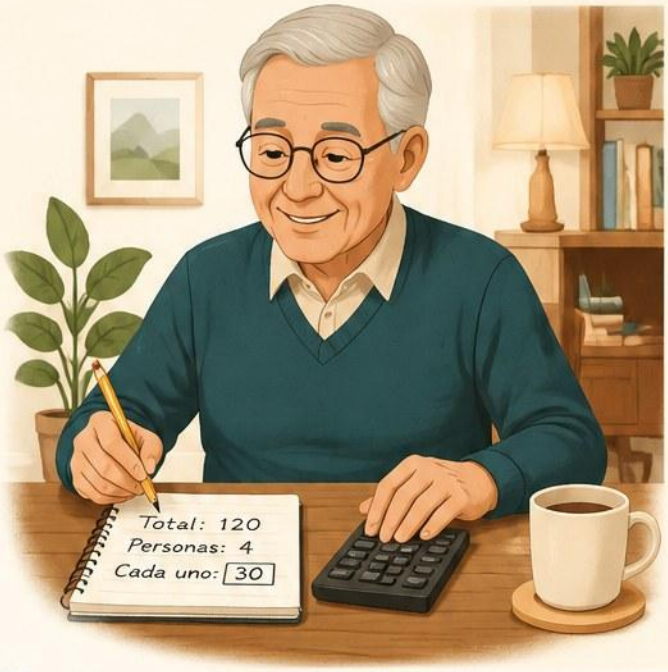
Consejo del terapeuta: Apóyate en dinero real para que el cálculo se sienta cercano y concreto.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Dividir la cuenta



Objetivo

Ejercitar el cálculo funcional repartiendo un total entre varias personas.

Indicaciones

- Plantea un total y una cantidad de personas.
- Pide calcular cuánto paga cada una.
- Usa números que se dividan de forma pareja.

Precauciones

- No uses divisiones con decimales al inicio.
- Adapta la dificultad al nivel.
- No lo corrijas con impaciencia.

Materiales



Papel y lápiz.

Paso a paso



1. Plantea una cuenta compartida sencilla.
2. Indica entre cuántos se divide.
3. Pide calcular la parte de cada uno.
4. Verifiquen sumando las partes.
5. Prueben con otro reparto simple.

Consejo del terapeuta:
Elige totales divisibles en partes iguales para que el reparto salga claro.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Receta para el dobla de personas



Objetivo

Trabajar el cálculo funcional ajustando cantidades de una receta.

Indicaciones

- Toma una receta con ingredientes conocidos.
- Pide calcular las cantidades para el dobla.
- Recorran ingrediente por ingrediente.

Precauciones

- No uses recetas con muchos ingredientes.
- Adapta a números fáciles de duplicar.
- No lo apures con las cuentas.

Materiales

Una receta simple escrita.

Paso a paso



1. Lean la receta original juntos.
2. Explica que servirá para el dobla.
3. Pide duplicar cada cantidad.
4. Anota los nuevos valores.
5. Revisen la receta ajustada.

Consejo del terapeuta:
Empieza duplicando y, si va cómodo, prueba luego con la mitad para variar.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Moderado

¿Cuánto falta para la hora?



Objetivo

Ejercitar el cálculo temporal estimando el tiempo hasta un momento dado.

Indicaciones

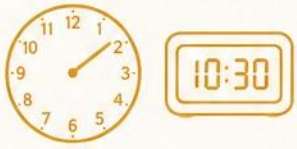
- Indica la hora actual y una hora futura.
- Pide calcular cuánto falta.
- Apóyate en un reloj visible.

Precauciones

- No uses intervalos complicados al inicio.
- Adapta con horas redondas.
- No lo apures a responder.

Materiales

- Un reloj con agujas o digital.



Paso a paso



1. Muestra la hora actual en el reloj.
2. Menciona una hora más tarde.
3. Pide calcular los minutos u horas que faltan.
4. Verifiquen mirando el reloj.
5. Repitan con otro horario.

Consejo del terapeuta: Usa un reloj de agujas para que pueda visualizar el paso del tiempo.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Sumar las monedas del monedero



Objetivo

Reforzar el cálculo funcional y el reconocimiento del dinero sumando su valor.

Indicaciones

- Coloca varias monedas sobre la mesa.
- Pide identificar y sumar su valor.
- Acompaña el conteo si hace falta.

Precauciones

- No uses demasiadas monedas al inicio.
- Adapta a valores que reconozca.
- No lo apures durante la suma.

Materiales



Monedas variadas.

Paso a paso



1. Coloca un grupo de monedas a la vista.
2. Pide reconocer el valor de cada una.
3. Anima a sumarlas de a poco.
4. Verifiquen el total juntos.
5. Cambia las monedas y repitan.

Consejo del terapeuta:
Ordena las monedas de mayor a menor valor para facilitar la suma.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

El presupuesto del mercado



Objetivo

Ejercitar la planificación y el cálculo ajustando una compra a un presupuesto.

Indicaciones

- Da un presupuesto y una lista de precios.
- Pide elegir qué comprar sin pasarse.
- Sumen el gasto de lo elegido.

Precauciones

- No uses listas muy extensas.
- Adapta los precios a cifras claras.
- No critiques sus elecciones.

Materiales

Una lista de productos con precios

Papel y lápiz.

Paso a paso



1. Presenta el presupuesto disponible.
2. Muestra los productos y sus precios.
3. Pide elegir dentro del límite.
4. Sumen el gasto total.
5. Revisen que no se pasó del presupuesto.

Consejo del terapeuta: Elige precios redondos para que el control del presupuesto sea más sencillo.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Calcular la edad por el año



Objetivo

Trabajar el cálculo funcional obteniendo edades a partir del año de nacimiento.

Indicaciones

- Menciona un año de nacimiento.
- Pide calcular la edad actual.
- Apóyate en el año en curso.

Precauciones

- No uses años difíciles de restar.
- Adapta con apoyo escrito.
- No lo apures con la resta.

Materiales

Papel y lápiz.

Paso a paso



1. Recuerden juntos el año actual.
2. Menciona un año de nacimiento.
3. Pide restar para hallar la edad.
4. Verifiquen el resultado.
5. Prueben con otra fecha conocida.

Consejo del terapeuta: Empieza por su propio año de nacimiento para que el cálculo tenga sentido personal.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Medidas de cocina



Objetivo

Reforzar el cálculo funcional convirtiendo medidas comunes de cocina.

Indicaciones

- Plantea equivalencias simples de cocina.
- Pide convertir de una medida a otra.
- Usa ejemplos de tazas y cucharadas.

Precauciones

- No uses conversiones poco usuales.
- Adapta a medidas conocidas.
- No lo apures con las cuentas.

Materiales



Tazas y cucharas medidoras.

Paso a paso



1. Explica una equivalencia sencilla.
2. Plantea una cantidad a convertir.
3. Pide calcular la equivalencia.
4. Verifiquen con los utensilios.
5. Prueben con otra medida.

Consejo del terapeuta:
Muestra los utensilios reales para que la conversión sea concreta y visible.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Imitar la secuencia de manos



Objetivo

Estimular las praxias y la memoria motora reproduciendo una secuencia de gestos.

Indicaciones

- Haz una serie corta de posiciones de la mano.
- Pide que la repite en el mismo orden.
- Aumenta los movimientos de a uno.

Precauciones

- No hagas secuencias muy rápidas.
- Adapta a movimientos cómodos para sus manos.
- No lo corrijas con dureza.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Muestra dos gestos, como puño y palma.
2. Pide que los repite en orden.
3. Suma un tercer gesto si acierta.
4. Repite la serie si lo necesita.
5. Cierra con una secuencia que logre bien.

Consejo del terapeuta: Haz los gestos despacio y bien marcados para que pueda memorizarlos.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Leve

Gestos de la vida diaria



Objetivo

Trabajar las praxias representando con mímica acciones cotidianas.

Indicaciones

- Nombra una acción, como saludar o despedirse.
- Pide representarla con gestos.
- Comenten qué acción es cada mímica.

Precauciones

- No pidas gestos que le resulten incómodos.
- Adapta a acciones familiares.
- No fuerces movimientos amplios.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Nombra una acción cotidiana.
2. Pide representarla sin palabras.
3. Observa el gesto con atención.
4. Adivinen juntos otra acción por mímica.
5. Alternen los roles para variar.

Consejo del terapeuta:

Elige acciones muy conocidas para que los gestos surjan de forma natural.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Doblar el papel en pasos



Objetivo

Estimular las praxias construccionales siguiendo una secuencia de pliegues.

Indicaciones

- Muestra un doblez simple del papel.
- Pide que copie cada paso en orden.
- Avancen de a un pliegue por vez.

Precauciones

- No uses figuras muy complejas.
- Adapta el ritmo a su motricidad.
- No lo apures entre pasos.

Materiales

- Hojas de papel.

Paso a paso



1. Entrega una hoja a cada uno.
2. Haz el primer doblez y espera que copie.
3. Continúa con el siguiente pliegue.
4. Acompaña si se traba en un paso.
5. Comparen las figuras terminadas.

Consejo del terapeuta: Haz cada pliegue despacio y a la vista para que pueda imitarlo con calma.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Dibujar el reloj



Objetivo

Ejercitar la organización visoespacial y la planificación dibujando un reloj con una hora.

Indicaciones

- Pide dibujar un reloj redondo con sus números.
- Indica una hora para marcar con las agujas.
- Acompaña sin dibujar por él.

Precauciones

- No lo corrijas mientras dibuja.
- Adapta la hora a algo sencillo.
- No conviertas la tarea en examen.

Materiales



Papel y lápiz.

Paso a paso



1. Pide dibujar el círculo del reloj.
2. Anima a ubicar los doce números.
3. Indica una hora concreta.
4. Pide dibujar las agujas en esa hora.
5. Comenten juntos el resultado.

Consejo del terapeuta: Elige una hora fácil como las tres en punto para que la consigna sea clara.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Secuencia de tres gestos



Objetivo

Estimular las praxias y el control motor repitiendo una serie fija de movimientos de mano.

Indicaciones

- Muestra tres posiciones seguidas de la mano.
- Pide repetirlas siempre en el mismo orden.
- Practiquen la serie varias veces.

Precauciones

- No aceleres el ritmo.
- Adapta los gestos a su comodidad.
- No lo presiones si se equivoca.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Enseña la serie de tres gestos.
2. Realízala tú despacio dos veces.
3. Pide que la copie contigo.
4. Deja que la haz solo.
5. Repitan hasta que la logre con soltura.

Consejo del terapeuta: Repite tú la serie a su lado hasta que el ritmo le salga automático.

Orientación

Nivel: Todos

Adivinar por el peso



Objetivo

Estimular la gnosia táctil comparando objetos por su peso.

Indicaciones

- Entrega dos objetos de peso distinto.
- Pide indicar cuál pesa más.
- Varía las parejas de objetos.

Precauciones

- No uses objetos pesados que lo lastimen.
- Adapta a diferencias de peso claras.
- No lo apures al comparar.

Materiales



Objetos de distinto peso.

Paso a paso



1. Coloca un objeto en cada mano.
2. Pide sopesarlos con calma.
3. Pregunta cuál es más pesado.
4. Confirmen la respuesta.
5. Cambien los objetos y repitan.

Consejo del terapeuta:
Elige al inicio diferencias de peso bien marcadas para que note el contraste.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Todos

¿Qué instrumento suena?



Objetivo

Trabajar la gnosia auditiva reconociendo sonidos de instrumentos musicales.

Indicaciones

- Reproduce sonidos de instrumentos conocidos.
- Pide identificar cuál es cada uno.
- Comenten dónde suele escucharse.

Precauciones

- No uses volúmenes altos.
- Adapta a instrumentos familiares.
- No lo apures a responder.

Materiales

Grabaciones de sonidos de instrumentos.

Paso a paso



1. Explica que escuchará instrumentos.
2. Reproduce un sonido a la vez.
3. Pide nombrar el instrumento.
4. Confirmen juntos la respuesta.
5. Comenten alguna canción con ese instrumento.

Consejo del terapeuta: Empieza con instrumentos muy distintos entre sí para facilitar el reconocimiento.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Moderado

Reconocer el objeto ampliado



Objetivo

Estimular la gnosia visual identificando objetos vistos muy de cerca o en fragmento.

Indicaciones

- Muestra imágenes de detalles de objetos.
- Pide adivinar de qué objeto se trata.
- Revelen la imagen completa al final.

Precauciones

- No uses imágenes muy confusas.
- Adapta a objetos conocidos.
- No lo apures a adivinar.

Materiales



Imágenes de detalles u objetos ampliados.

Paso a paso



1. Muestra el detalle ampliado de un objeto.
2. Pide observar formas y colores.
3. Anima a proponer qué objeto es.
4. Da una pista si duda.
5. Muestra la imagen completa y comenten.

Consejo del terapeuta:
Ten a mano la imagen completa para revelar el objeto y cerrar con claridad.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Todos

¿De quién es la voz?



Objetivo

Trabajar la gnosia auditiva reconociendo voces de personas conocidas.

Indicaciones

- Reproduce grabaciones breves de voces familiares.
- Pide identificar a cada persona.
- Comenten cómo la reconoció.

Precauciones

- No uses grabaciones de mala calidad.
- Adapta a voces muy conocidas.
- No lo presiones si no la reconoce.

Materiales

Grabaciones cortas de voces conocidas.

Paso a paso



1. Explica que escuchará voces conocidas.
2. Reproduce una grabación corta.
3. Pide decir de quién es la voz.
4. Confirmen la respuesta juntos.
5. Comenten un recuerdo con esa persona.

Consejo del terapeuta: Usa voces de personas cercanas para que el reconocimiento despierte afecto.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Todos

Aromas de la cocina



Objetivo

Estimular la gnosia olfativa reconociendo aromas cotidianos de la cocina.

Indicaciones

- Ofrece oler alimentos o especias comunes.
- Pide identificar cada aroma.
- Comenten con qué comida lo asocia.

Precauciones

- No uses olores fuertes o irritantes.
- Adapta a aromas conocidos.
- No fuerces si tiene rechazo a alguno.

Materiales

Alimentos o especias aromáticas.

Paso a paso



1. Prepara varios aromas suaves.
2. Pide oler uno a la vez con los ojos cerrados.
3. Anima a nombrar el aroma.
4. Confirmen juntos qué era.
5. Comenten un plato con ese ingrediente.

Consejo del terapeuta: Elige aromas familiares de su cocina para conectar el olor con recuerdos.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Moderado

Monedas al tacto



Objetivo

Trabajar la gnosia táctil reconociendo monedas sin mirarlas.

Indicaciones

- Coloca monedas en una bolsa o su mano.
- Pide identificarlas solo con el tacto.
- Verifiquen mirándolas después.

Precauciones

- No uses monedas muy pequeñas.
- Adapta a valores que reconozca.
- No lo apures al palpar.

Materiales



Monedas variadas



Una bolsa de tela

Paso a paso



1. Coloca las monedas en la bolsa.
2. Pide tomar una sin mirar.
3. Anima a reconocerla por tamaño y bordes.
4. Que diga qué moneda cree que es.
5. Verifiquen sacándola a la vista.

Consejo del terapeuta: Empieza con monedas de tamaños bien distintos para que el tacto las diferencie.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Todos

La fecha completa de hoy



Objetivo

Reforzar la orientación temporal recordando el día, mes y año actuales.

Indicaciones

- Pregunta con calma qué fecha es hoy.
- Recorran día de la semana, número, mes y año.
- Apóyate en un calendario si hace falta.

Precauciones

- No lo hagas sentir evaluado.
- Adapta con pistas amables.
- No lo corrijas con dureza.

Materiales

- Un calendario.

Paso a paso



1. Pregunta qué día de la semana es.
2. Sigue con el número del día.
3. Pregunta el mes y luego el año.
4. Consulten el calendario para confirmar.
5. Repasen juntos la fecha completa.

Consejo del terapeuta: Ten un calendario a la vista para apoyar la respuesta sin ponerlo en aprietos.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Todos

Estación, mes y clima



Objetivo

Trabajar la orientación temporal vinculando el mes, la estación y el clima.

Indicaciones

- Pregunta en qué mes y estación están.
- Comenten cómo es el clima típico.
- Relacionen con la ropa de la época.

Precauciones

- No lo apures a responder.
- Adapta con pistas del entorno.
- No conviertas la charla en examen.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Pregunta el mes actual.
2. Pregunta a qué estación pertenece.
3. Comenten el clima habitual.
4. Relacionen con actividades de la época.
5. Cierren con qué ropa conviene usar.

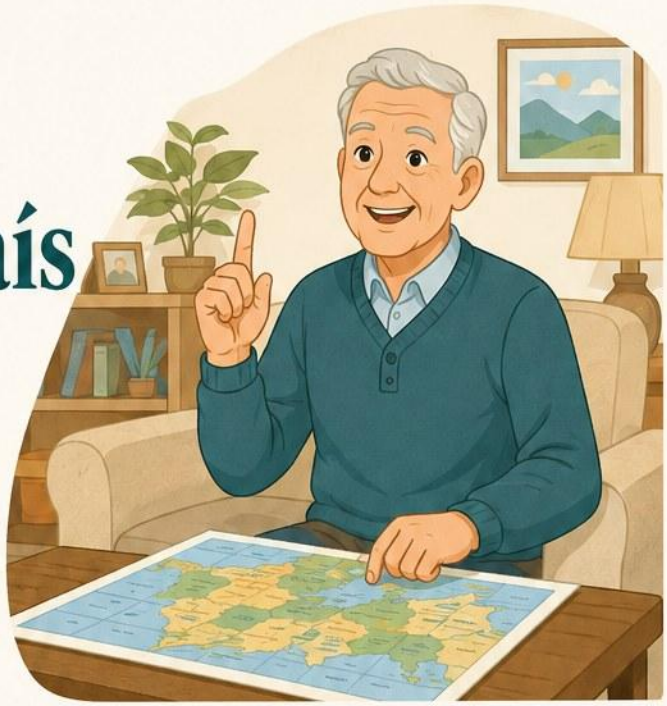
Consejo del terapeuta: Mira por la ventana con él para anclar la charla en el clima reali de hoy.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Todos

Mi ciudad, provincia y país



Objetivo

Reforzar la orientación espacial ubicando el lugar donde vive.

Indicaciones

- Pregunta en qué ciudad se encuentra.
- Amplíen a la provincia o región y al país.
- Comenten datos del lugar.

Precauciones

- No lo hagas sentir examinado.
- Adapta con pistas suaves.
- No lo corrijas de forma tajante.

Materiales



Un mapa, opcional.

Paso a paso



1. Pregunta la ciudad donde vive.
2. Sigue con la provincia o región.
3. Pregunta el país.
4. Ubiquen el lugar en un mapa si lo tienen.
5. Comenten algo que le guste del lugar.

Consejo del terapeuta:
Aprovecha un mapa para que ubicar su lugar sea también un paseo agradable.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Todos

¿Qué día fue ayer?



Objetivo

Ejercitar la orientación temporal calculando días anteriores y posteriores.

Indicaciones

- Pregunta qué día es hoy.
- Pide deducir qué día fue ayer y será mañana.
- Apóyate en el calendario si hace falta.

Precauciones

- No lo apures.
- Adapta con pistas amables.
- No lo corrijas con dureza.

Materiales

- Un calendario.

Paso a paso



1. Pregunta el día de hoy.
2. Pide nombrar el de ayer.
3. Pide nombrar el de mañana.
4. Confirmen con el calendario.
5. Repasen juntos los tres días.

Consejo del terapeuta:
Recita con él los días de la semana en orden para apoyar el cálculo.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Leve

El momento del día



Objetivo

Trabajar la orientación temporal relacionando actividades con partes del día.

Indicaciones

- Menciona una actividad cotidiana.
- Pide indicar en qué momento del día ocurre.
- Comenten su rutina diaria.

Precauciones

- No uses actividades ambiguas.
- Adapta a su rutina habitual.
- No lo apures a responder.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Nombra una actividad, como desayunar.
2. Pregunta en qué momento del día se hace.
3. Continúa con otras actividades.
4. Ordenen su rutina de la mañana a la noche.
5. Comenten qué hace en cada momento.

Consejo del terapeuta:

Apóyate en su propia rutina para que las respuestas surjan de su experiencia.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Mi línea de vida



Objetivo

Estimular la memoria autobiográfica ordenando hechos importantes de su vida en el tiempo.

Indicaciones

- Invita a recordar hechos marcantes de su vida.
- Ayuda a ubicarlos en orden en el tiempo.
- Acompaña la charla con calidez.

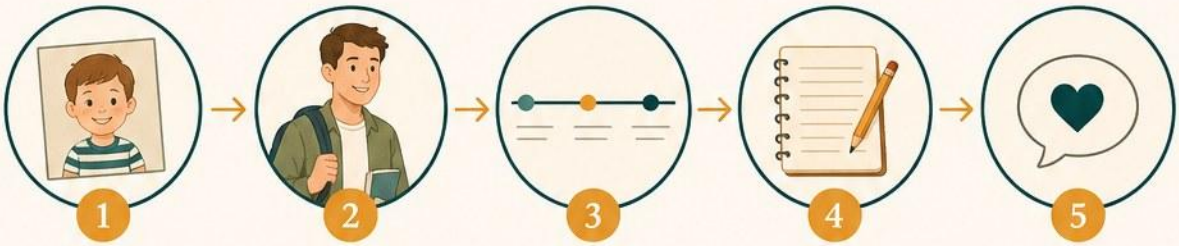
Precauciones

- No fuerces recuerdos dolorosos.
- Adapta el ritmo a su emoción.
- No lo corrijas si duda con las fechas.

Materiales

Papel y lápiz, opcional.

Paso a paso



1. Invita a recordar su infancia.
2. Avancen hacia la juventud y la adultez.
3. Ubiquen cada hecho en su época.
4. Anota los hitos si él quiere.
5. Cierren repasando su línea de vida.

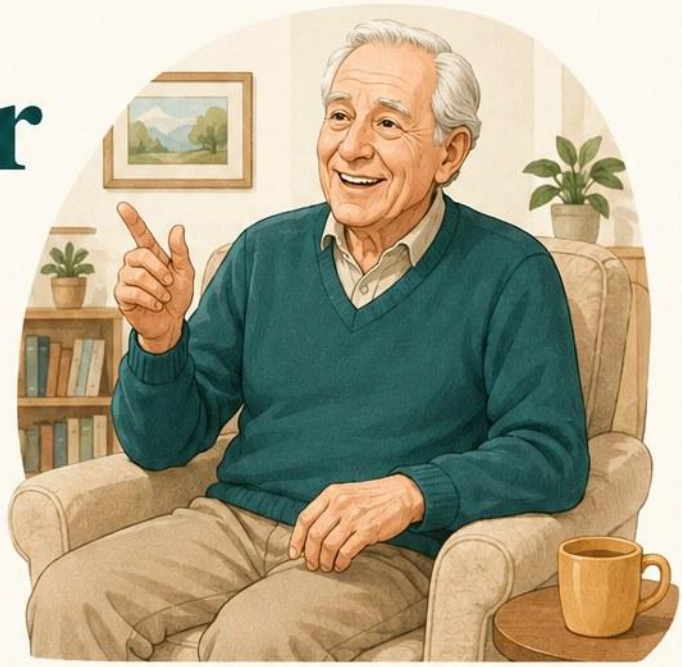
Consejo del terapeuta: Deja que él elige qué recuerdos compartir y acompáñalo sin apurar.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Mi primer trabajo



Objetivo

Activar la reminiscencia evocando recuerdos del primer empleo.

Indicaciones

- Pregunta por su primer trabajo.
- Anima a describir tareas y compañeros.
- Escucha con interés genuino.

Precauciones

- No insistas si el recuerdo incomoda.
- Adapta el ritmo a su emoción.
- No corrijas los detalles que evoque.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Pregunta cuál fue su primer trabajo.
2. Anima a contar cómo lo consiguió.
3. Pregunta por sus tareas diarias.
4. Recuerden a compañeros o jefes.
5. Cierren con qué aprendió de esa etapa.

Consejo del terapeuta: Haz preguntas abiertas para que el relato fluya a su propio ritmo.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

El día de mi boda



Objetivo

Estimular la reminiscencia recordando un día significativo de su historia.

Indicaciones

- Invita a recordar el día de su boda o una celebración importante.
- Pregunta por detalles como la música o la comida.
- Acompaña con afecto.

Precauciones

- No insistas si el tema entristece.
- Adapta a su historia personal.
- No lo corrijas si mezcla detalles.

Materiales

Fotos, opcional.

Paso a paso



1. Invita a recordar esa celebración.
2. Pregunta quiénes estuvieron presentes.
3. Recuerden la música y la comida.
4. Comenten una anécdota del día.
5. Cierren con lo que más disfrutó.

Consejo del terapeuta: Si hay fotos de la ocasión, míralas juntos para avivar los recuerdos.

Memoria

Nivel: Todos

Juegos de mi infancia



Objetivo

Activar la reminiscencia recordando juegos y pasatiempos de la niñez.

Indicaciones

- Pregunta a qué jugaba de niño.
- Anima a describir las reglas.
- Comenten con quién solía jugar.

Precauciones

- No apures la conversación.
- Adapta a su época y lugar.
- No corrijas los recuerdos.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Pregunta por sus juegos de la infancia.
2. Anima a explicar cómo se jugaba.
3. Recuerden dónde solía jugar.
4. Pregunta por sus compañeros de juego.
5. Cierren con su juego preferido.

Consejo del terapeuta:
Muestra curiosidad por las reglas para que reviva el juego con detalle.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

El barrio donde crecí



Objetivo

Estimular la memoria autobiográfica describiendo el lugar donde vivió de niño.

Indicaciones

- Invita a describir su barrio de la infancia.
- Pregunta por vecinos, calles y comercios.
- Escucha con atención los detalles..

Precauciones

- No fuerces recuerdos difíciles.
- Adapta el ritmo a su emoción.
- No lo corrijas si duda..

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso

1. Pide que imagine su barrio de niño.
2. Pregunta cómo era su casa.
3. Recuerden a los vecinos y comercios.
4. Anima a describir un paseo por el barrio.
5. Cierren con lo que más recuerda de allí.

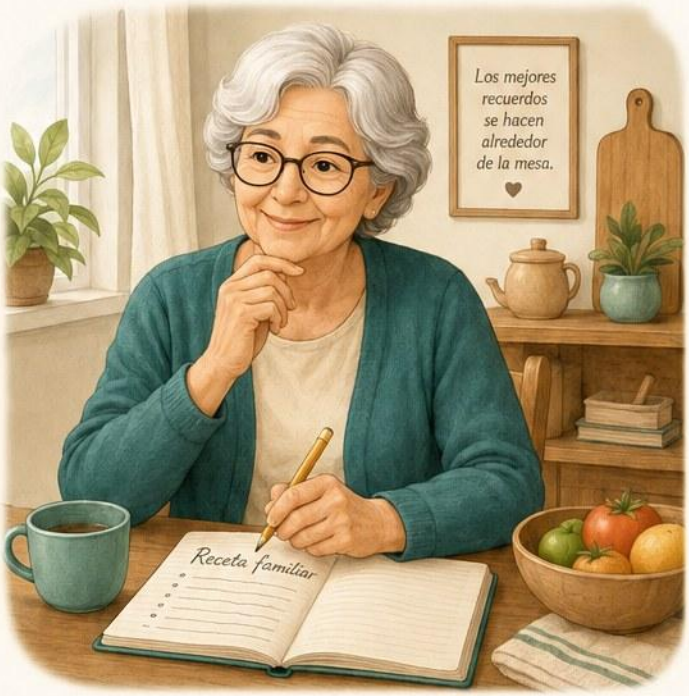
Consejo del terapeuta:

Pide que te guíe como en un recorrido para que los recuerdos se ordenen solos.

Memoria

Nivel: Todos

Recetas de la familia



Objetivo

Activar la reminiscencia y la memoria semántica recordando comidas familiares.

Indicaciones

- Pregunta por una comida típica de su familia.
- Anima a recordar los ingredientes y pasos.
- Comenten quién la preparaba.

Precauciones

- No lo apures con los pasos.
- Adapta a sus recuerdos.
- No corrijas la receta que evoque.

Materiales



Papel y lápiz, opcional.

Paso a paso



1. Pregunta por un plato familiar querido.
2. Anima a nombrar los ingredientes.
3. Recuerden juntos cómo se preparaba.
4. Pregunta quién solía cocinarlo.
5. Cierren con qué le hacía especial ese plato.

Consejo del terapeuta: Anota la receta si él quiere; será un recuerdo valioso para conservar.

Memoria

Nivel: Todos

La música de mi época



Objetivo

Estimular la reminiscencia evocando canciones y artistas de su juventud.

Indicaciones

- Pregunta por la música que escuchaba de joven.
- Reproduzcan una canción conocida si es posible.
- Anima a compartir recuerdos ligados a ella.

Precauciones

- No uses volúmenes altos.
- Adapta a sus gustos.
- No fuerces recuerdos tristes.

Materiales



Grabaciones de música de su época, opcional.

Paso a paso



1. Pregunta qué música le gustaba de joven.
2. Nombren juntos artistas o canciones.
3. Reproduzcan una si la tienen a mano.
4. Comenten un recuerdo ligado a esa música.
5. Cierren tarareando o cantando un fragmento.

Consejo del terapeuta: Poné una canción de su juventud; la música suele abrir recuerdos con facilidad.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Todos

Oficios de antes



Objetivo

Trabajar la memoria semántica y la reminiscencia recordando oficios de otras épocas.

Indicaciones

- Nombra oficios antiguos, como el lechero o el afilador.
- Pide recordar en qué consistían.
- Comenten cuáles ya no existen.

Precauciones

- No uses oficios desconocidos para él.
- Adapta a su época y región.
- No lo apures a recordar.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Nombra un oficio de antes.
2. Pregunta en qué consistía ese trabajo.
3. Recuerden cómo se lo veía en el barrio.
4. Comenten por qué desapareció.
5. Continúen con otro oficio antiguo.

Consejo del terapeuta: Elige oficios que él haya visto de joven para que los recuerda con detalle.

PLENI ACTIVA

Memoria

Nivel: Todos

Fotos que cuentan historias



Objetivo

Estimular la memoria autobiográfica narrando historias a partir de fotografías.

Indicaciones

- Elige fotos de su vida.
- Pide contar qué ocurría en cada una.
- Anima a recordar personas y lugares.

Precauciones

- No fuerces fotos de momentos dolorosos.
- Adapta el ritmo a su emoción.
- No corrijas los detalles que evoque.

Materiales

Fotografías personales o familiares.

Paso a paso



1. Muestra una fotografía a la vez.
2. Pregunta quiénes aparecen y dónde es.
3. Anima a contar qué pasaba ese día.
4. Recuerden juntos alguna anécdota.
5. Cierren con la foto que más le gusta.

Consejo del terapeuta: Deja que él elige las fotos que quiera comentar y sígalo sin apurar.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

¿Qué objeto sobra?



Objetivo

Ejercitar el razonamiento y la categorización identificando el elemento que no pertenece a un grupo.

Indicaciones

- Presenta un grupo de objetos con uno distinto.
- Pide señalar cuál no pertenece.
- Anima a explicar por qué.

Precauciones

- No uses grupos ambiguos.
- Adapta a categorías claras.
- No lo apures a decidir.

Materiales

Objetos o tarjetas de imágenes.

Paso a paso



1. Muestra tres objetos de una categoría y uno ajeno.
2. Pide observar qué tienen en común.
3. Anima a señalar el que sobra.
4. Pregunta por qué no pertenece.
5. Confirmen juntos y repitan con otro grupo.

Consejo del terapeuta: Elige un intruso claramente distinto al inicio para que capte la consigna.

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Analogías: A es a B



Objetivo

Estimular el razonamiento por relaciones completando analogías sencillas.

Indicaciones

- Plantea una relación entre dos palabras.
- Pide completar la analogía con una cuarta.
- Usa relaciones cotidianas.

Precauciones

- No uses analogías abstractas al inicio.
- Adapta con pistas si se traba.
- No lo apures a responder.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Explica con un ejemplo: mano es a guante como pie es a...
2. Plantea una analogía a completar.
3. Deja tiempo para pensar.
4. Da una pista si duda.
5. Confirmen la respuesta y sigan con otra.

Consejo del terapeuta: Empieza con relaciones muy visibles parte y todo, para que las capte.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Clasificar por dos criterios



Objetivo

Trabajar el razonamiento y la atención agrupando objetos según dos características a la vez.

Indicaciones

- Entrega objetos que varíen en color y forma.
- Pide agruparlos por ambas cosas juntas.
- Acompaña la organización.

Precauciones

- No uses demasiados objetos.
- Adapta a criterios simples.
- No lo apures a clasificar.

Materiales

Objetos o fichas de distintos colores y formas.

Paso a paso



1. Muestra los objetos variados.
2. Explica los dos criterios a la vez.
3. Pide formar los grupos combinados.
4. Acompaña si mezcla criterios.
5. Revisen juntos los grupos formados.

Consejo del terapeuta: Empieza con solo dos colores y dos for para que la combinación sea manejable.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Adivinanzas de números



Objetivo

Ejercitar el razonamiento numérico adivinando un número a partir de pistas.

Indicaciones

- Da pistas sobre un número, como es mayor que diez.
- Pide adivinar de qué número se trata.
- Suma pistas si hace falta.

Precauciones

- No uses rangos muy amplios.
- Adapta las pistas al nivel.
- No lo apures a acertar.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Piensa un número dentro de un rango pequeño.
2. Da la primera pista.
3. Deja que proponga un número.
4. Responde si es mayor o menor.
5. Continúen hasta acertarlo.

Consejo del terapeuta:
Guía con pistas de mayor y menor para que se acerca por descarte.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Contar de tres en tres



Objetivo

Estimular la atención sostenida y el cálculo contando en saltos fijos.

Indicaciones

- Pide contar sumando de tres en tres.
- Acompaña el ritmo al inicio.
- Ayuda a retomar si se pierde.

Precauciones

- No exijas velocidad.
- Adapta el salto al nivel, incluso de dos en dos.
- No lo corrijas con dureza.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Explica que sumará de tres en tres.
2. Comienza tú: tres, seis, nueve.
3. Deja que continúe la serie.
4. Recuerda el último número si duda.
5. Cierra en un punto cómodo.

Consejo del terapeuta: Marca los primeros saltos con él para que agarre el ritmo del conteo.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Leve

El intruso entre los dibujos



Objetivo

Trabajar la atención selectiva y la categorización hallando la imagen distinta de una serie.

Indicaciones

- Presenta una fila de dibujos casi iguales.
- Pide encontrar el que es diferente.
- Anima a mirar con atención.

Precauciones

- No uses diferencias muy sutiles al inicio.
- Adapta el tamaño de las imágente.
- No lo apures a encontrarlo.

Materiales

Una hoja con series de dibujos.

Paso a paso



1. Muestra la fila de dibujos.
2. Explica que uno es distinto.
3. Deja que los observa con calma.
4. Pide señalar el diferente.
5. Confirmen juntos y pasen a otra fila.

Consejo del terapeuta: Empieza con una diferencia bien visible para que gane confianza.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

¿En qué se parecen?



Objetivo

Estimular el razonamiento abstracto encontrando lo común entre dos conceptos.

Indicaciones

- Nombra dos objetos o ideas.
- Pide decir en qué se parecen.
- Anima a buscar la categoría que comparten.

Precauciones

- No uses conceptos muy abstractos al inicio.
- Adapta con ejemplos concretos.
- No descartes respuestas parciales.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Nombra dos elementos, como manzana y naranja.
2. Pregunta en qué se parecen.
3. Anima a pensar en su categoría común.
4. Da una pista si se traba.
5. Continúen con otro par.

Consejo del terapeuta: Comienza por pares muy cercanos para que hallar lo común sea sencillo.

PLENI ACTIVA

Funciones ejecutivas

Nivel: Moderado

Ordenar de más pesado a más liviano



Objetivo

Trabajar el razonamiento y la seriación ordenando objetos por su peso.

Indicaciones

- Entrega varios objetos de peso distinto.
- Pide ordenarlos del más pesado al más liviano.
- Anima a compararlos de a pares.

Precauciones

- No uses objetos peligrosos ni muy pesados.
- Adapta la cantidad de objetos.
- No lo apures a ordenar.

Materiales



Objetos de distinto peso.

Paso a paso



1. Coloca los objetos sobre la mesa.
2. Pide compararlos sopesándolos.
3. Anima a ubicar primero el más pesado.
4. Continúen ordenando el resto.
5. Revisen juntos la fila terminada.

Consejo del terapeuta: Sugiere comparar de a dos objetos para construir el orden sin confundirse.

PLENI ACTIVA

Nivel: Leve

¿Verdadero o falso?



Objetivo

Ejercitar el juicio y el razonamiento evaluando afirmaciones cotidianas.

Indicaciones

- Di una afirmación simple.
- Pide decir si es verdadera o falsa.
- Anima a explicar por qué.

Precauciones

- No uses afirmaciones con trampa.
- Adapta a temas conocidos.
- No lo corrijas con dureza.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Di una afirmación clara, como el sol sale de noche.
2. Pregunta si es verdadera o falsa.
3. Pide que explique su respuesta.
4. Confirmen juntos.
5. Continúen con otra afirmación.

Consejo del terapeuta: Mezcla afirmaciones evidentes con alguna curiosa para mantener el interés.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Refrán al revés



Objetivo

Estimular el lenguaje y la flexibilidad cambiando el final habitual de un refrán.

Indicaciones

- Di un refrán con un final cambiado.
- Pide detectar el error y corregirlo.
- Comenten el refrán verdadero.

Precauciones

- No uses refranes poco conocidos.
- Adapta con pistas si no lo nota.
- No lo apures a corregir.

Materiales

- Una lista de refranes.

Paso a paso



1. Elige un refrán muy conocido.
2. Dilo con el final equivocado.
3. Pregunta si algo suena mal.
4. Pide decir el final correcto.
5. Comenten el significado del refrán.

Consejo del terapeuta:
Elige refranes que él usa a diario para que note el cambio enseguida.

PLENI ACTIVA

Orientación

Nivel: Moderado

Dibujar el mapa de tu casa



Objetivo

Trabajar la orientación espacial y la memoria representando la distribución de su hogar.

Indicaciones

- Pide dibujar un plano simple de su casa.
- Anima a ubicar las habitaciones.
- Acompaña sin dibujar por él.

Precauciones

- No exijas exactitud.
- Adapta a un plano sencillo.
- No lo corrijas de forma tajante.

Materiales



Papel y lápiz.

Paso a paso



1. Pide imaginar su casa desde arriba.
2. Anima a dibujar la entrada.
3. Sigan ubicando cada habitación.
4. Pregunta cómo se pasa de una a otra.
5. Comenten juntos el plano terminado.

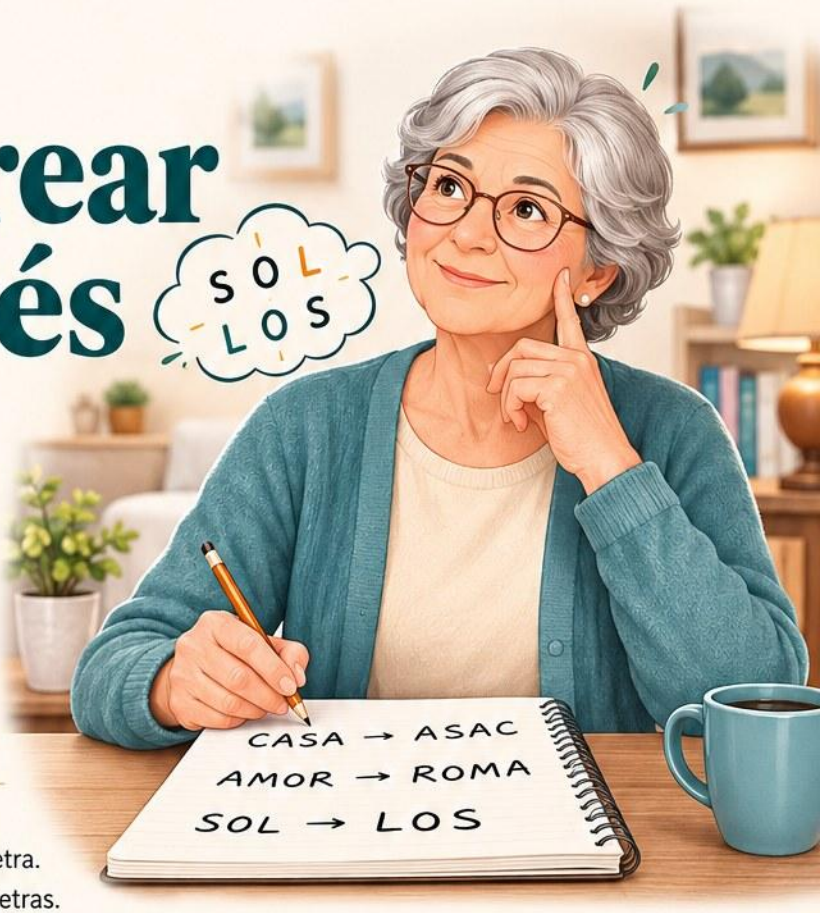
Consejo del terapeuta:
Guía con preguntas sobre el recorrido para que ordene los espacios.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Moderado

Deletrear al revés



Objetivo

Ejercitar la memoria de trabajo y la atención deletreando palabras de atrás hacia adelante.

Indicaciones

- Di una palabra corta.
- Pide deletrearla desde la última letra.
- Comienza con palabras de pocas letras.

Precauciones

- No uses palabras largas al inicio.
- Adapta a palabras conocidas.
- No lo apures a deletrear.

Materiales



No requiere materiales.

Paso a paso



1. Elige una palabra corta y familiar.
2. Pide primero deletrearla al derecho.
3. Luego pide hacerlo al revés.
4. Acompaña recordando las letras si duda.
5. Continúen con otra palabra.

Consejo del terapeuta:
Empieza con palabras de tres letras para que domine el mecanismo antes de crecer.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Todos

Palabras encadenadas por significado



Objetivo

Estimular la asociación de ideas encadenando palabras relacionadas por su significado.

Indicaciones

- Di una palabra y una relacionada.
- Pide continuar con otra ligada a la anterior.
- Acepten asociaciones libres.

Precauciones

- No juzgues las asociaciones.
- Adapta con ejemplos si se traba.
- No lo apures a continuar.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Explica con un ejemplo: playa, mar, pez.
2. Di la primera palabra.
3. Pide una palabra relacionada.
4. Sigue tú para dar ritmo.
5. Cuenten cuántas encadenaron.

Consejo del terapeuta:
Valora cualquier asociación con sentido para él, aunque sea personal.

PLENI ACTIVA

Nivel: Moderado

¿Qué tienen en común?



Objetivo

Trabajar la categorización encontrando la clase a la que pertenece un grupo de elementos.

Indicaciones

- Nombra tres elementos de una misma categoría.
- Pide decir qué tienen en común.
- Anima a nombrar la categoría.

Precauciones

- No uses grupos con relación forzada.
- Adapta a categorías conocidas.
- No lo apures a responder.

Materiales



No requiere materiales.

Paso a paso



1. Nombra tres elementos, como perro, gato y caballo.
2. Pregunta qué tienen en común.
3. Anima a decir la categoría.
4. Da una pista si se traba.
5. Continúen con otro grupo.

Consejo del terapeuta:
Elige grupos con una categoría clara para que la abstracción sea accesible.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Moderado

Contar una anécdota con inicio y final



Objetivo

Estimular la organización del discurso narrando un hecho con estructura completa.

Indicaciones

- Invita a contar una anécdota personal.
- Anima a incluir inicio, desarrollo y final.
- Escucha sin interrumpir.

Precauciones

- No fuerces recuerdos incómodos.
- Adapta el tema a su interés.
- No lo apures a terminar.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso

1. Pide elegir una anécdota para contar.
2. Anima a comenzar por cómo empezó todo.
3. Acompaña el desarrollo con preguntas.
4. Pide que cuente cómo terminó.
5. Comenten juntos la historia.

Consejo del terapeuta:
Haz preguntas suaves para ayudarlo a ordenar el relato de principio a fin.

PLENI ACTIVA

Atención

Nivel: Todos

Buscar todo lo de un color en la sala



Objetivo

Estimular la atención selectiva y el rastreo visual localizando objetos de un color en el entorno.

Indicaciones

- Elige un color presente en la sala.
- Pide encontrar todos los objetos de ese color.
- Acompaña recorriendo el lugar con la mirada.

Precauciones

- No elijas colores casi ausentes.
- Adapta el tiempo a su comodidad.
- No lo apures a encontrarlos todos.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Elijan juntos un color a buscar.
2. Explica que nombra todo lo de ese color.
3. Anima a recorrer la sala con la vista.
4. Anota cada objeto que encuentra.
5. Cuenten cuántos halló y prueben otro color.

Consejo del terapeuta: Empieza con un color abundante en la sala para que gane confianza rápido.

PLENI ACTIVA

Lenguaje

Nivel: Todos

Nombrar lo que hay en la heladera



Objetivo

Trabajar la fluidez verbal con restricción semántica evocando alimentos de un lugar concreto.

Indicaciones

- Pide nombrar cosas que se guardan en la heladera.
- Anima a evocar tantas como pueda.
- Da pistas de estantes si se traba.

Precauciones

- No presiones con el tiempo.
- Adapta con pistas amables.
- No descartes aportes cercanos.

Materiales

No requiere materiales.

Paso a paso



1. Explica que nombra alimentos de la heladera.
2. Anima a empezar por los más comunes.
3. Da una pista de estante si se detiene.
4. Anota cada alimento mencionado.
5. Lean juntos la lista lograda.

Consejo del terapeuta: Sugiere imaginar que abre la heladera para que las palabras surjan más fácil.

LÁMINAS IMPRIMIBLES

para trabajar con el paciente

Sopas de letras · Laberintos · Ordenar los pasos

PleniActiva

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Frutas

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

I	O	U	L	F	L	L	G	V	I	W	V
S	A	N	D	I	A	U	C	T	U	F	B
M	R	X	H	F	O	M	I	U	W	R	A
H	E	V	N	K	Y	Y	B	H	B	Z	N
K	M	L	I	A	P	C	G	S	W	K	A
G	U	P	O	E	R	M	U	O	E	I	N
E	U	H	R	N	X	A	R	R	I	X	A
S	V	A	N	S	M	L	N	H	E	Q	P
C	A	Y	B	D	E	U	F	J	Z	V	N
T	C	M	M	T	O	Q	I	R	A	A	V
K	I	W	I	X	D	V	R	Y	I	Y	U
M	A	N	Z	A	N	A	K	D	J	N	F

Palabras para encontrar:

- BANANA
- KIWI
- MANZANA
- MELON
- NARANJA
- PERA
- SANDIA
- UVA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Animales

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

H	S	H	A	C	W	U	B	H	C	B	K
C	Q	H	I	V	P	G	R	E	X	S	S
P	H	Z	P	Z	N	G	D	G	D	V	N
L	N	N	O	P	X	B	A	V	U	U	D
B	M	X	K	Z	E	T	D	H	G	G	P
R	L	C	O	E	O	R	N	F	I	O	A
H	E	A	C	O	Z	R	R	D	B	U	T
R	O	B	A	C	Y	H	F	O	N	P	O
P	N	A	G	M	B	F	V	M	P	E	Z
A	M	L	O	V	E	J	A	A	I	Z	Z
O	J	L	N	W	X	Z	R	V	C	W	P
E	G	O	J	G	B	S	X	R	B	A	X

Palabras para encontrar:

- CABALLO
- GATO
- LEON
- OVEJA
- PATO
- PERRO
- PEZ
- VACA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Colores

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

A	G	V	U	I	Q	P	I	B	C	U	N
I	M	B	L	A	N	C	O	B	A	K	Y
E	U	A	I	F	X	O	R	W	N	R	A
D	C	W	R	V	E	R	B	L	S	R	E
N	E	B	N	I	E	J	L	Z	B	L	G
V	H	V	D	E	L	R	R	L	Y	R	G
N	T	X	E	H	G	L	D	O	F	Z	R
A	Z	U	L	Z	F	R	O	E	J	N	I
A	R	O	S	A	F	X	O	K	Z	O	S
N	Z	V	X	Z	H	I	F	Z	W	D	M
B	P	H	G	O	L	J	Z	H	H	A	V
G	M	K	I	C	Y	I	L	U	Q	M	V

Palabras para encontrar:

- AMARILLO
- AZUL
- BLANCO
- GRIS
- NEGRO
- ROJO
- ROSA
- VERDE

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: La casa

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

E	Z	O	V	C	Q	R	T	K	Y	O	T
V	X	Q	N	O	R	O	F	X	P	O	I
Y	E	H	U	C	I	Y	Y	Q	P	U	H
I	M	N	O	I	C	W	J	H	I	S	K
K	R	E	T	N	C	E	E	H	I	M	W
E	W	G	S	A	C	N	N	L	K	R	O
N	C	A	M	A	N	B	L	G	N	M	Y
S	V	W	A	Y	S	A	M	P	A	L	J
Y	A	M	N	P	L	A	T	O	R	X	X
R	S	Z	T	H	P	P	U	E	R	T	A
H	O	I	N	P	A	M	K	V	V	Z	M
X	F	O	E	T	R	A	M	S	S	V	A

Palabras para encontrar:

- CAMA
- COCINA
- MESA
- PLATO
- PUERTA
- SILLA
- VASO
- VENTANA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: El cuerpo

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

W	E	U	Y	P	H	D	A	M	S	J	P
P	O	K	F	O	B	I	P	D	A	C	M
P	C	S	M	U	B	V	R	B	E	N	E
Z	C	B	S	R	J	C	O	H	D	R	O
Y	R	O	A	N	T	P	D	P	I	E	T
O	Z	Z	D	T	H	Y	I	Q	M	O	O
C	O	J	S	O	N	J	L	E	S	T	B
T	A	X	D	Y	G	U	L	G	R	I	V
C	F	B	H	F	R	C	A	F	A	N	N
O	W	T	E	P	J	B	H	J	W	J	A
W	O	C	V	Z	H	I	Z	Z	U	S	V
Z	G	N	D	R	A	H	U	E	I	E	C

Palabras para encontrar:

- BRAZO
- CABEZA
- CODO
- HOMBRO
- MANO
- PIE
- PIERNA
- RODILLA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Ciudad

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

Y	B	G	I	R	E	J	O	W	P	D	A
U	T	Z	H	W	F	J	B	A	N	C	O
R	A	R	N	C	H	D	O	D	U	E	P
W	P	A	R	Q	U	E	J	Q	W	I	N
P	P	I	G	L	E	S	I	A	H	O	E
R	E	M	G	T	P	Q	X	E	C	S	I
Y	Z	N	K	L	Z	Q	I	A	C	J	X
J	S	C	A	L	L	E	S	U	V	C	P
E	O	Z	R	P	L	K	E	R	I	Y	R
M	A	O	K	G	W	L	H	N	S	M	H
Y	N	B	K	X	A	P	E	W	Z	M	M
V	Z	U	E	P	B	T	I	E	N	D	A

Palabras para encontrar:

- BANCO
- CALLE
- CINE
- ESCUELA
- IGLESIA
- PARQUE
- PLAZA
- TIENDA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Verduras

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

V	X	V	M	Z	R	L	C	Z	Z	M	A
I	R	D	O	L	V	X	A	V	I	L	S
M	U	L	D	V	H	P	P	A	E	Z	T
R	K	A	J	O	A	T	H	C	A	U	C
U	C	O	W	L	J	U	H	N	N	D	T
E	H	B	L	B	J	U	A	P	D	O	D
H	O	O	R	E	G	H	M	O	M	L	V
X	C	W	R	A	O	N	S	A	X	X	E
N	L	U	D	R	P	T	T	P	N	I	B
W	O	L	I	G	O	E	O	H	A	L	D
V	L	A	C	E	B	O	L	L	A	P	R
U	L	B	M	I	G	D	O	C	V	G	A

Palabras para encontrar:

- AJO
- CEBOLLA
- CHOCLO
- LECHUGA
- PAPA
- TOMATE
- ZANAHORIA
- ZAPALLO

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Flores

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

K	V	G	I	R	A	S	O	L	I	L	E
V	P	C	C	C	C	N	D	X	X	L	Z
E	R	B	S	T	U	L	I	P	A	N	R
R	K	V	D	N	L	V	Y	N	O	X	B
J	T	J	A	Z	M	I	N	J	R	L	D
M	A	R	G	A	R	I	T	A	Q	S	Q
G	E	V	P	H	R	O	S	A	U	D	L
C	L	A	V	E	L	L	R	L	I	D	Y
I	S	H	Z	N	R	I	Y	T	D	T	V
U	R	A	T	V	W	R	I	A	E	F	I
W	Y	J	K	L	A	I	F	E	A	S	V
M	C	E	X	U	A	O	C	X	Q	G	M

Palabras para encontrar:

- CLAVEL
- GIRASOL
- JAZMIN
- LIRIO
- MARGARITA
- ORQUIDEA
- ROSA
- TULIPAN

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Ropa

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

Y	K	V	T	B	Z	U	U	K	B	C	K
D	R	V	A	M	J	I	X	Z	U	V	T
S	O	M	B	R	E	R	O	A	F	E	K
G	C	S	R	V	E	L	J	P	A	U	W
U	V	M	I	E	P	C	T	A	N	W	C
A	J	R	G	M	A	U	Z	T	D	K	E
N	V	W	O	M	N	M	X	O	A	V	Q
T	C	U	I	V	T	N	E	Q	L	A	L
E	J	S	F	G	A	K	Y	D	P	G	H
E	A	E	C	J	L	Z	D	Q	I	Y	R
X	Q	B	V	K	O	Y	T	E	T	A	M
E	F	F	W	Y	N	T	Z	F	X	O	B

Palabras para encontrar:

- ABRIGO
- BUFANDA
- CAMISA
- GUANTE
- MEDIA
- PANTALON
- SOMBRERO
- ZAPATO

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Cocina

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

J	N	A	T	T	L	H	O	R	N	O	H
S	N	F	V	E	V	C	Q	L	C	Q	R
Q	Z	Q	R	N	A	M	P	B	U	M	T
L	I	X	A	E	L	Z	C	C	L	H	A
O	L	L	A	D	X	V	C	U	U	D	Z
Y	S	X	Y	O	K	U	S	C	E	B	A
L	R	K	U	R	C	F	A	H	Y	V	O
W	P	U	F	H	Z	E	R	I	C	W	J
Y	O	B	A	J	G	B	T	L	Z	G	A
B	K	R	J	Q	M	R	E	L	P	I	R
B	A	Y	U	G	J	L	N	O	Y	B	R
U	K	I	D	Z	L	N	M	X	O	M	A

Palabras para encontrar:

- CUCHARA
- CUCHILLO
- HORNO
- JARRA
- OLLA
- SARTEN
- TAZA
- TENEDOR

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Oficios

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

U	S	A	S	T	R	E	Y	S	I	U	G
Y	C	S	C	N	T	U	A	P	P	U	R
M	M	O	J	A	U	J	P	H	I	Z	Z
A	E	V	S	M	R	J	O	C	N	W	B
E	D	F	O	T	N	T	P	O	T	G	K
S	I	T	E	K	U	W	E	K	O	X	L
T	C	M	E	Y	L	R	Q	R	R	R	D
R	O	K	H	O	D	I	E	O	O	H	E
O	C	H	O	F	E	R	D	R	B	J	M
T	N	H	F	K	S	X	K	G	A	Y	F
P	P	A	N	A	D	E	R	O	Q	O	P
J	P	A	C	M	Q	O	H	G	S	L	B

Palabras para encontrar:

- CARTERO
- CHOFER
- COSTURERA
- MAESTRO
- MEDICO
- PANADERO
- PINTOR
- SASTRE

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Transportes

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

V	Y	X	T	R	E	N	V	U	Z	W	A
I	T	C	O	L	E	C	T	I	V	O	U
A	V	I	O	N	P	G	H	I	R	J	T
H	J	Y	J	W	G	W	W	P	K	P	O
L	R	Z	X	I	J	D	S	V	R	M	M
L	Y	Z	E	J	B	J	W	T	C	L	O
U	B	I	C	I	C	L	E	T	A	I	X
P	G	M	G	R	I	R	W	I	E	X	D
T	X	S	O	H	H	B	V	Q	H	U	I
H	B	D	N	T	K	B	A	R	C	O	W
P	D	V	Y	E	O	A	R	F	N	U	P
P	U	G	Y	J	K	J	U	B	Y	C	U

Palabras para encontrar:

- AUTO
- AVION
- BARCO
- BICICLETA
- COLECTIVO
- MOTO
- TAXI
- TREN

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Instrumentos

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

B	J	O	V	X	R	N	R	M	H	H	O
A	L	E	I	G	X	Y	D	B	Z	V	N
J	T	T	R	O	M	P	E	T	A	Y	A
O	H	G	C	D	T	B	O	T	V	W	B
H	X	B	M	O	H	T	A	M	B	O	R
R	G	Y	Y	B	E	Q	J	H	X	A	S
K	S	G	U	I	T	A	R	R	A	R	T
Y	P	I	A	N	O	V	K	H	J	P	E
F	L	A	U	T	A	V	Q	H	N	A	J
I	B	R	S	X	F	U	V	N	R	P	B
L	U	V	M	V	I	O	L	I	N	Z	Q
K	W	N	N	E	J	M	F	Y	R	P	H

Palabras para encontrar:

- ARPA
- BAJO
- FLAUTA
- GUITARRA
- PIANO
- TAMBOR
- TROMPETA
- VIOLIN

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Deportes

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

M	M	R	P	B	T	U	N	A	W	F	C
P	N	U	Z	E	K	S	A	D	Q	B	H
G	W	S	N	P	I	B	T	C	V	I	R
S	V	I	B	F	B	C	A	K	A	G	P
F	S	S	E	Y	O	I	C	W	M	C	E
U	J	F	S	H	C	C	I	S	M	V	S
T	G	O	L	F	H	L	O	R	K	M	C
B	Y	X	E	Z	A	I	N	W	X	B	A
O	C	Q	X	L	S	S	B	D	O	N	H
L	C	K	T	Y	T	M	T	X	M	Y	K
A	U	I	Z	O	P	O	E	H	L	R	M
N	F	V	S	V	M	O	C	Y	T	J	Z

Palabras para encontrar:

- BOCHAS
- BOXEO
- CICLISMO
- FUTBOL
- GOLF
- NATACION
- PESCA
- TENIS

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: El clima

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

E	C	F	N	I	N	J	P	Z	C	L	I
H	X	N	I	E	V	E	U	P	T	T	L
G	O	D	E	V	I	E	N	T	O	J	L
A	M	K	T	M	Z	K	O	K	N	U	U
N	I	E	B	L	A	T	E	J	K	T	V
W	G	P	K	F	M	K	J	X	W	U	I
P	S	Z	H	K	M	N	I	Z	M	F	A
L	D	S	G	S	S	C	U	R	F	R	V
Y	R	A	X	O	O	A	W	B	G	I	O
Z	J	W	C	Z	Z	L	N	V	E	O	P
E	U	J	H	I	V	O	E	W	N	Z	M
C	O	T	P	S	M	R	R	Q	W	N	R

Palabras para encontrar:

- CALOR
- FRIO
- LLUVIA
- NIEBLA
- NIEVE
- NUBE
- SOL
- VIENTO

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Meses

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

U	D	V	Z	F	X	H	Q	F	R	F	K
M	A	R	Z	O	R	N	O	H	Z	M	U
F	F	U	V	N	M	A	X	T	G	O	S
N	A	G	O	S	T	O	J	M	A	W	G
G	I	Y	W	Z	Z	C	S	U	D	Z	R
M	A	Y	O	F	L	K	A	G	N	O	D
I	V	P	Q	U	E	K	B	T	M	I	T
M	S	D	L	N	J	L	R	O	T	F	O
V	W	Z	E	U	J	T	I	S	C	V	E
K	D	R	L	H	J	D	L	F	L	W	E
Q	O	I	M	N	T	E	S	M	N	F	P
U	O	R	W	U	O	C	T	U	B	R	E

Palabras para encontrar:

- ABRIL
- AGOSTO
- ENERO
- JULIO
- JUNIO
- MARZO
- MAYO
- OCTUBRE

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: La familia

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

S	A	Y	X	P	A	B	U	E	L	O	C
X	O	U	V	A	W	L	P	R	I	M	O
C	Z	R	M	D	G	N	M	H	G	P	H
I	K	J	K	R	R	A	S	E	E	S	I
P	Z	K	V	E	D	Y	B	R	B	D	J
U	Z	O	A	R	D	F	T	M	O	O	O
A	N	G	E	W	E	I	U	A	J	F	I
C	U	N	L	I	A	C	L	N	V	U	F
B	M	U	I	J	X	W	Y	O	H	N	U
C	W	D	A	E	G	P	C	E	S	H	Q
V	O	A	A	W	T	K	D	N	W	E	P
C	H	M	C	X	Z	O	D	D	K	L	J

Palabras para encontrar:

- ABUELO
- HERMANO
- HIJO
- MADRE
- NIETO
- PADRE
- PRIMO
- TIA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Emociones

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

B	H	C	N	D	O	T	T	B	J	V	X
V	X	C	A	R	I	N	O	F	D	A	W
E	W	A	F	P	L	A	Q	Q	Z	X	I
F	L	E	X	Y	I	L	X	D	Y	A	P
K	Z	N	I	Q	C	E	I	W	S	A	U
C	P	O	Q	L	B	G	S	P	Z	S	F
G	A	N	A	S	C	R	O	L	F	I	A
Y	D	S	V	A	X	I	N	D	H	X	N
Q	A	A	L	B	A	A	R	H	B	P	I
L	M	M	E	F	B	R	I	Z	W	X	M
U	A	N	O	H	K	H	S	N	X	K	O
I	C	S	L	R	D	Q	A	V	B	F	H

Palabras para encontrar:

- ALEGRIA
- AMOR
- ANIMO
- CALMA
- CARINO
- GANAS
- PAZ
- SONRISA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Bebidas

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

G	E	L	Y	Y	L	E	C	H	E	S	D
E	D	I	T	F	O	O	K	N	D	R	L
Y	G	M	O	E	J	O	I	D	C	F	Z
V	J	O	W	W	T	B	G	K	E	C	W
H	L	N	S	M	Q	B	V	J	I	F	A
M	O	A	O	R	X	R	H	D	O	D	Z
Z	E	D	D	D	A	B	Y	C	H	M	E
G	M	A	A	L	V	A	U	A	U	A	C
S	S	I	C	A	C	G	G	F	U	T	O
Z	E	C	Z	K	D	U	B	E	O	E	B
F	S	N	X	M	P	A	A	M	V	N	F
L	G	J	U	G	O	F	I	I	O	E	B

Palabras para encontrar:

- AGUA
- CAFE
- JUGO
- LECHE
- LIMONADA
- MATE
- SODA
- TE

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Postres

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

C	B	H	T	H	A	Q	F	P	A	K	T
G	Z	E	K	W	F	Z	L	K	B	A	E
S	W	E	Y	D	T	Q	A	L	C	L	W
V	H	M	S	O	D	K	N	J	B	K	E
F	E	X	R	N	Z	U	P	D	U	G	U
G	L	T	K	F	W	R	U	W	D	E	T
A	A	Z	L	H	V	L	S	F	I	L	M
L	D	J	X	W	C	J	E	F	N	A	X
L	O	A	W	E	S	M	Y	S	B	T	F
E	T	K	M	O	U	S	S	E	Z	I	T
T	H	U	S	D	P	E	K	X	C	N	H
A	L	K	F	U	C	W	V	U	X	A	K

Palabras para encontrar:

- BUDIN
- DULCE
- FLAN
- GALLETA
- GELATINA
- HELADO
- MOUSSE
- TORTA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Herramientas

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

K	X	Z	C	C	M	R	M	R	K	I	Q
O	A	Z	W	T	S	Q	Z	N	D	N	E
E	S	S	T	A	L	A	D	R	O	S	Y
D	D	S	Y	D	Z	J	R	L	N	I	M
M	A	R	T	I	L	L	O	U	L	P	S
T	S	E	R	R	U	C	H	O	L	P	B
F	I	M	E	C	L	A	V	O	A	T	T
V	R	W	M	B	M	K	W	H	V	B	X
P	E	I	L	A	K	Z	J	J	E	I	P
W	G	V	D	H	E	J	X	O	Y	K	I
X	L	N	T	T	O	R	N	I	L	L	O
U	A	P	I	N	Z	A	C	G	O	G	N

Palabras para encontrar:

- CLAVO
- LLAVE
- MARTILLO
- PINZA
- REGLA
- SERRUCHO
- TALADRO
- TORNILLO

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: El jardin

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

I	U	N	Q	R	A	M	A	R	B	O	L
A	Y	Y	V	A	P	E	U	F	T	Z	A
H	I	T	Z	J	W	W	U	I	N	M	L
M	O	S	E	M	I	L	L	A	I	P	G
A	O	J	V	Q	T	M	S	D	A	A	Q
C	V	L	P	A	S	T	O	R	U	L	T
E	T	J	J	V	D	P	C	K	I	A	U
T	K	I	I	U	W	U	J	G	H	E	Q
A	Y	H	B	Z	Z	Z	T	O	M	V	K
V	E	X	A	U	P	J	J	I	N	M	M
X	B	S	W	S	G	A	K	X	W	H	V
R	U	Z	P	R	E	G	A	D	E	R	A

Palabras para encontrar:

- ARBOL
- HOJA
- MACETA
- PALA
- PASTO
- RAMA
- REGADERA
- SEMILLA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: La playa

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

Y	F	P	Z	Y	Y	C	E	T	N	U	N
M	N	P	M	S	A	B	R	G	X	L	A
K	Y	Q	G	O	A	V	A	U	X	H	H
W	L	B	J	M	E	D	A	R	E	N	A
M	Q	A	S	B	J	F	O	L	A	C	C
B	J	L	J	R	O	X	Q	T	Q	G	O
K	N	D	V	I	E	K	P	L	Y	A	N
G	B	E	F	L	Z	M	A	H	H	V	C
X	A	E	G	L	X	A	S	Q	F	I	H
D	R	M	L	A	W	U	Z	B	M	O	A
U	C	A	I	Y	R	T	B	T	B	T	V
D	O	R	U	A	B	W	D	N	O	A	M

Palabras para encontrar:

- ARENA
- BALDE
- BARCO
- CONCHA
- GAVIOTA
- MAR
- OLA
- SOMBRILLA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Aves

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

N	S	G	A	L	L	I	N	A	P	Z	S
V	O	P	A	T	O	G	F	T	M	Y	L
T	A	V	X	E	P	O	P	D	N	L	C
O	B	C	I	U	K	R	A	W	O	A	V
Q	Y	X	S	X	S	R	H	R	R	V	K
Q	Q	W	W	T	D	I	O	D	N	V	X
H	P	P	L	V	V	O	E	U	M	E	R
T	A	B	A	U	F	N	Q	P	P	F	C
Y	L	P	K	H	A	K	I	B	Q	H	R
U	O	M	M	L	H	C	O	O	Z	S	O
C	M	P	O	H	O	R	N	E	R	O	K
D	A	T	E	R	O	P	X	U	A	D	M

Palabras para encontrar:

- CARDENAL
- GALLINA
- GORRION
- HORNERO
- LORO
- PALOMA
- PATO
- TERO

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: La escuela

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

W	S	F	X	E	D	T	I	Z	A	M	V
T	T	K	L	Q	M	N	T	W	Y	H	I
M	K	J	I	O	Z	E	E	M	N	T	W
X	Q	J	B	W	R	K	A	W	X	R	U
G	G	G	R	T	W	P	J	V	L	V	E
R	W	U	O	F	A	Q	R	W	U	K	G
E	W	D	Y	L	R	P	S	S	V	W	O
G	N	V	P	I	Z	A	R	R	A	X	M
L	R	J	N	Z	A	Q	D	A	M	E	A
A	C	U	A	D	E	R	N	O	B	V	B
G	L	A	P	I	Z	I	Y	Z	F	J	V
I	E	B	W	Z	J	G	Y	R	B	L	O

Palabras para encontrar:

- CUADERNO
- LAPIZ
- MAPA
- REGLA
- GOMA
- LIBRO
- PIZARRA
- TIZA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Musica

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

Z	Q	F	N	R	R	R	I	T	M	O	M
C	L	H	G	V	K	K	L	C	J	G	Y
T	Q	C	O	M	P	A	S	O	P	R	T
Y	U	A	D	V	L	O	H	R	U	A	M
T	T	H	B	V	K	M	Z	O	N	D	E
B	M	V	A	L	S	I	R	G	X	C	L
J	A	A	Q	Y	L	Q	O	Z	A	Q	O
O	P	I	B	J	U	G	K	N	Q	C	D
D	F	Y	L	R	R	A	C	U	C	G	I
V	U	Y	G	E	V	I	N	D	G	R	A
W	X	Y	N	U	O	C	X	V	E	A	O
W	K	B	C	N	C	B	F	Z	I	R	C

Palabras para encontrar:

- BAILE
- CANCION
- COMPAS
- CORO
- MELODIA
- RITMO
- TANGO
- VALS

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Muebles

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

U	C	R	C	J	V	C	I	D	G	X	S
P	O	K	L	E	V	U	H	D	J	T	C
G	M	B	K	P	O	K	T	V	J	W	S
E	O	A	S	P	E	R	C	H	A	S	L
Z	D	N	K	N	F	A	K	R	C	H	Z
H	A	C	W	X	U	E	O	N	A	I	L
E	V	O	X	K	S	P	P	O	J	O	L
Y	J	P	R	T	E	D	F	S	O	F	A
U	T	C	A	R	I	E	R	G	N	I	X
U	C	N	O	X	C	A	Q	U	A	S	S
M	T	Y	S	G	B	S	I	L	L	O	N
E	R	I	R	R	P	U	Y	E	L	M	H

Palabras para encontrar:

- BANCO
- CAJON
- COMODA
- ESTANTE
- PERCHA
- ROPERO
- SILLON
- SOFA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Naturaleza

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

N	T	E	C	I	E	L	O	Z	S	Y	F
T	V	Q	I	F	X	V	K	O	T	S	C
H	M	M	E	D	A	G	Q	E	Q	V	N
E	T	R	D	F	P	T	M	S	T	B	Z
R	I	L	A	G	O	Q	O	T	Y	D	C
O	P	V	E	T	V	R	N	R	A	Y	V
U	N	Q	N	A	L	B	T	E	W	Q	N
H	Z	P	L	Z	Y	M	A	L	L	S	Z
X	Y	L	W	S	D	N	N	L	E	I	P
Y	E	H	C	J	T	R	A	A	N	I	G
B	O	S	Q	U	E	A	C	A	M	P	O
W	X	Z	A	S	Q	D	Q	A	M	U	G

Palabras para encontrar:

- BOSQUE
- CAMPO
- CIELO
- ESTRELLA
- LAGO
- MONTANA
- RIO
- VALLE

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Desayuno

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

I	W	O	M	S	P	Y	H	Y	K	Y	O
V	O	F	R	U	T	A	S	A	P	D	I
C	C	E	R	E	A	L	M	U	Z	H	V
W	T	H	Z	K	Q	U	E	S	O	N	L
Q	O	R	A	W	I	H	J	M	I	E	L
C	S	M	V	X	K	C	R	F	M	P	K
L	T	M	E	R	M	E	L	A	D	A	G
S	A	I	F	X	V	G	N	P	X	G	H
X	D	H	I	G	H	T	G	H	T	L	E
Y	A	D	D	C	E	V	V	P	P	T	A
Y	R	B	P	C	L	T	K	P	A	S	I
P	F	Y	A	Q	I	M	H	Y	S	N	E

Palabras para encontrar:

- CEREAL
- FRUTA
- MANTECA
- MERMELADA
- MIEL
- PAN
- QUESO
- TOSTADA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Verano

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

F	A	E	X	H	V	I	X	W	X	C	G
F	M	D	D	C	P	R	V	B	A	Y	M
Q	Y	C	D	I	T	P	E	E	C	U	S
C	M	J	H	H	L	S	N	X	J	O	O
A	U	E	H	A	I	E	T	Q	F	A	M
L	B	V	Y	E	L	K	I	P	O	R	B
O	I	A	S	R	L	O	L	E	W	R	R
R	F	T	S	T	O	A	A	U	X	U	A
S	A	N	Q	U	U	R	D	J	L	P	R
H	Z	C	O	J	L	N	O	O	I	E	J
P	I	L	E	T	A	A	R	A	Q	Y	E
L	J	P	R	A	W	P	V	I	A	J	E

Palabras para encontrar:

- CALOR
- HELADO
- PILETA
- PLAYA
- SIESTA
- SOMBRA
- VENTILADOR
- VIAJE

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Invierno

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

W	Z	E	S	T	U	F	A	B	K	C	N
Y	E	G	U	A	N	T	E	B	I	I	Y
M	M	A	B	R	I	G	O	C	E	R	P
F	A	G	I	M	A	B	D	B	Y	W	H
M	N	Y	O	H	U	F	L	X	B	G	O
X	T	Y	D	F	Q	A	R	V	G	P	M
V	A	J	A	K	F	U	X	I	B	X	R
Q	D	N	I	P	S	U	J	G	O	L	B
V	D	G	D	O	H	U	N	K	A	F	Z
A	I	S	P	D	M	Z	H	A	B	S	Z
W	P	A	W	T	E	L	Y	C	H	F	P
C	V	T	K	Y	U	B	B	L	U	E	W

Palabras para encontrar:

- ABRIGO
- BUFANDA
- ESTUFA
- FRIO
- GUANTE
- MANTA
- NIEBLA
- SOPA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: El baño

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

H	R	M	G	E	G	Q	V	H	S	U	F
R	X	R	N	S	X	D	Y	U	S	L	V
O	W	V	N	P	D	F	Z	F	R	M	Q
E	K	V	F	O	R	T	J	A	B	O	N
S	O	L	K	N	R	K	T	L	N	Y	U
P	N	X	K	J	T	H	O	S	R	G	M
E	Y	R	X	A	I	L	A	O	O	M	A
J	X	C	E	P	I	L	L	O	B	D	J
O	T	A	Q	E	J	A	L	J	U	H	G
P	E	I	N	E	K	A	A	C	Y	W	I
R	Q	R	S	S	E	D	H	B	O	L	E
E	P	A	S	T	A	A	I	L	S	H	H

Palabras para encontrar:

- CEPILLO
- DUCHA
- ESPEJO
- ESPONJA
- JABON
- PASTA
- PEINE
- TOALLA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Frutas de estación

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

Q	Y	F	I	P	R	P	T	X	E	W	W
V	A	R	C	O	C	M	S	V	Q	B	I
F	B	U	E	M	I	J	G	Z	W	T	D
I	B	T	R	E	R	O	U	A	M	U	C
M	V	I	E	L	U	I	V	A	R	V	L
D	A	L	Z	O	E	J	N	A	U	M	H
M	Q	L	A	W	L	D	Z	D	K	P	T
R	C	A	F	G	A	N	L	Q	O	R	W
A	B	H	H	R	O	Q	J	I	K	P	M
X	F	A	I	L	V	L	L	U	M	J	H
Q	I	N	G	Z	B	U	I	M	A	O	R
I	A	H	O	E	K	M	V	E	C	X	N

Palabras para encontrar:

- CEREZA
- CIRUELA
- DURAZNO
- FRUTILLA
- HIGO
- LIMON
- MANDARINA
- POMELO

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: El almacén

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

I	N	H	X	V	G	S	A	L	Y	F	H
G	C	F	O	T	A	P	W	K	O	I	A
H	N	M	Y	B	Z	T	X	M	X	D	R
K	M	T	Y	X	U	G	S	T	A	E	I
R	Q	A	E	U	C	A	W	Z	R	O	N
B	Q	C	R	D	A	L	O	O	R	B	A
H	Q	E	B	R	R	L	M	X	O	B	R
M	Q	I	A	Y	U	E	B	G	Z	J	O
M	J	T	Y	J	O	T	F	N	J	T	B
W	Q	E	E	O	U	A	O	C	X	Q	D
F	Y	S	W	R	E	M	N	K	O	A	F
O	S	W	G	O	C	I	K	W	U	W	Z

Palabras para encontrar:

- ACEITE
- ARROZ
- AZUCAR
- FIDEO
- GALLETA
- HARINA
- SAL
- YERBA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Fiesta

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

M	C	Y	N	R	C	J	P	E	D	W	A
I	B	R	I	N	D	I	S	K	Q	N	M
B	G	M	Q	G	W	G	T	B	D	S	I
A	L	U	X	U	Q	C	P	X	W	T	G
I	O	S	Z	W	J	N	T	K	I	Q	O
L	B	I	S	T	V	L	E	T	S	R	S
E	O	C	P	Q	X	E	U	P	E	P	Z
T	F	A	T	H	W	J	L	G	G	A	D
A	O	O	U	Z	D	X	A	A	G	Z	T
N	N	R	B	K	L	L	R	Z	U	G	A
U	G	W	T	J	O	I	Z	C	J	J	Q
R	K	Y	A	A	D	V	K	K	M	X	S

Palabras para encontrar:

- AMIGOS
- BAILE
- BRINDIS
- GLOBO
- MUSICA
- REGALO
- TORTA
- VELA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: El campo

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

J	K	G	W	C	Y	C	E	R	C	A	V
Z	R	C	Y	A	Y	O	S	E	C	Z	W
O	D	O	J	B	V	U	W	Y	O	P	H
T	H	T	R	A	C	T	O	R	E	T	I
L	R	M	F	L	W	V	K	Z	K	O	P
A	C	I	P	L	D	L	P	G	V	O	F
J	Y	L	G	O	T	S	R	A	E	Q	D
M	W	Z	D	O	K	A	C	R	U	C	Z
J	R	O	M	S	N	A	G	A	L	L	O
N	H	T	H	E	R	F	P	M	C	K	G
W	S	N	R	Z	N	S	Z	K	R	W	H
F	V	O	V	M	O	L	I	N	O	C	X

Palabras para encontrar:

- CABALLO
- CERCA
- GALLO
- GRANERO
- MOLINO
- TRACTOR
- TRIGO
- VACA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Salud

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

U	X	V	V	C	V	U	R	Z	S	J	T
V	B	K	R	Y	A	P	O	Q	P	S	X
E	K	N	L	Z	J	R	J	F	B	W	T
N	T	E	R	M	O	M	E	T	R	O	X
D	J	X	Z	S	I	B	U	P	P	S	F
A	S	B	V	J	Z	X	T	A	O	J	P
C	E	Q	R	E	C	E	T	A	C	S	Z
I	I	E	P	U	L	S	O	T	I	I	O
I	A	X	D	T	C	A	M	I	L	L	A
F	S	X	E	V	O	L	Z	F	I	Z	W
H	P	P	A	S	T	I	L	L	A	F	Z
M	E	D	I	C	O	Q	B	K	C	E	T

Palabras para encontrar:

- CAMILLA
- MEDICO
- PASTILLA
- PULSO
- RECETA
- REPOSO
- TERMOMETRO
- VENDA

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: En la plaza

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

M	T	M	K	F	A	R	O	L	B	I	I
F	O	O	C	P	G	T	M	F	U	P	D
E	R	Y	B	A	N	G	T	U	D	O	W
I	D	B	C	O	R	C	S	X	I	Y	O
A	P	E	U	U	G	B	A	B	V	M	I
E	W	K	M	S	A	A	O	Q	W	F	Y
P	A	L	O	M	A	P	N	L	U	P	N
M	X	Y	Z	S	E	N	D	E	R	O	Z
C	H	A	M	A	C	A	N	R	H	A	M
B	A	N	C	O	W	T	Y	P	D	S	R
L	K	V	J	M	E	B	U	U	C	L	R
K	C	O	Y	Y	J	U	G	F	R	B	M

Palabras para encontrar:

- ARBOL
- BANCO
- FAROL
- FUENTE
- HAMACA
- PALOMA
- SENDERO
- TOBOGAN

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Tareas del hogar

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

R	O	F	O	H	S	B	E	D	Z	U	T
M	R	Y	F	T	E	N	D	E	R	A	P
C	D	E	A	A	F	C	W	U	L	S	J
C	E	N	G	W	Z	Z	Y	A	P	W	P
O	N	E	G	A	E	U	V	I	Q	L	O
C	A	N	H	F	R	A	T	W	A	B	C
I	R	T	F	W	R	P	T	N	C	U	O
N	Z	J	L	N	A	R	C	H	G	D	S
A	Q	D	T	L	Y	H	R	Q	H	O	E
R	Y	U	V	G	A	I	B	G	D	Z	R
E	V	P	P	R	F	F	V	B	B	U	L
J	G	N	B	A	R	R	E	R	I	K	T

Palabras para encontrar:

- BARRER
- COCINAR
- COSER
- LAVAR
- ORDENAR
- PLANCHAR
- REGAR
- TENDER

Ejercicio Cognitivo — Sopa de Letras

Tema: Cuento infantil

Encuentra las palabras de la lista. Marca cada una al hallarla.

F	Z	L	U	O	W	U	A	U	C	M	W
K	Q	B	J	N	Y	I	W	T	R	S	Z
G	Z	V	C	C	A	S	T	I	L	L	O
T	P	R	I	N	C	E	S	A	C	K	X
B	Q	V	L	B	D	M	B	O	L	O	T
B	L	L	F	U	R	O	R	W	C	R	W
Y	D	G	E	K	S	O	H	R	D	U	R
P	R	X	Y	Q	N	S	H	A	D	A	E
W	A	G	U	A	Y	M	A	G	I	A	Y
X	G	E	Y	H	K	L	I	Q	V	N	I
B	O	C	L	L	O	P	Q	Q	D	P	W
R	N	V	R	J	O	T	L	Z	V	W	Z

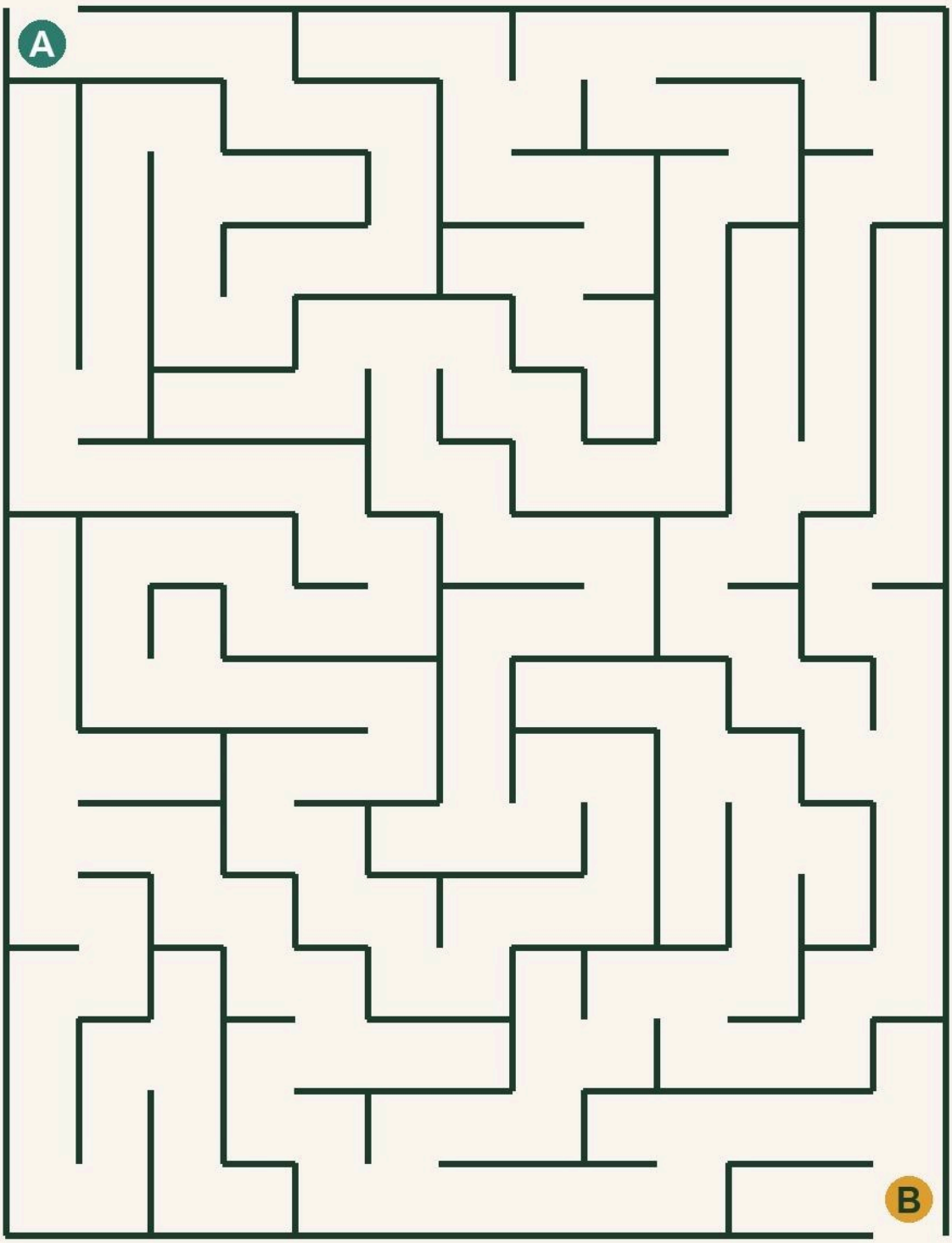
Palabras para encontrar:

- BOSQUE
- CASTILLO
- CORONA
- DRAGON
- HADA
- MAGIA
- PRINCESA
- REY

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Ayuda a la abuela a llegar a la panadería

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

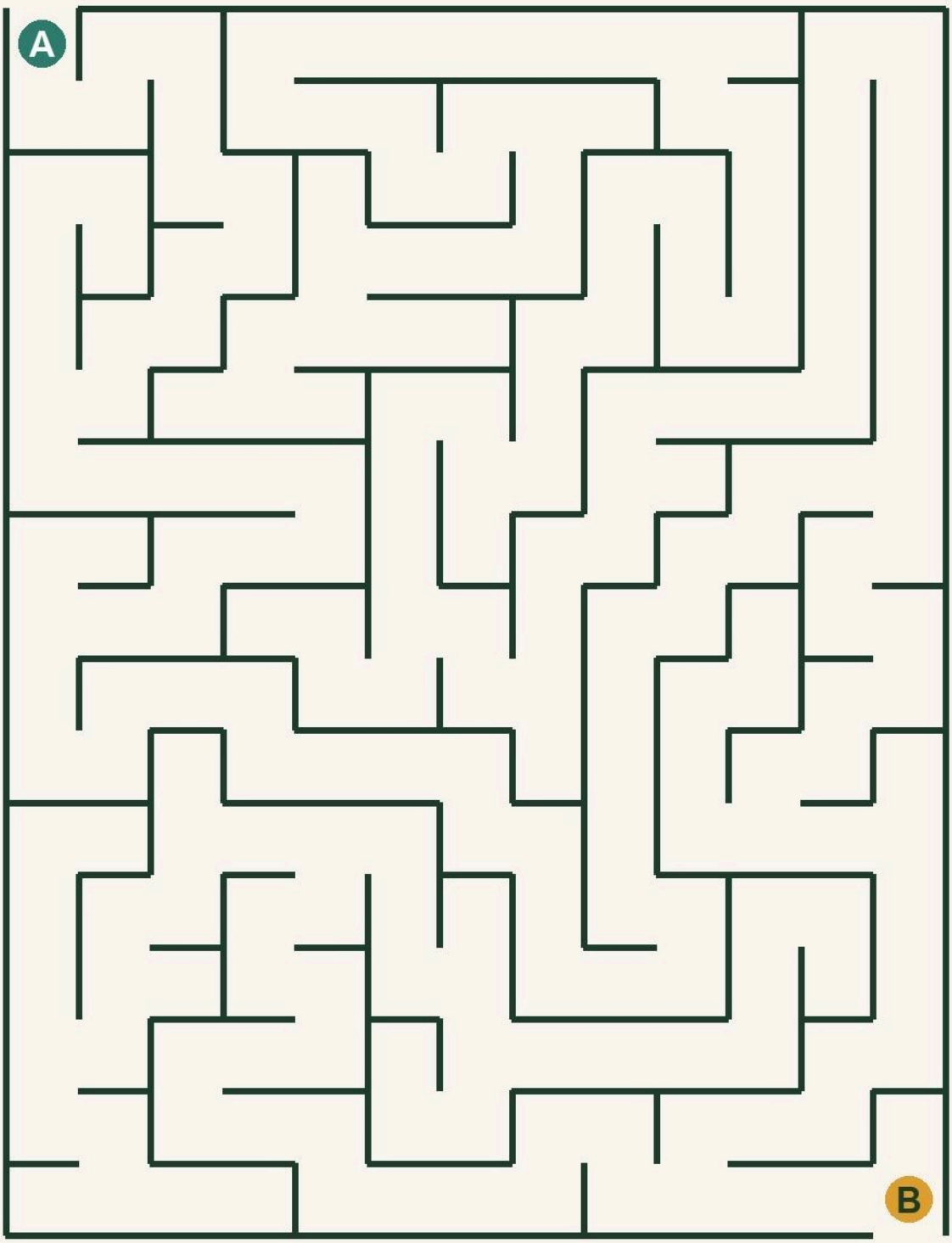


A = Casa **B = Panadería**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva al perrito hasta su plato

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

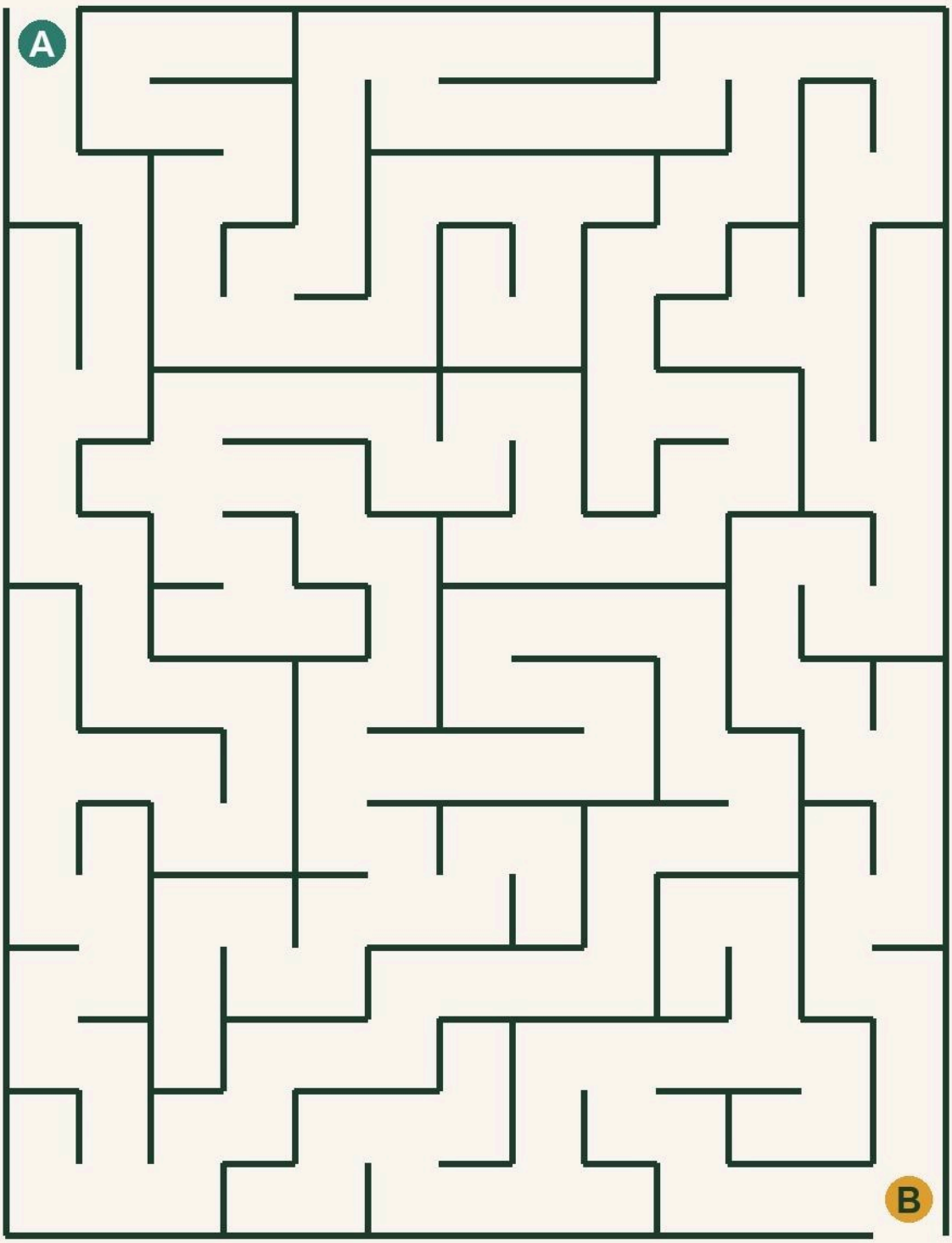


A = Perro **B = Plato**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Encuentra el camino a la plaza

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

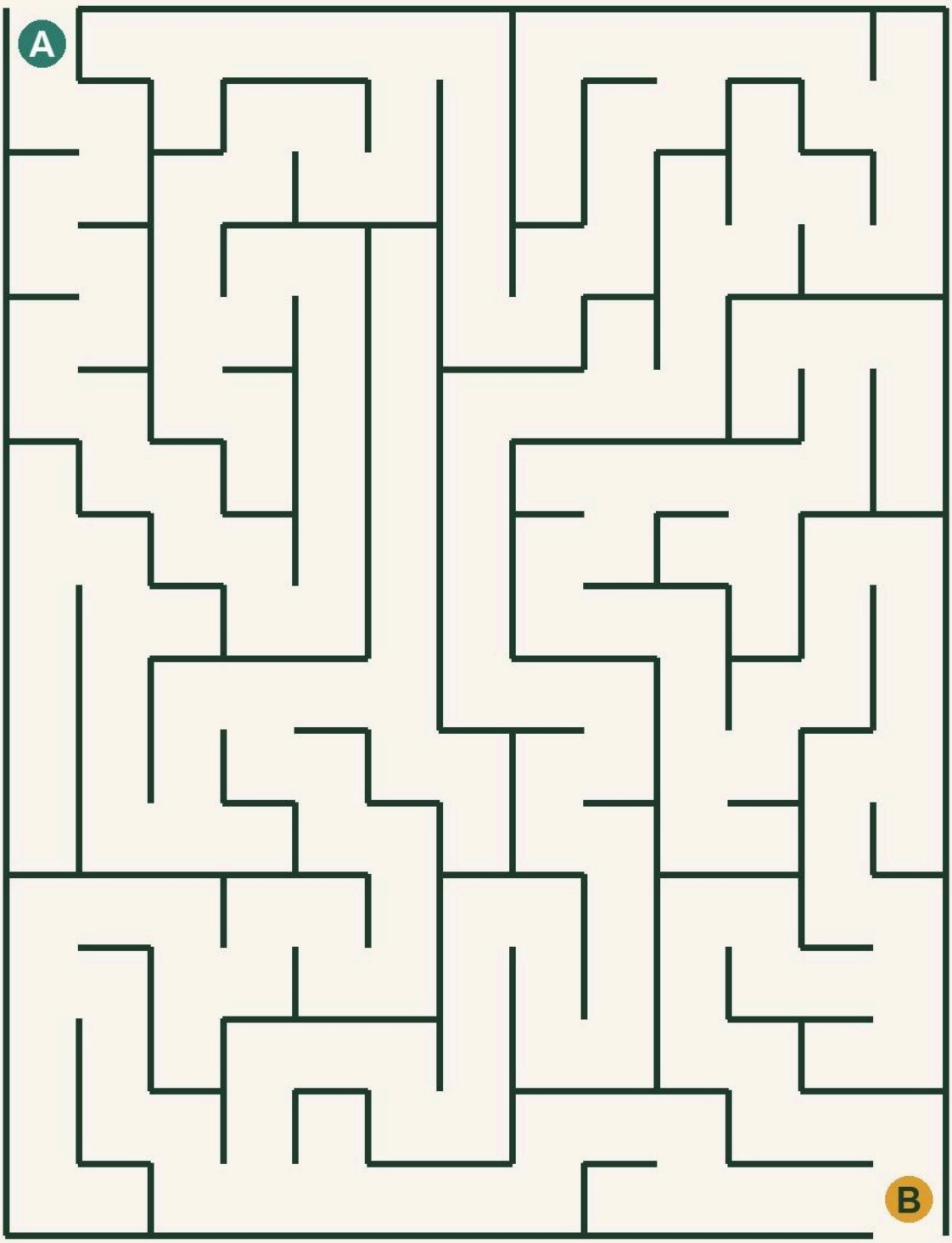


A = Inicio **B = Plaza**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Guía al cartero hasta el buzón

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

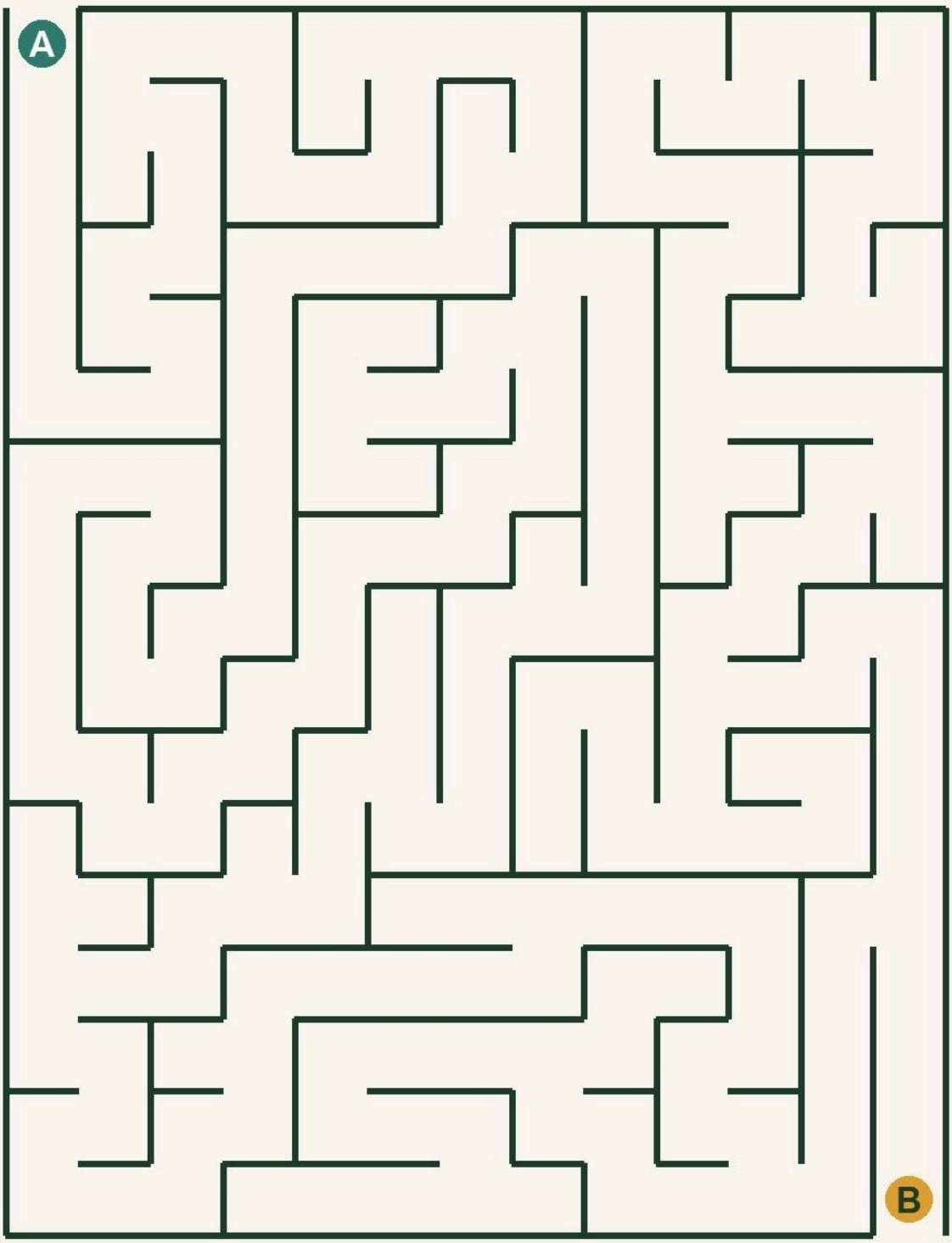


A = Cartero **B = Buzón**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva la flor hasta el jarrón

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

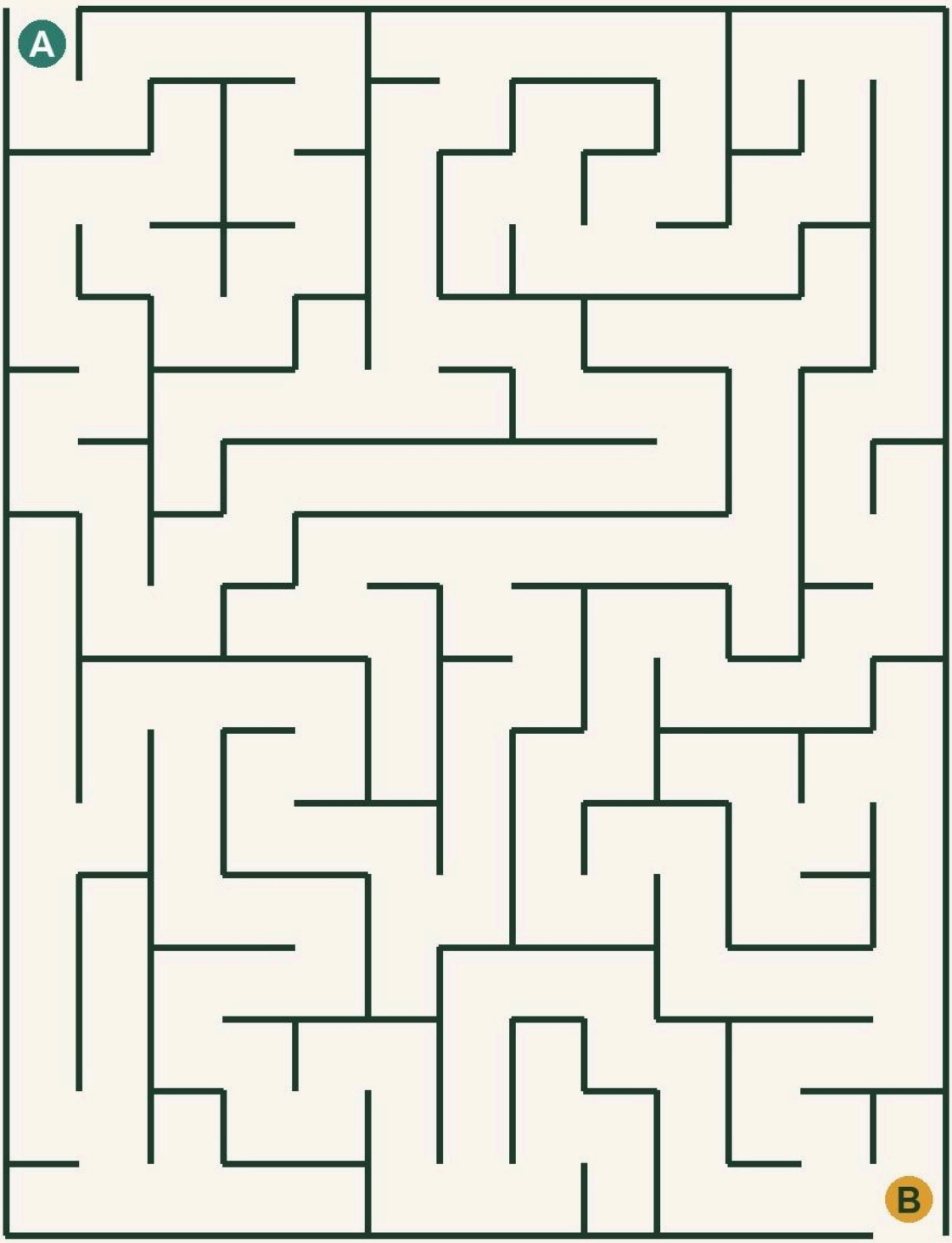


A = Flor **B = Jarrón**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Encuentra la salida del jardín

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

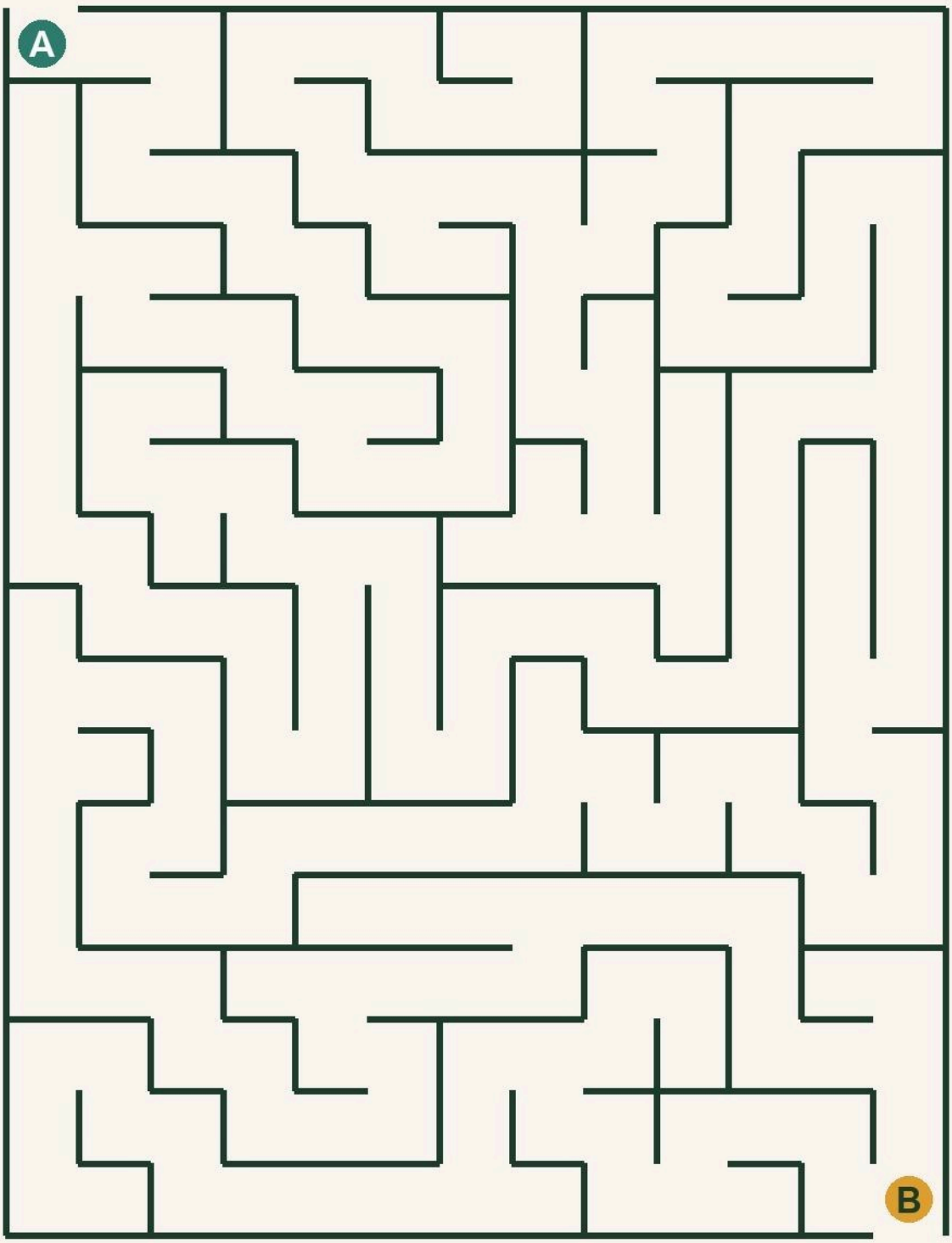


A = Entrada **B = Salida**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva al gato hasta la ventana

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

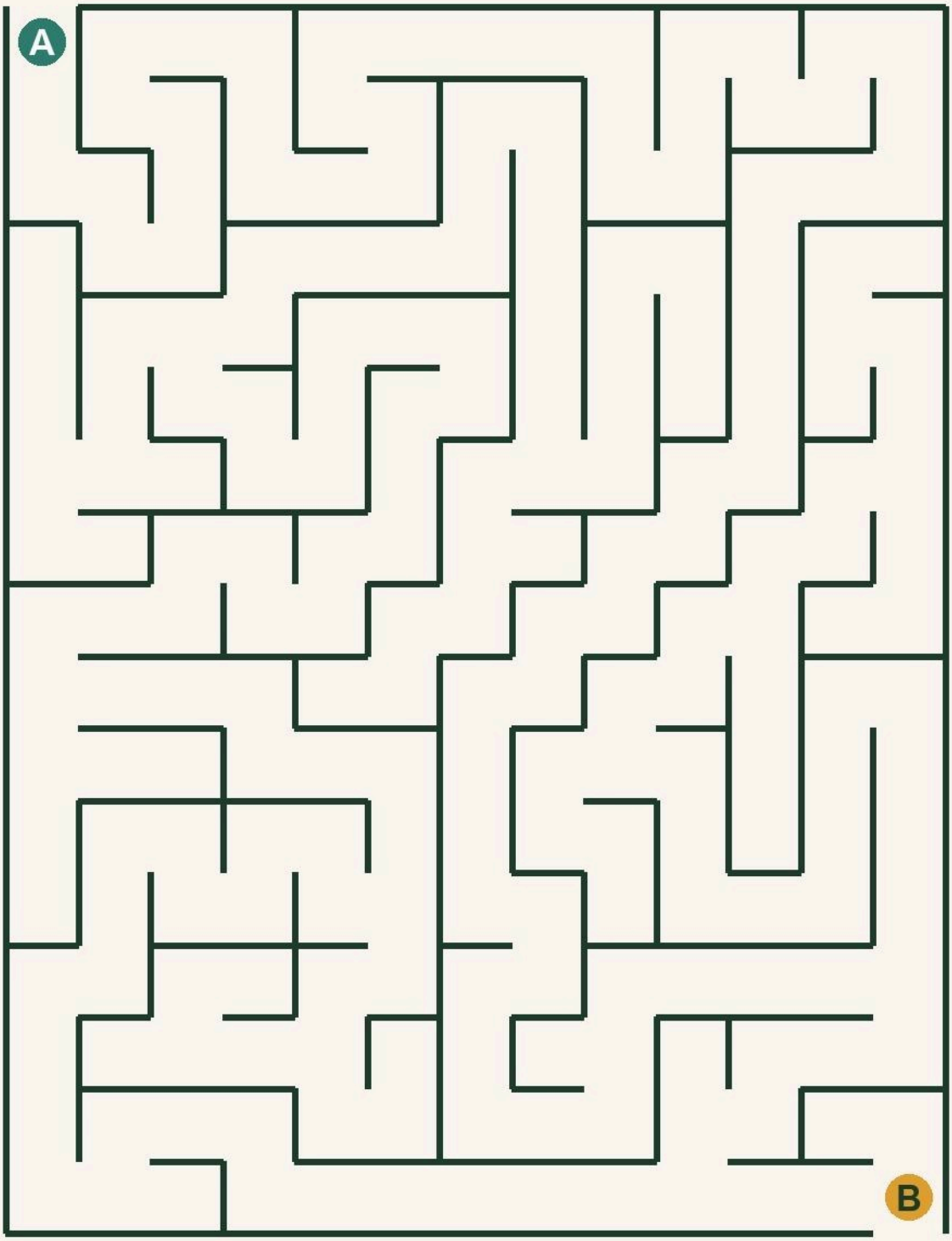


A = Gato **B = Ventana**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Camina hasta la farmacia

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

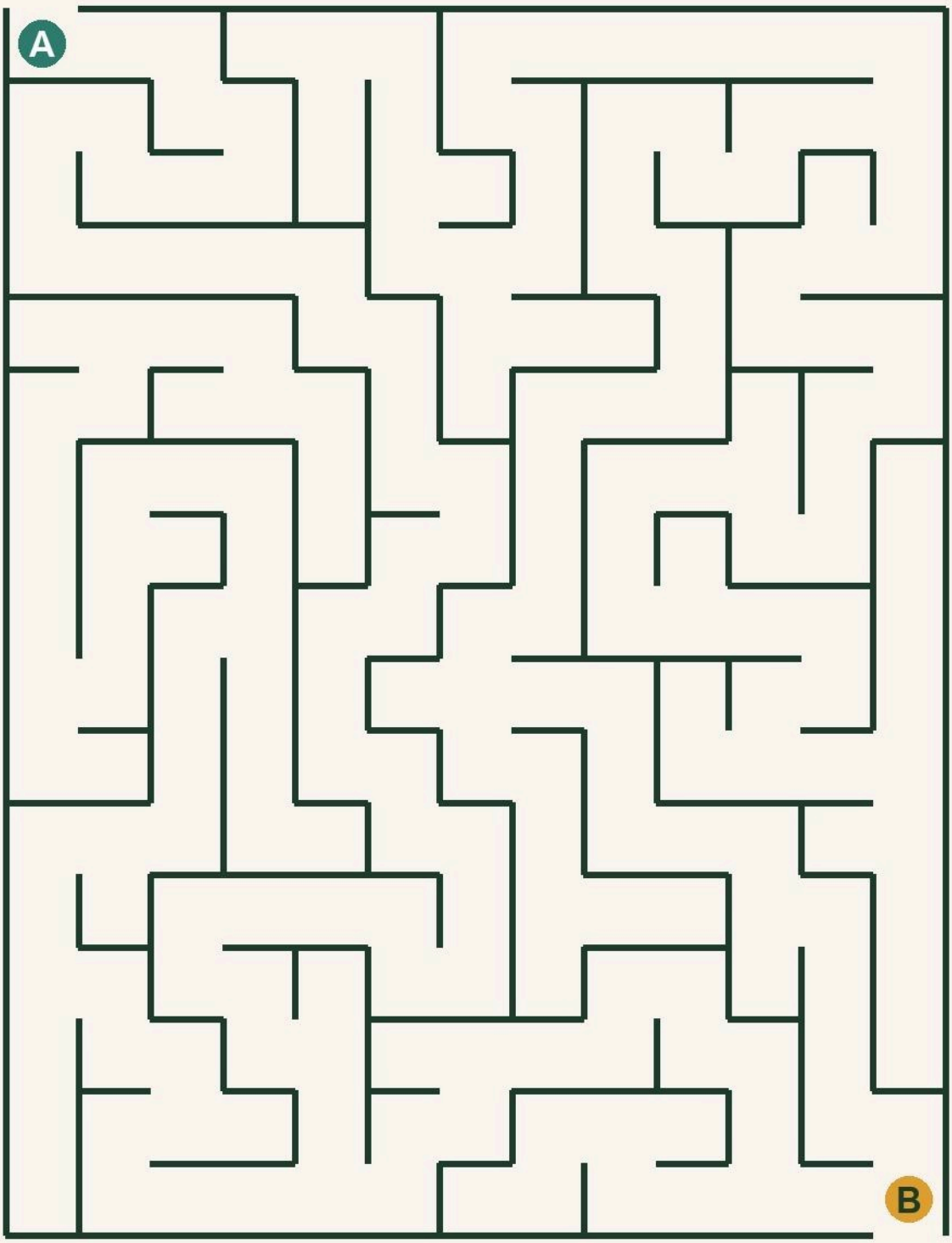


A = Casa **B = Farmacia**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva el mate hasta la mesa

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

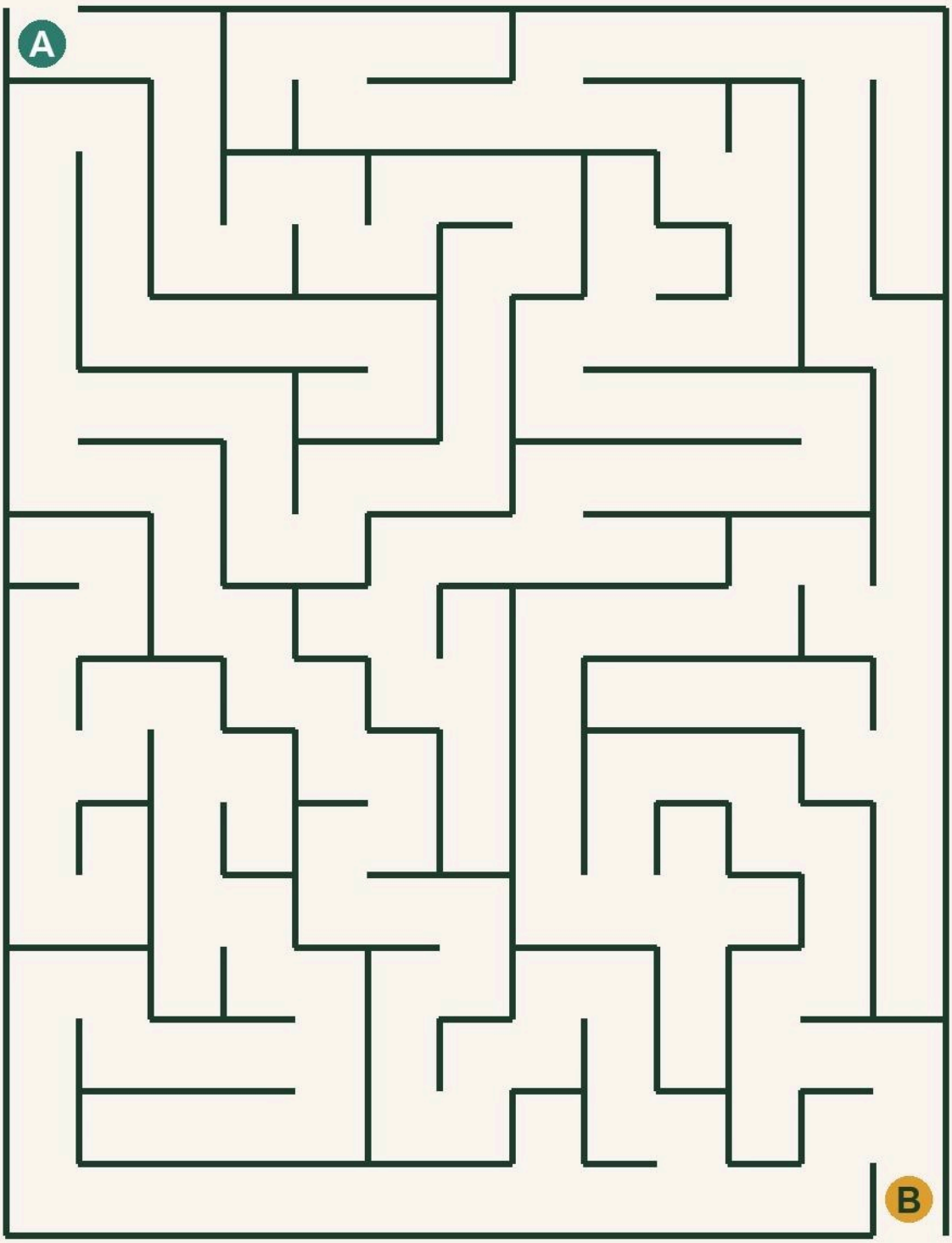


A = Mate **B = Mesa**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Encuentra el camino al parque

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

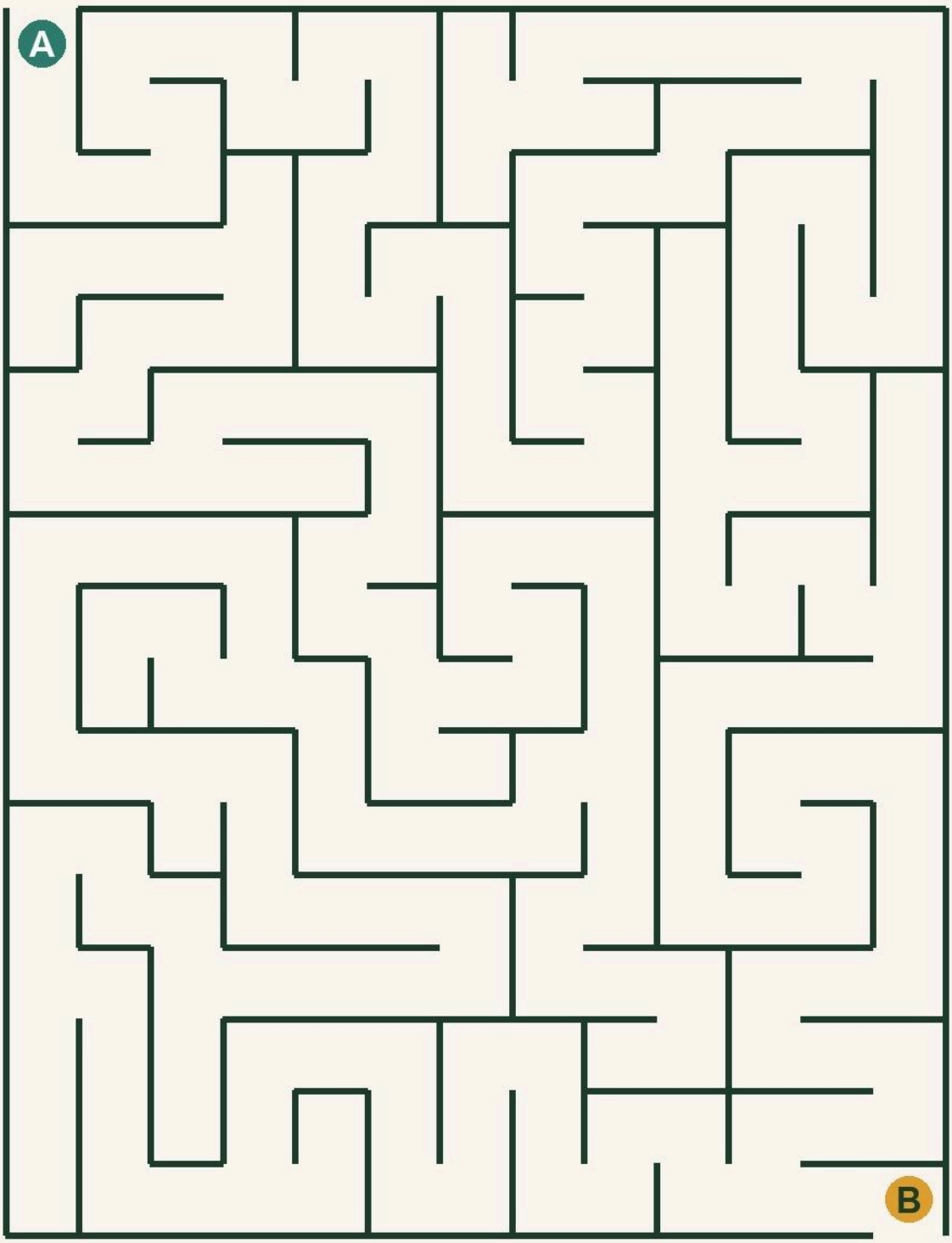


A = Inicio **B = Parque**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva el barco hasta el puerto

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

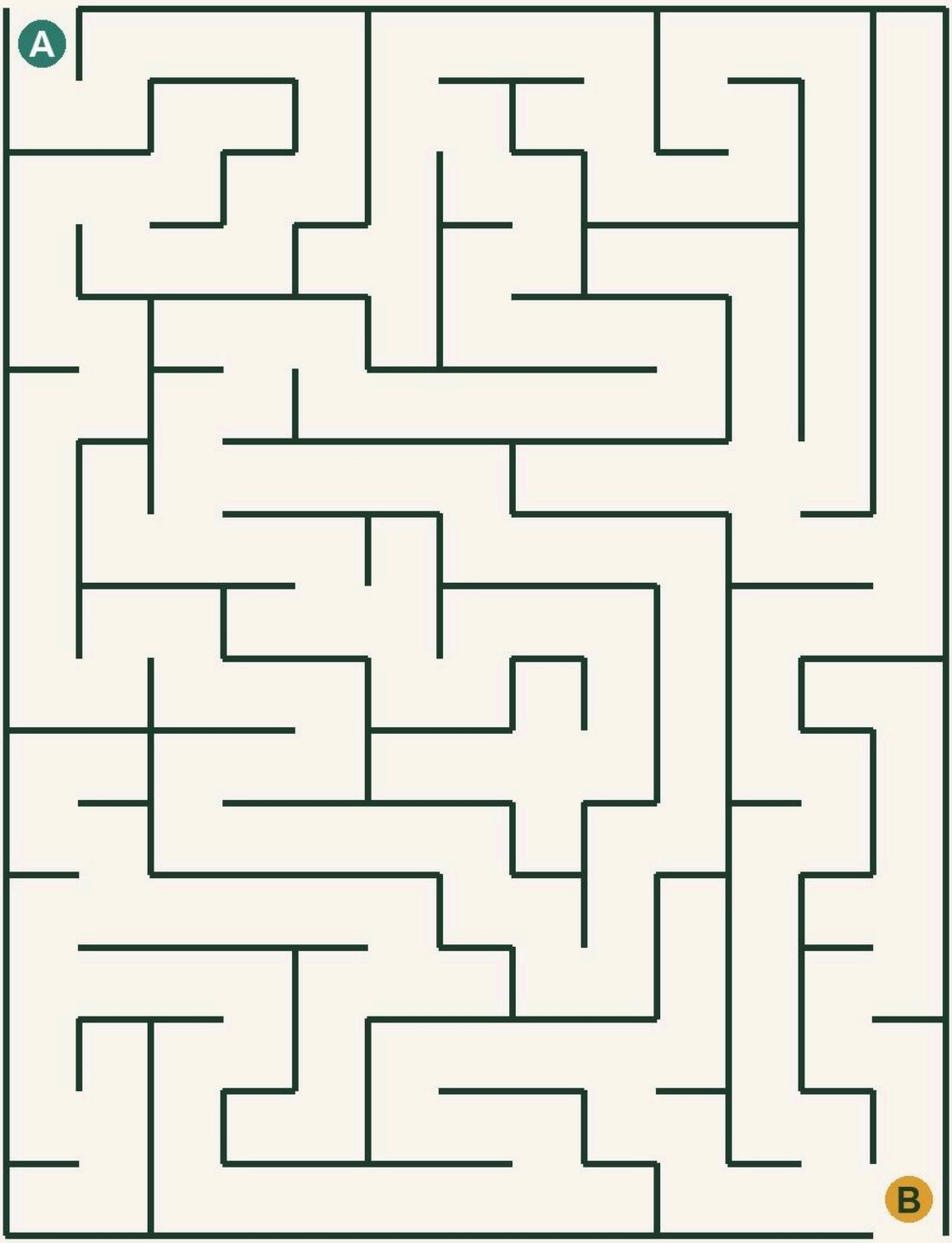


A = Barco **B = Puerto**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Guía a la abeja hasta la flor

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

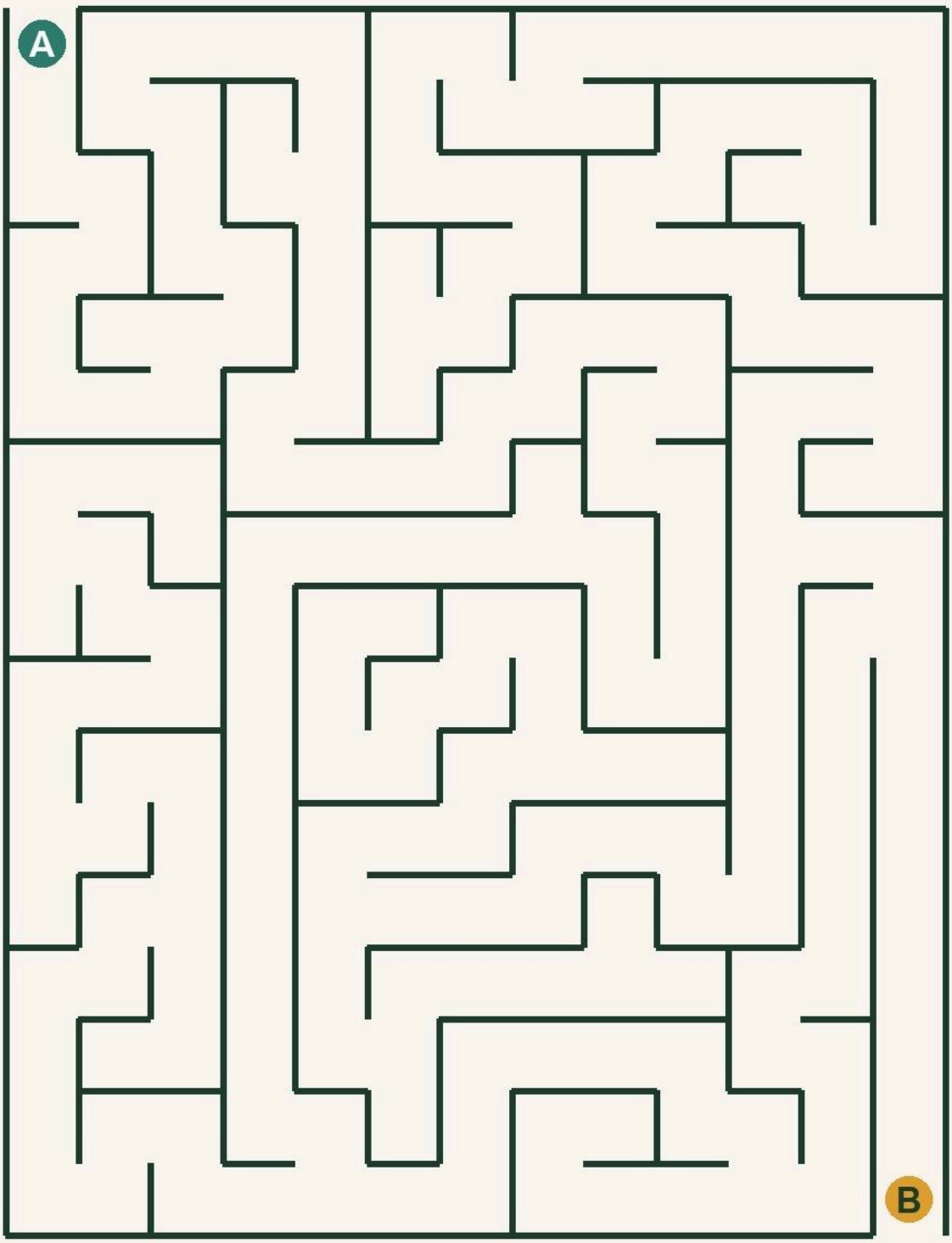


A = Abeja **B = Flor**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Camina hasta la estación de tren

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

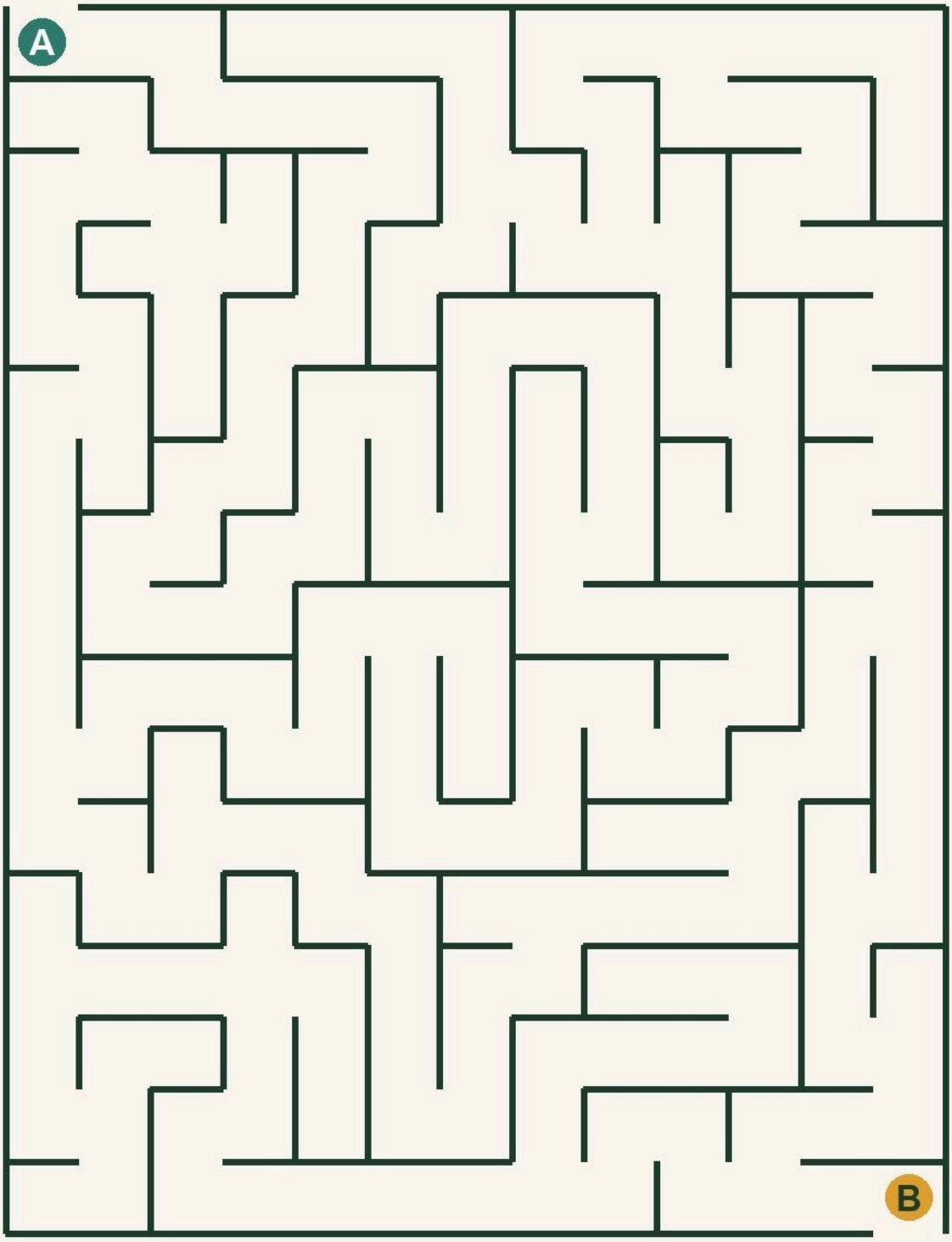


A = Casa **B = Estación**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva la carta hasta el correo

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

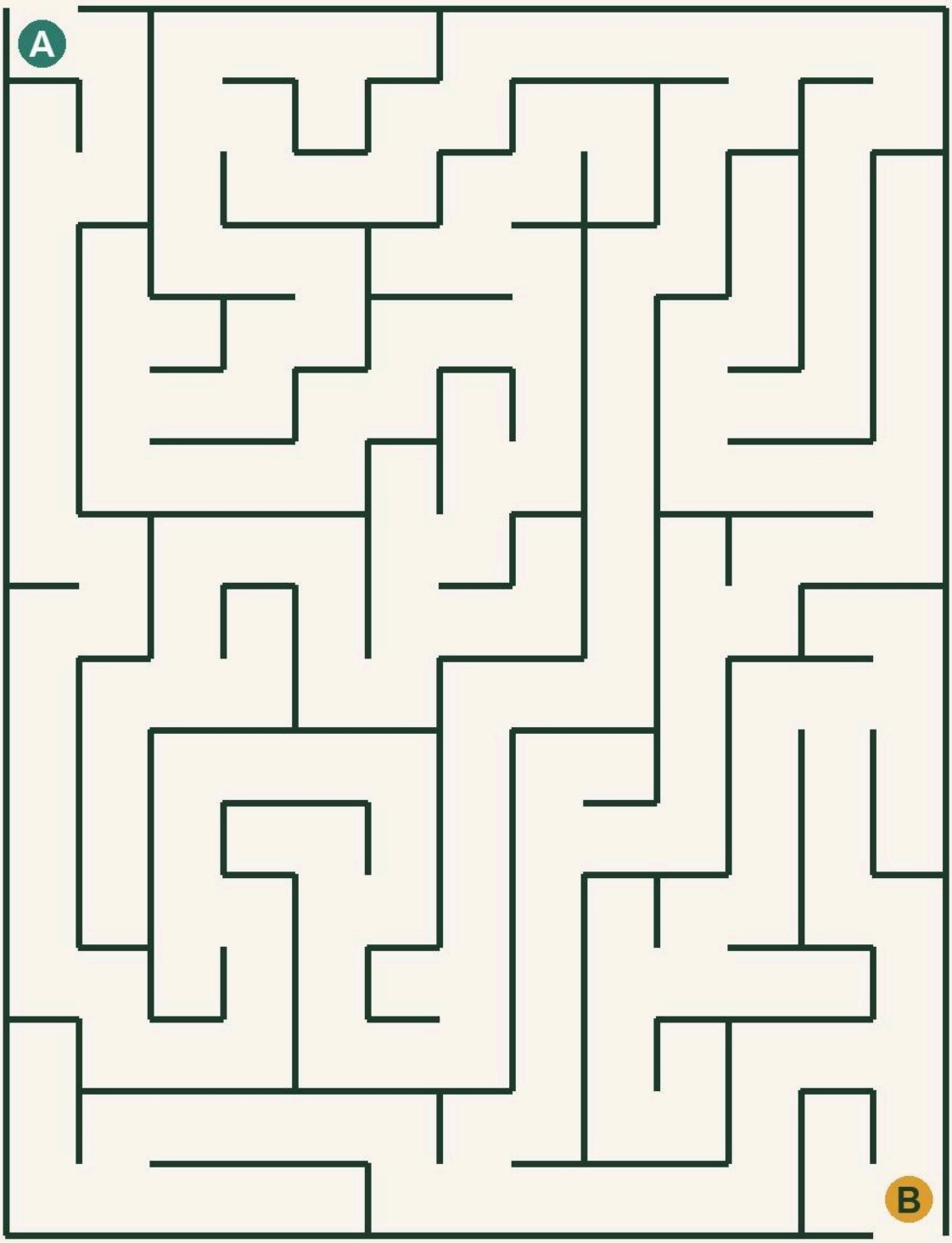


A = Carta **B = Correo**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Encuentra la salida del laberinto

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

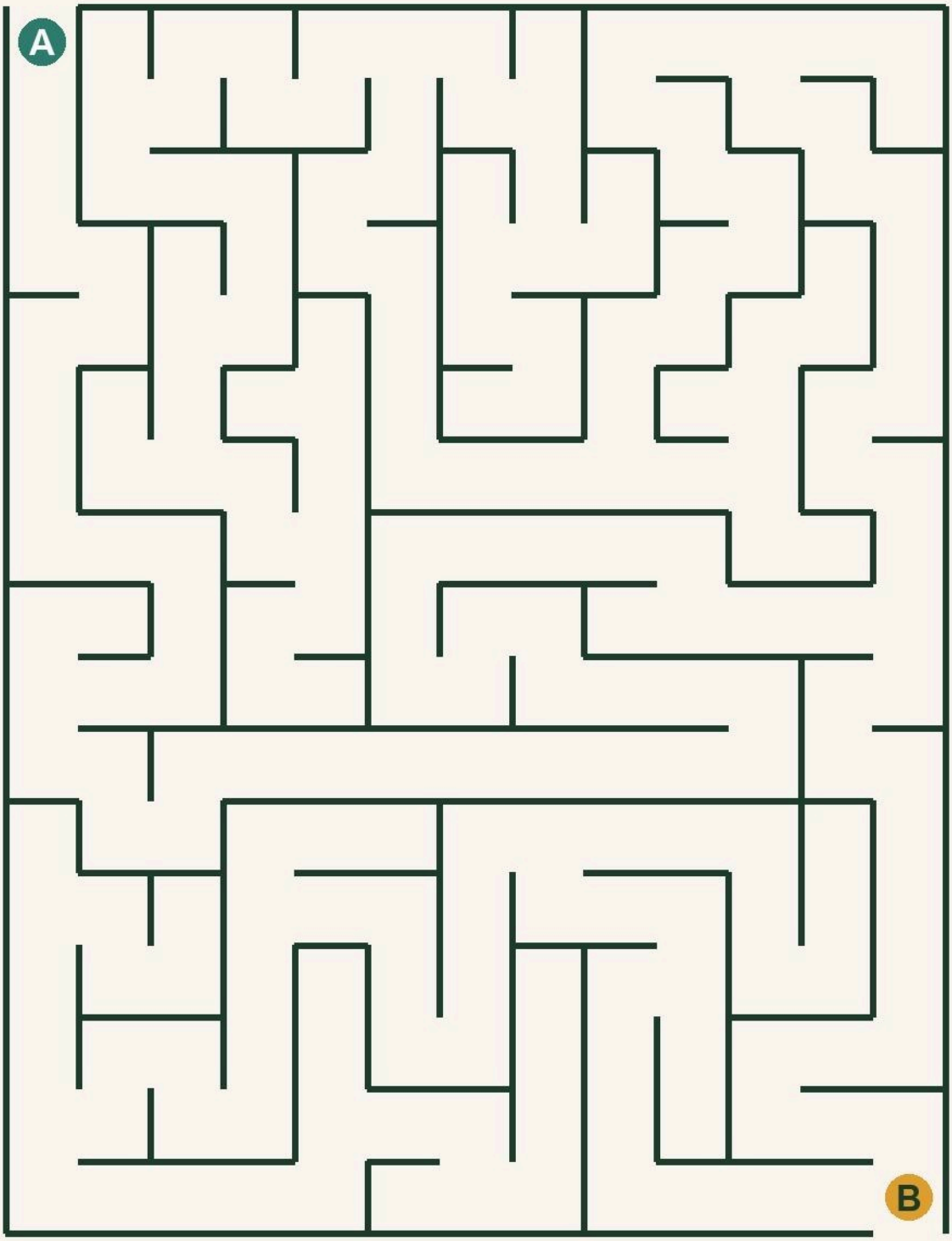


A = Inicio **B = Salida**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva el regalo hasta la fiesta

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

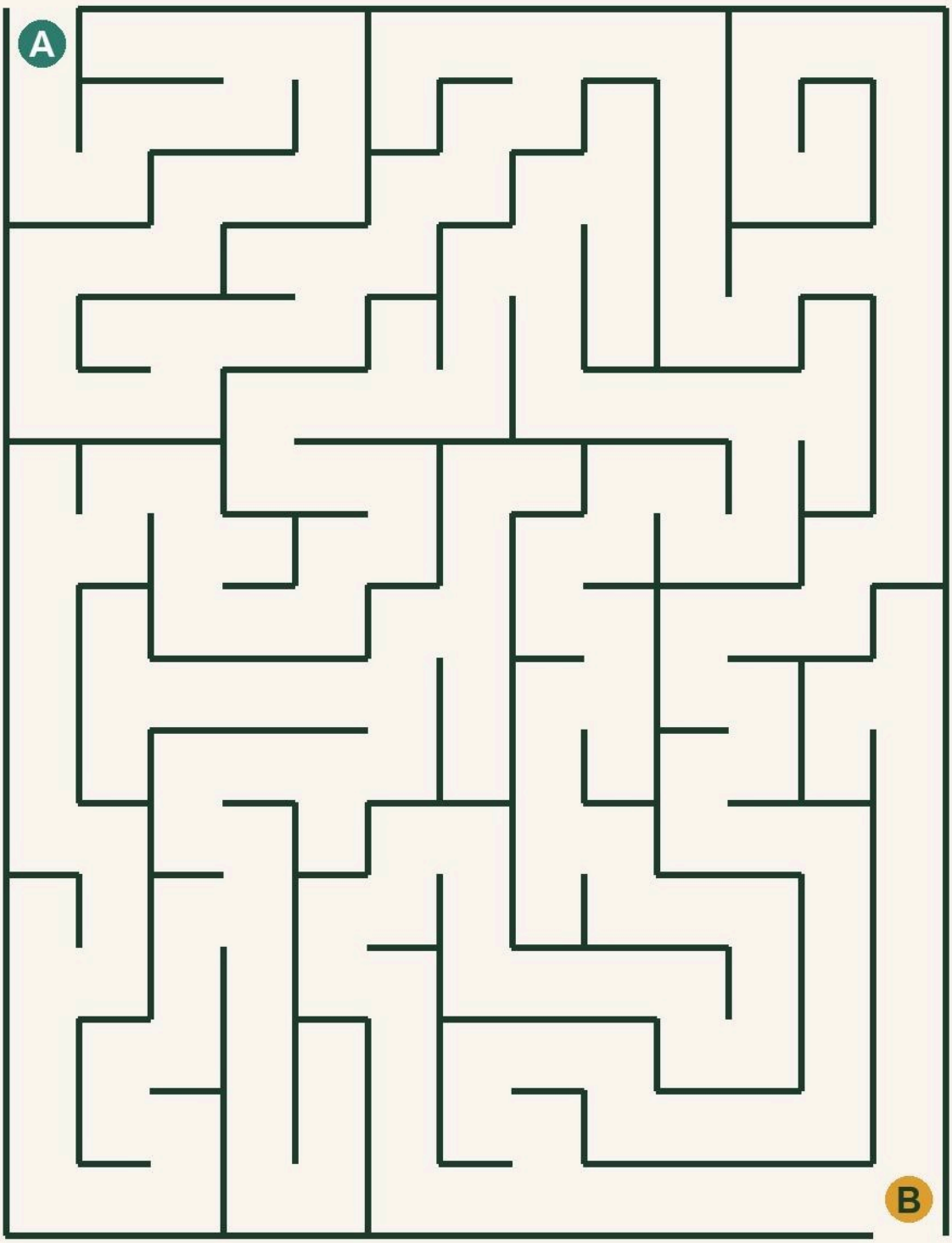


A = Regalo **B = Fiesta**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Guía a la mariposa hasta el árbol

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

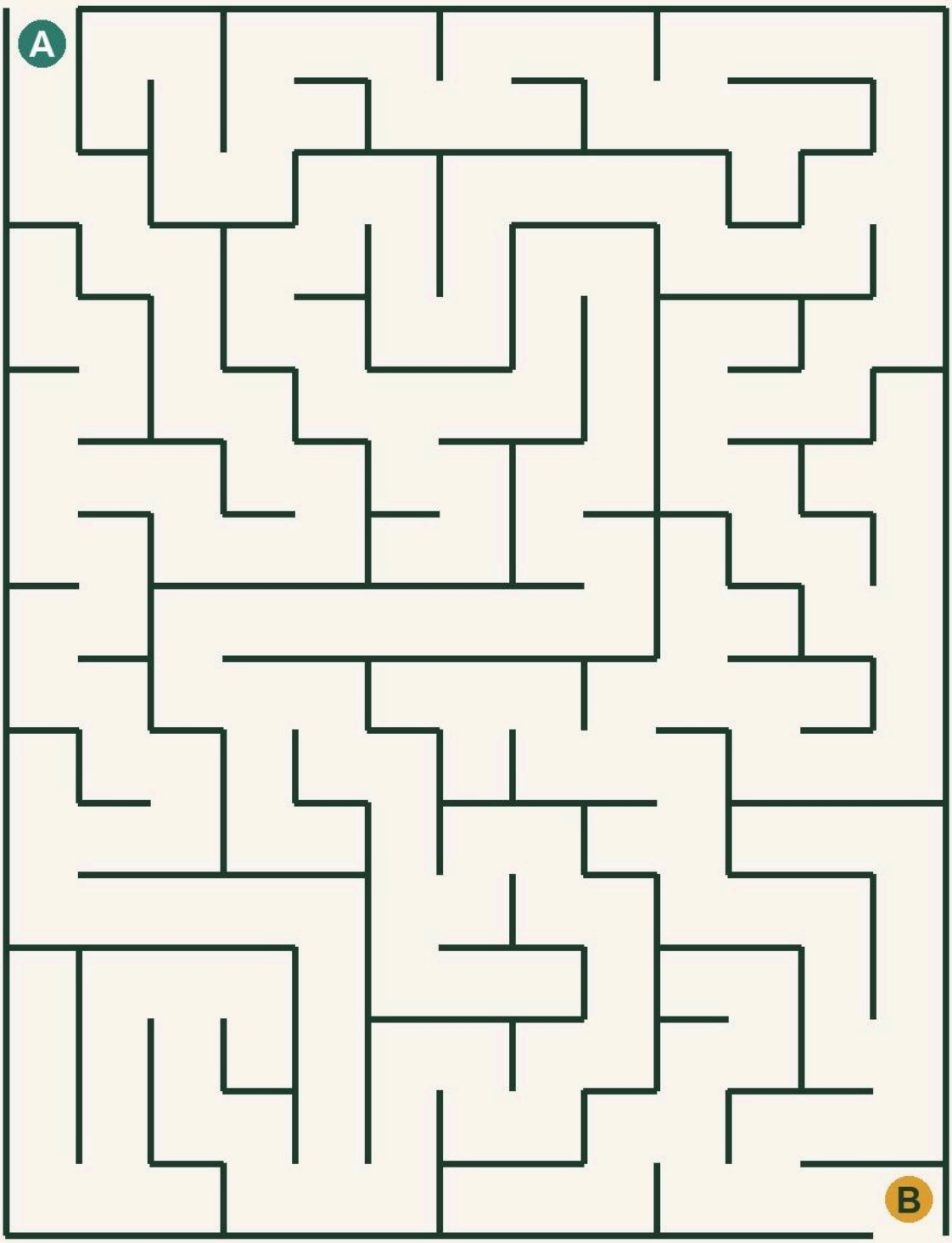


A = Mariposa **B = Árbol**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva la pelota hasta el arco

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

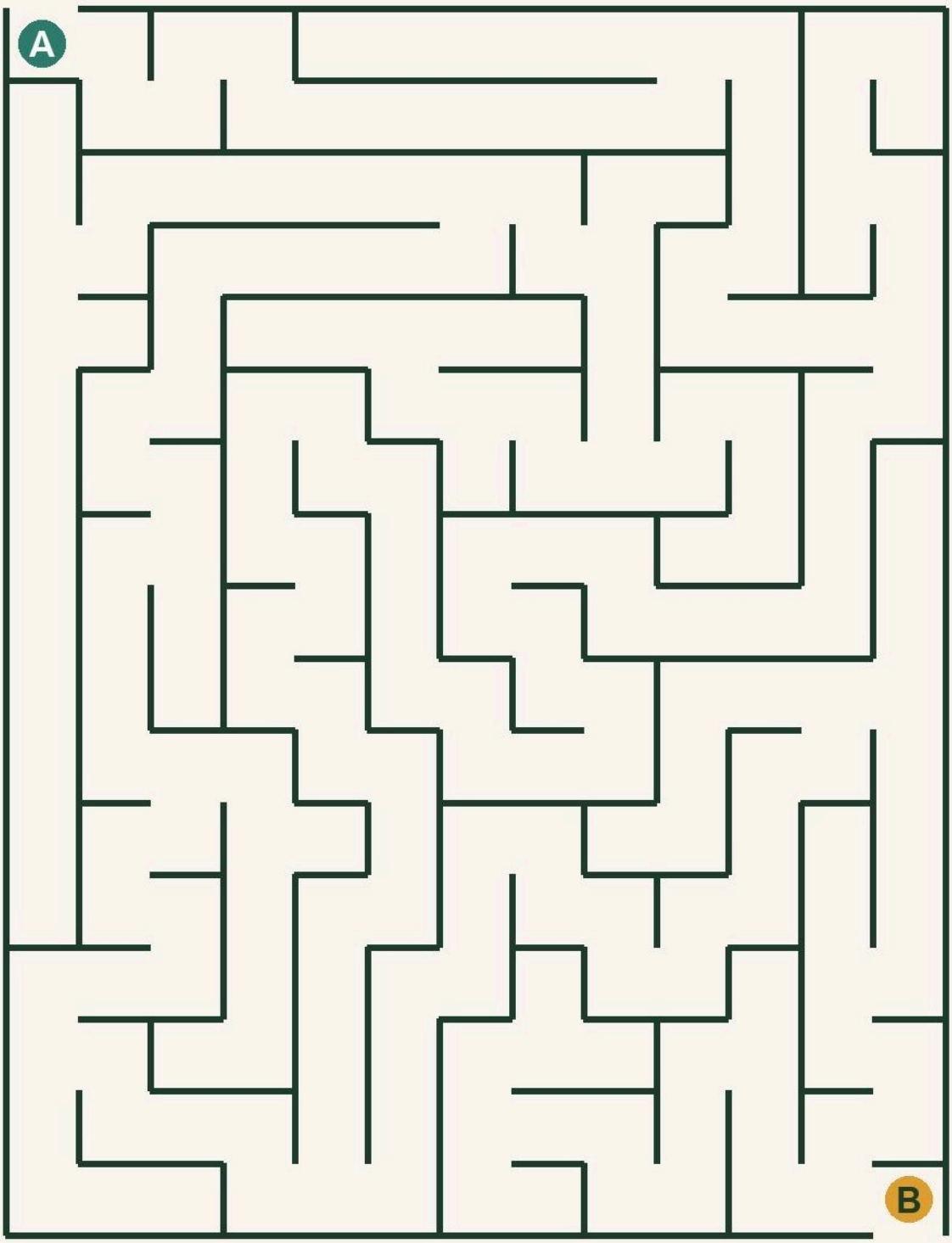


A = Pelota **B = Arco**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Encuentra el camino a la playa

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

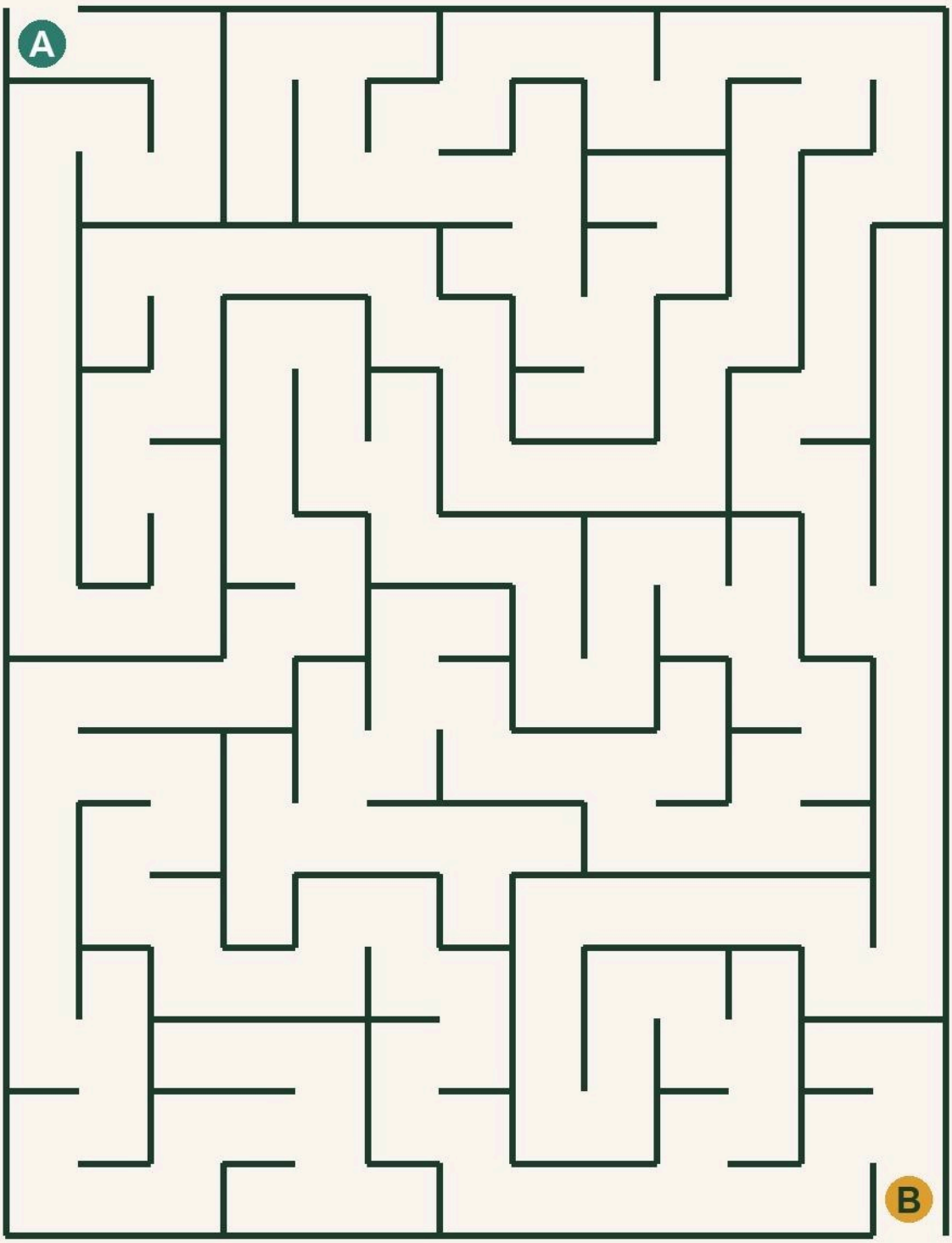


A = Inicio **B = Playa**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva las llaves hasta la puerta

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

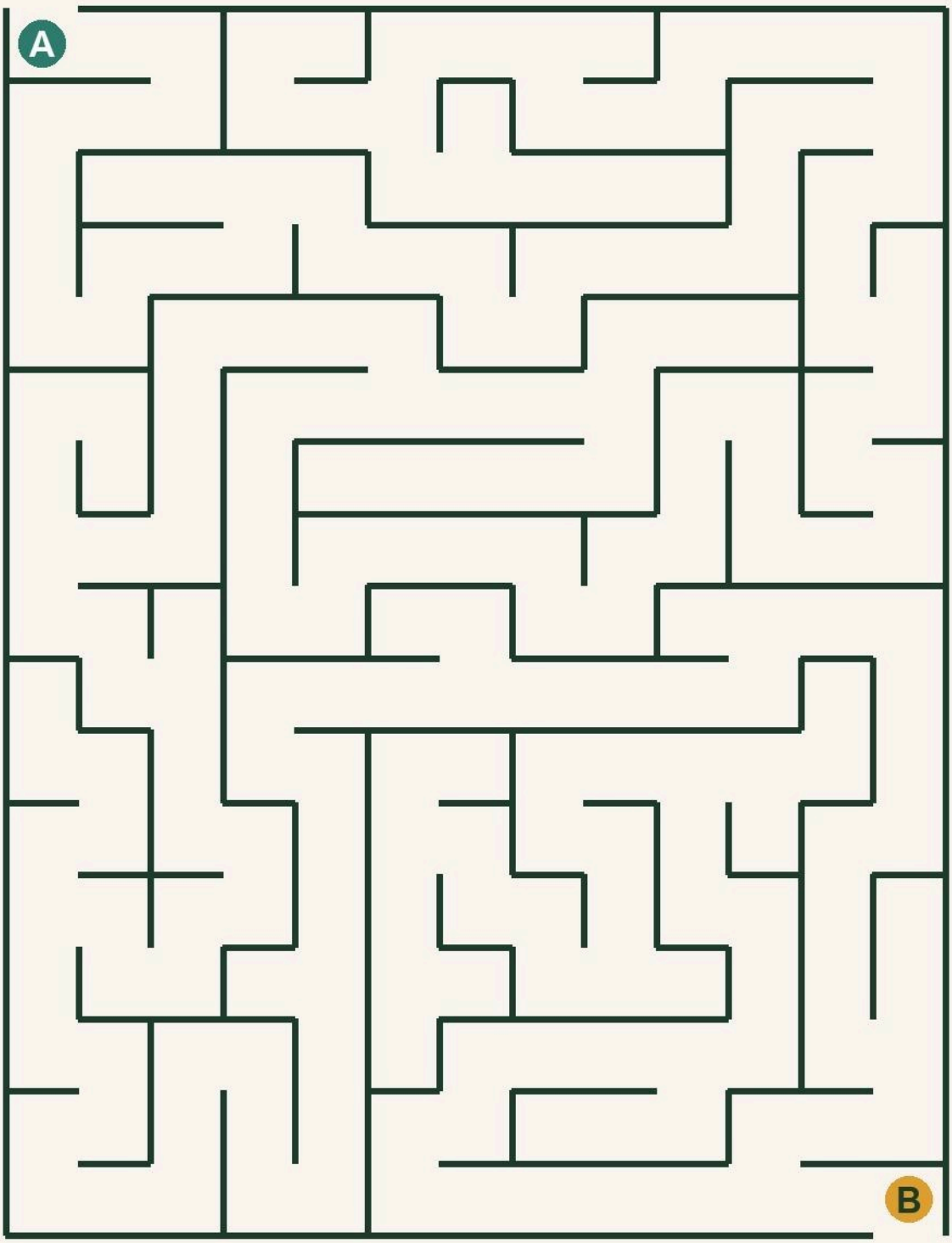


A = Llaves **B = Puerta**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Guía al abuelo hasta el banco de la plaza

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

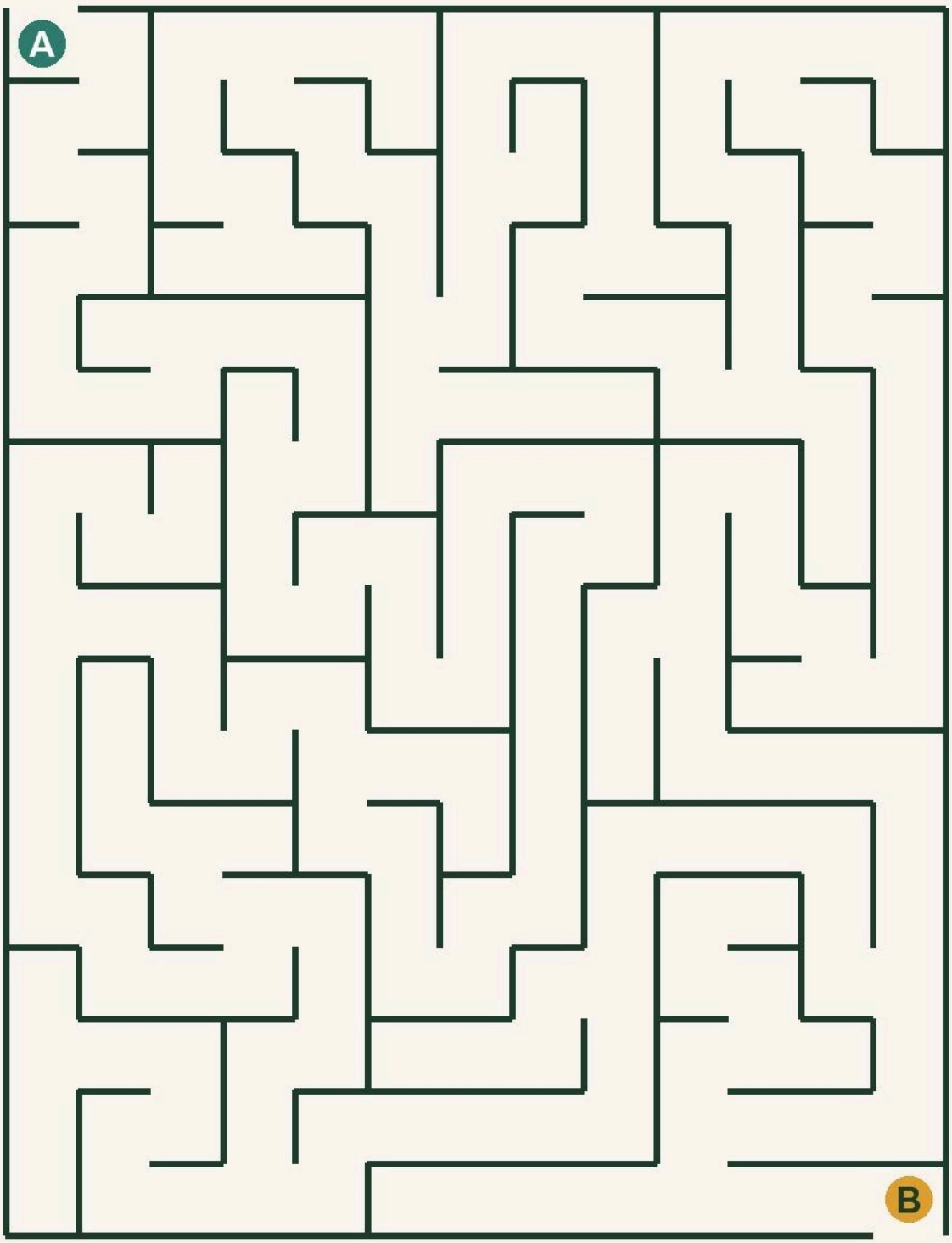


A = Abuelo **B = Banco**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva la taza hasta la cocina

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

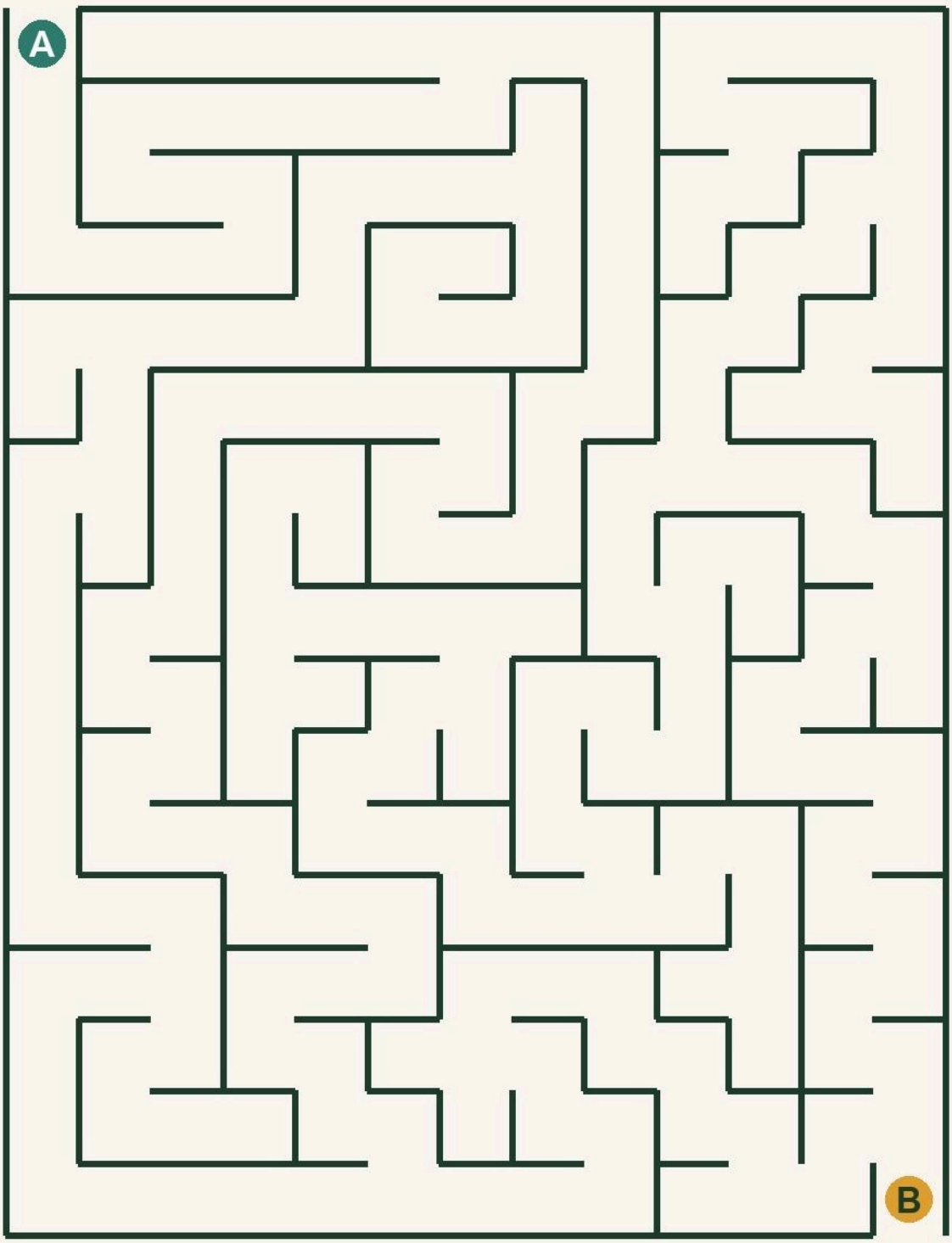


A = Taza **B = Cocina**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Encuentra el camino al mercado

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

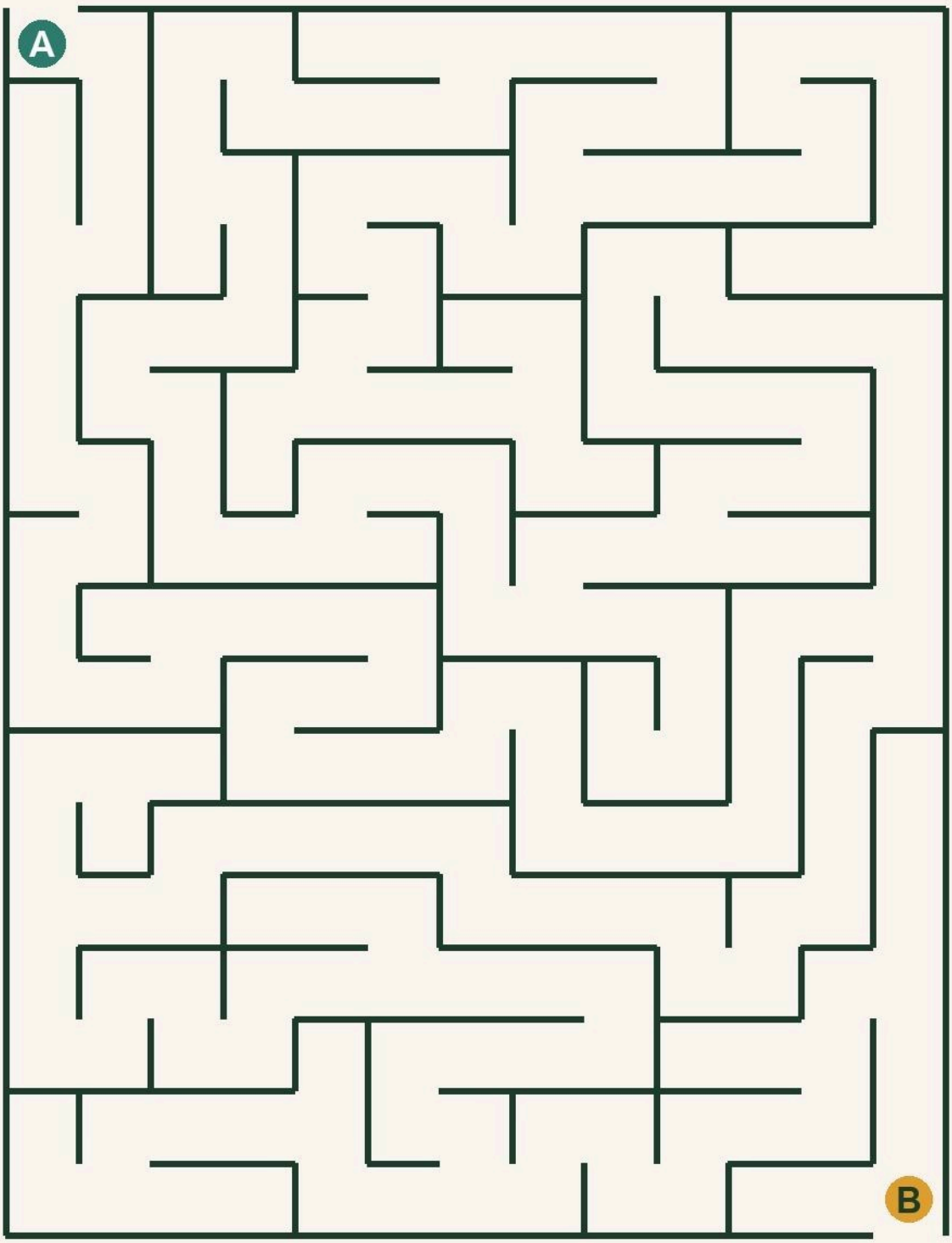


A = Inicio **B = Mercado**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Lleva el paraguas hasta la entrada

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.

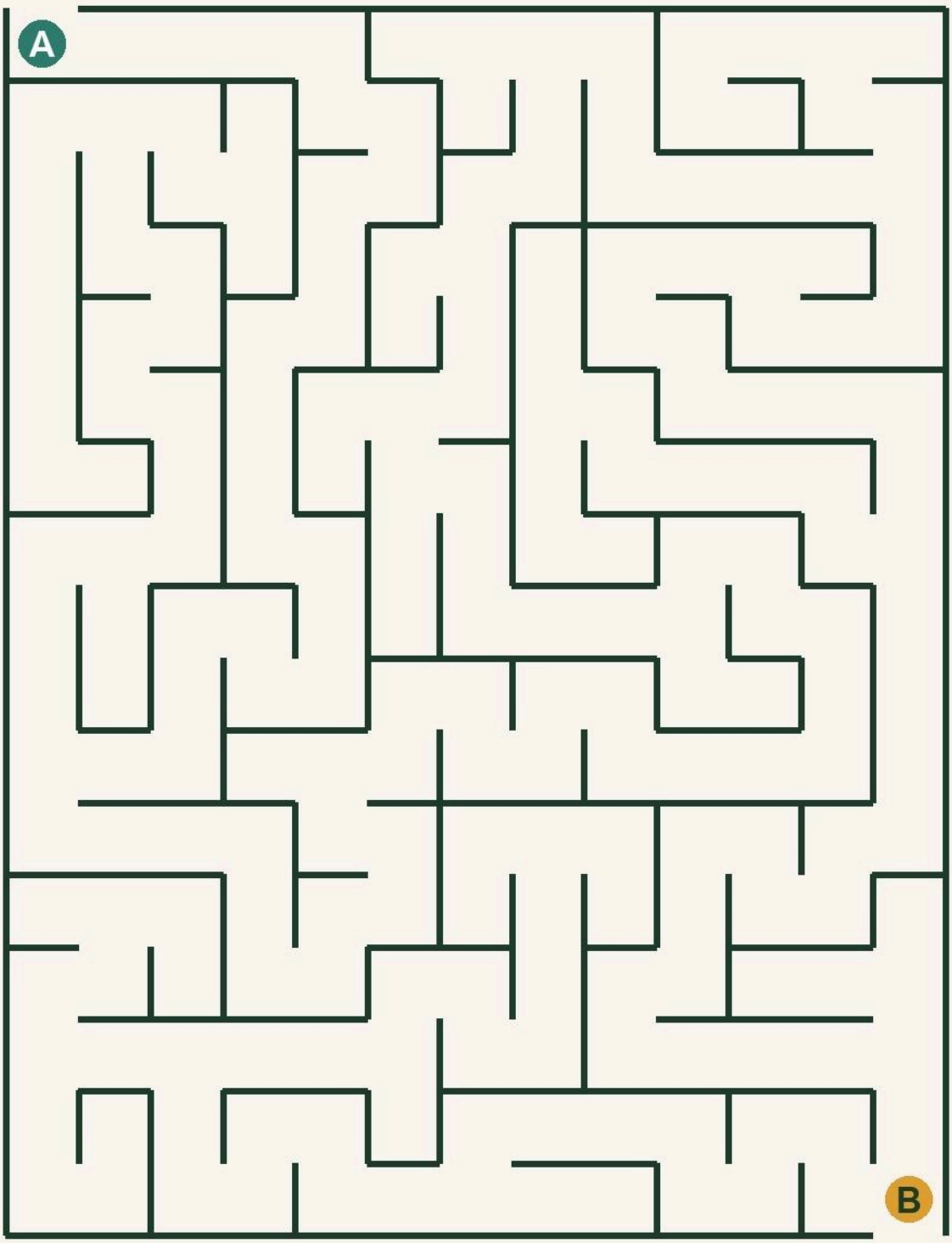


A = Paraguas **B = Entrada**

Ejercicio Cognitivo — Laberinto

Guía al pajarito hasta el nido

Sigue el camino con el dedo o un lápiz, sin cruzar las líneas.



A = Pájaro **B = Nido**

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Preparar un café

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Servir el café en la taza**

? **Colocar el café en el filtro**

? **Poner agua a calentar**

? **Agregar azúcar y disfrutar**

? **Verter el agua caliente**

Consejo: Pensar en el orden ejercita la planificación.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Preparar un mate

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Poner la bombilla**

? **Colocar la yerba en el mate**

? **Calentar el agua sin que hierva**

? **Inclinar la yerba y armar el mate**

? **Cebar con agua caliente**

Consejo: Recordar pasos habituales estimula la memoria.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Lavarse las manos

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Poner jabón y frotar**

? **Abrir la canilla**

? **Enjuagar con agua**

? **Secarse con la toalla**

? **Mojarse las manos**

Consejo: Las rutinas diarias son buen ejercicio mental.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Vestirse por la mañana

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Ponerse la ropa interior**

? **Ponerse los zapatos**

? **Elegir la ropa**

? **Ponerse el pantalón**

? **Ponerse la camisa**

Consejo: Ordenar acciones mejora la organización.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Preparar una tostada

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Cortar el pan**

? **Untar la manteca**

? **Servir en el plato**

? **Esperar a que dore**

? **Poner el pan en la tostadora**

Consejo: Visualizar la tarea completa ayuda a concentrarse.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Plantar una semilla

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Llenar la maceta con tierra**

? **Regar con agua**

? **Hacer un pequeño hoyo**

? **Colocar la semilla**

? **Cubrir con tierra**

Consejo: Secuenciar tareas entrena la lógica.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Hacer la cama

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Colocar la manta**

? **Estirar la sábana de abajo**

? **Alisar el cubrecama**

? **Acomodar la sábana de arriba**

? **Acomodar las almohadas**

Consejo: Las tareas del hogar son un gran ejercicio.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Preparar un té

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Verter el agua caliente**

? **Calentar el agua**

? **Poner el saquito en la taza**

? **Esperar unos minutos**

? **Retirar el saquito**

Consejo: Esperar el orden correcto entrena la paciencia mental.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Regar las plantas

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Guardar la regadera**

? **Regar la tierra despacio**

? **Llenar la regadera con agua**

? **Revisar qué plantas necesitan agua**

? **Quitar las hojas secas**

Consejo: Cuidar plantas combina memoria y rutina.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Preparar la mesa

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Poner el mantel**

? **Poner los vasos**

? **Colocar los platos**

? **Ubicar los cubiertos**

? **Acomodar las servilletas**

Consejo: Organizar el espacio ejercita la mente.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Hacer una llamada

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Levantar el teléfono**

? **Marcar el número**

? **Saludar al contestar**

? **Esperar el tono**

? **Buscar el número**

Consejo: Recordar pasos comunes mantiene la agilidad.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Preparar una ensalada

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Cortar el tomate**

? **Cortar la lechuga**

? **Condimentar y servir**

? **Mezclar en un bol**

? **Lavar las verduras**

Consejo: Cocinar activa varias funciones mentales.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Salir a caminar

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Salir de casa**

? **Tomar agua**

? **Caminar a paso suave**

? **Calzarse zapatillas**

? **Ponerse ropa cómoda**

Consejo: Planificar la salida ordena las ideas.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Lavar los platos

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Abrir la canilla**

? **Enjuagar con agua**

? **Dejarlos secar**

? **Juntar los platos sucios**

? **Enjabonar los platos**

Consejo: Las rutinas repetidas fortalecen la memoria.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Preparar un jugo de naranja

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Colar las semillas**

? **Elegir naranjas maduras**

? **Servir en un vaso**

? **Exprimir el jugo**

? **Cortarlas por la mitad**

Consejo: Los pasos de cocina son buen entrenamiento.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Escribir una carta

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Escribir el mensaje**

? **Poner la carta en el sobre**

? **Firmar la carta**

? **Tomar papel y lapicera**

? **Escribir el saludo**

Consejo: Ordenar ideas mejora la expresión.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Cuidar una herida pequeña

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Secar con cuidado**

? **Limpiar la herida con agua**

? **Lavarse las manos**

? **Guardar el botiquín**

? **Colocar una curita**

Consejo: Recordar el orden da seguridad.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Preparar el desayuno

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Calentar la leche**

? **Preparar unas tostadas**

? **Servir en una taza**

? **Sentarse a desayunar**

? **Agregar el café o cacao**

Consejo: Empezar el día con orden ayuda a la mente.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Tomar la medicación

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Servir un vaso de agua**

? **Sacar la pastilla del blíster**

? **Revisar el horario**

? **Tomar la pastilla**

? **Anotar que ya la tomó**

Consejo: Ordenar la rutina de salud es muy importante.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Ordenar el ropero

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Guardar en su lugar**

? **Doblar cada prenda**

? **Separar por tipo de prenda**

? **Cerrar los cajones**

? **Sacar la ropa del cajón**

Consejo: Clasificar objetos ejercita el pensamiento.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Preparar una sopa

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Cocinar a fuego lento**

? **Ponerlas en la olla con agua**

? **Cortarlas en trozos**

? **Servir bien caliente**

? **Pelar las verduras**

Consejo: Seguir una receta ordena el pensamiento.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Lavar la ropa

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

?	**Agregar el jabón**
?	**Tender la ropa al sol**
?	**Elegir el programa**
?	**Poner la ropa en el lavarropas**
?	**Separar la ropa por color**

Consejo: Las tareas por pasos entrenan la planificación.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Comprar en el almacén

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Pagar y volver a casa**

? **Tomar el dinero**

? **Hacer la lista de compras**

? **Elegir los productos**

? **Ir hasta el almacén**

Consejo: Planear una salida ordena las ideas.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Cuidar una planta

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Girar la maceta hacia el sol**

? **Revisarla cada día**

? **Quitar las hojas secas**

? **Elegir un buen lugar con luz**

? **Regar la tierra**

Consejo: Las rutinas de cuidado estimulan la memoria.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Armar un rompecabezas

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Armar el marco**

? **Completar el centro por colores**

? **Separar los bordes**

? **Volcar todas las piezas**

? **Colocar la última pieza**

Consejo: Ordenar por pasos entrena la lógica.

Ejercicio Cognitivo — Ordenar los Pasos

Tarea: Preparar la valija

Numera del 1 al 5 el orden correcto para realizar la tarea.

? **Cerrar la valija**

? **Guardar el neceser**

? **Elegir la ropa del viaje**

? **Revisar que no falte nada**

? **Doblar cada prenda**

Consejo: Organizar con anticipación ejercita la mente.