



impulso[®]
neuroeducación & neurorrehabilitación

**CUADERNO DE
ESTIMULACIÓN
COGNITIVA**

[2]



Hola:

Si está leyendo estas palabras, es porque ha decidido descargar este cuaderno.

Si no es la primera vez que adquiere uno de estos cuadernos, sobra esta explicación, sin embargo si es la primera vez le explico qué se va a encontrar.

A lo largo de estas páginas se encuentran ejercicios de atención, gnosias, función ejecutiva, etc. Todo un conjunto de ejercicios variados para estimular, casi todas las áreas cognitivas. [Los cuadernos completos con memoria, praxias y similares están a la venta desde nuestra página impulsocordoba.com]

No me voy a detener en explicar lo que son estas funciones, ni su implicación en las actividades de la vida diaria, porque entiendo que no es competencia de estos cuadernos.

En el encabezado de cada ejercicio, encontrará la instrucción del mismo, y además, la función primaria que queremos trabajar en ese ejercicio.

¿Qué trabajamos en este ejercicio?:

Y digo esto, porque obviamente en cada ejercicio NUNCA se trabaja una función cognitiva, eso sería imposible, sino que se trabajan muchas a la vez, y sería interminable poner en cada uno, todas y cada una de las funciones que debemos emplear en el desempeño de los mismos. Sin embargo, si es cierto que cada ejercicio, tiene más o menos carga en algunas funciones cognitivas, que será las que especifique.

En este cuaderno encontrará ejercicios de distintos niveles porque será una recopilación de todos los que, en algún momento, hemos subido a la WEB. Como sabrá, desde el Centro de Neurorehabilitación y Neuroeducación Impulso, todos los días subimos en diferentes plataformas y redes sociales un ejercicio de estimulación de diversa índole. Podrá encontrarlos entrando en nuestra página: impulsocordoba.com

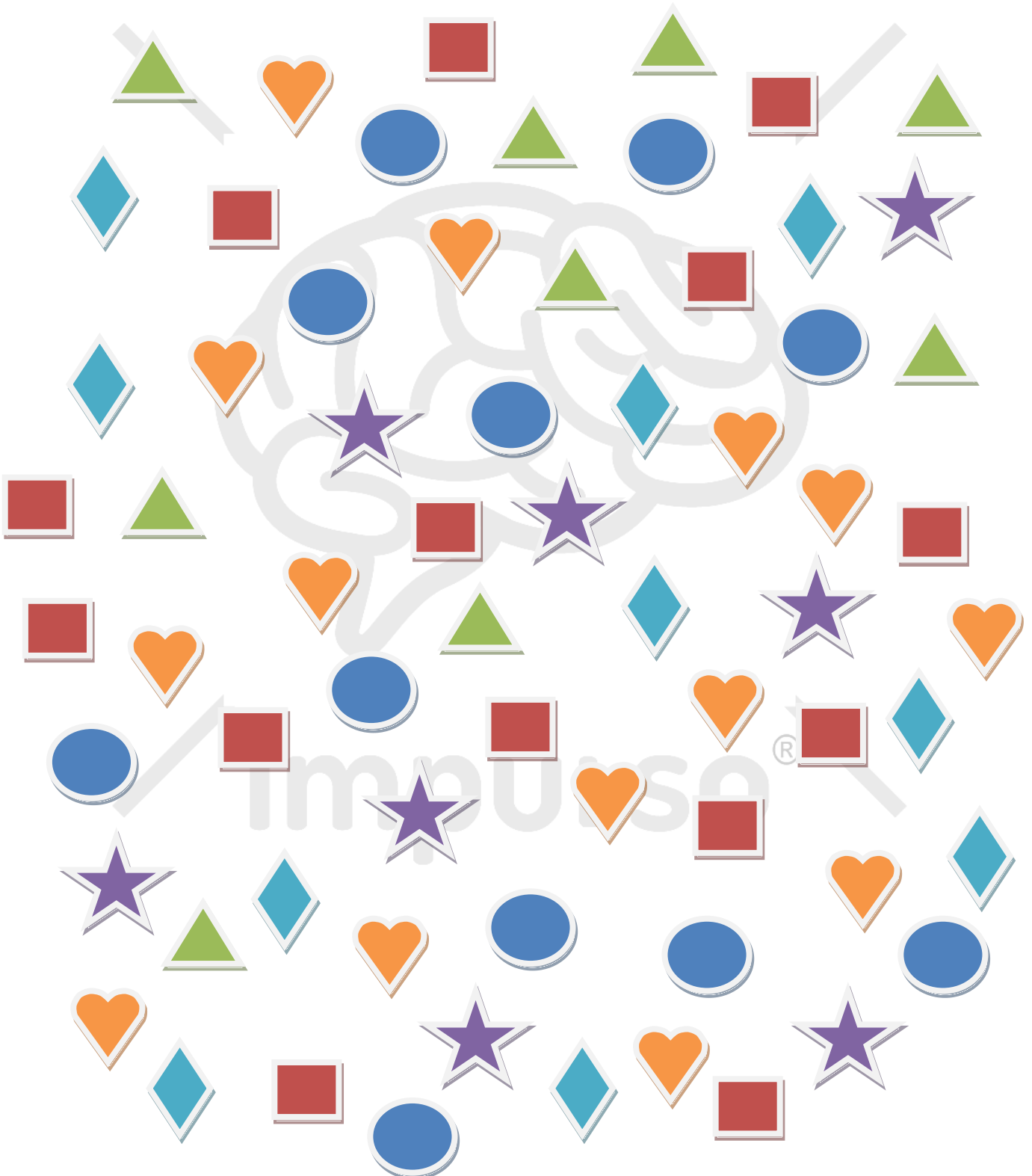
Además, como he dicho arriba, desde el centro, están en venta cuadernos similares a estos pero mucho más elaborados, compuestos de 60 ejercicios cada uno, y con las soluciones al final. La manera correcta de utilización consiste en realizar algún ejercicio todos los días, unos 30-40 minutos, no más tiempo, cuando usted esté tranquilo y descansado, no realice los ejercicios al final del día cuando ya se encuentre agotado cognitivamente y físicamente, ni esté más de ese tiempo recomendado, el cometido de este cuaderno no es frustrarle, sino poder estimular las funciones cognitivas. Si algún ejercicio no le sale y se encuentra bloqueado, déjelo, podrá retomarlo en otra ocasión.

¿Preparado/a para comenzar?

Pues adelante.

Ejercicio 1: ¿Qué trabajamos en este ejercicio?
Atención

Instrucciones: ¿Qué icono se repite más veces?



Ejercicio 2: ¿Qué trabajamos en este ejercicio?

Cálculo

Instrucciones: Coloque las operaciones de suma, resta, multiplicación y división sin repetir para obtener los resultados indicados. En la parte inferior coloque tanto las operaciones que falten como los números, para obtener esos resultados.

4	5	2	4	7	=	7
6	3	8	9	0	=	7
8	2	5	7	7	=	7
7	5	6	4	4	=	7

9		8	+		-	3	:	9	=	9
5		20	-		:	3	+		=	9
	:	4		5	x		-	5	=	9
3		6	+	24	:		-		=	9

Ejercicio 3: ¿Qué trabajamos en este ejercicio?

FFEE. Razonamiento

Instrucciones: Averigüe el día al que nos repetimos, descartando los días que le indicamos.

**Si dentro de dos días
no será Viernes. Ayer
no fue Sábado. Hoy no
es el día antes de
Martes, ni el día
después del Miércoles
y Mañana no será ni
Domingo ni Miércoles.
¿Qué día es hoy?**



Ejercicio 4: ¿Qué trabajamos en este ejercicio?

Construcción visuoespacial

Instrucciones: Su tarea consiste en colocar las fichas en la tabla en blanco, de tal manera que formen una imagen con sentido



1



2



3



4



5



6



7



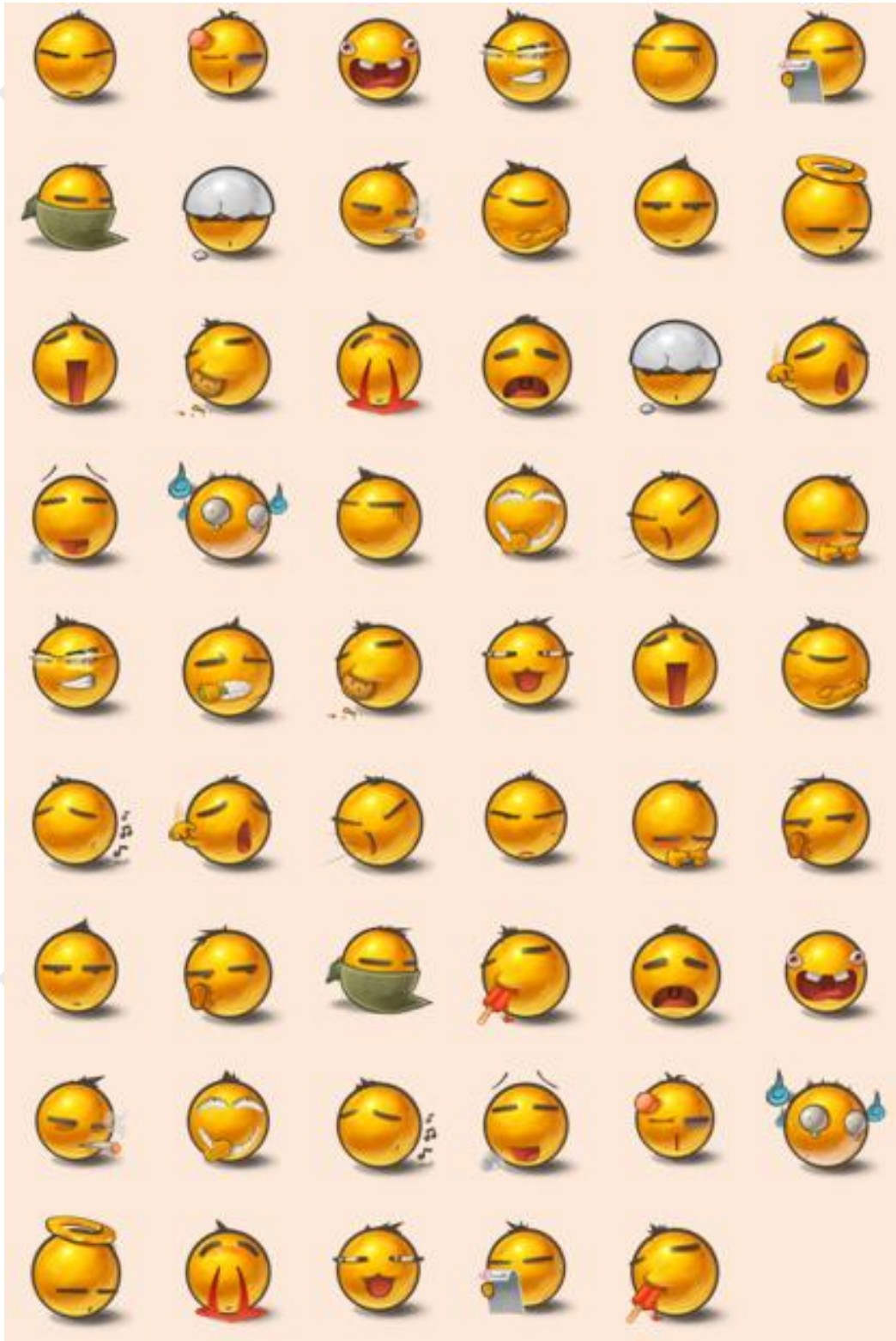
8



9

Ejercicio 5: ¿Qué trabajamos en este ejercicio? Atención


Instrucciones: Encuentra el icono que no se repite.



Ejercicio 6: ¿Qué trabajamos en este ejercicio?

Planificación

Instrucciones: A continuación encontrará dos tablas de 9 por 9. Sin embargo no todos los números están puestos. Su tarea consiste en completar la tabla con los números que faltan siguiendo como referencia los números que ya hay puestos. Hay que tener en cuenta que los números no pueden ir en diagonal, sino en horizontal o en vertical y que ningún hueco puede quedar en blanco.

		20		18		16		
25	22			9			12	
	1		7		49		51	
	28	3		5			46	53
80		30		38		42		
	32				40		44	55
			35		67		61	
	76	73		69		63		
			71				59	

Ejercicio 7: ¿Qué trabajamos en este ejercicio?
Gnosias.

Instrucciones: ¿Qué objetos son estos elementos deformados?



Ejercicio 8: ¿Qué trabajamos en este ejercicio?

Lenguaje

Instrucciones: Complete las palabras que le mostramos a continuación pero únicamente con vocales.

T_L_V_S__N

C_N_

H_M_C_

C_M_D_

_RB_L

F_R_L_

C_C_

S_M_F_R_

P_LM_R_

_L_RM_

P__D_D

V_D__

G__D_L_J_R_

P_LS_R_

C_M_S_T_A

P_J_M_

C_J_N

C_M_S_R__

C_L_M_R

H_SP_T_L

C_J_

L_CT_R_

M_C_T_

C__DR_D_

M_S_

B_Q__R_N

M_S_T_

S_G_V__

T_J_D_

L_C_S

B_MB_LL_

L_G_N_


Ejercicio 9: ¿Qué trabajamos en este ejercicio?
Discriminación perceptiva.

Instrucciones: ¿Cuál de las opciones es igual al modelo?



Ejercicio 10: ¿Qué trabajamos en este ejercicio?
Inhibición

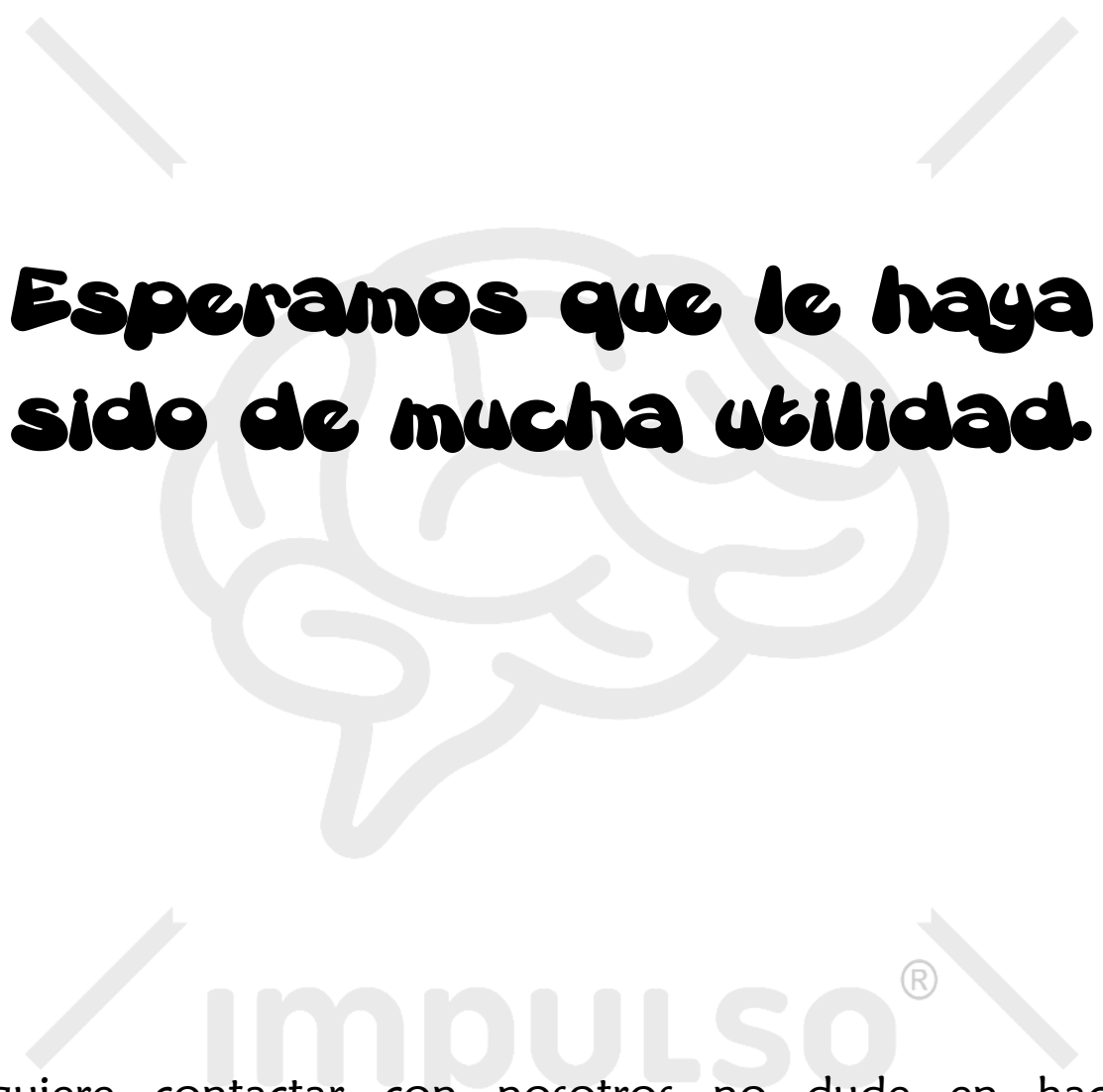
Instrucciones: Lea lo más rápido posible, y sin tachar, una letra sí y otra no para formar dos frases con sentido.

l l a u m c o h t a i p v o a
r c q i u o e n t e u s s l s
a u g e a ñ s o o s l s i e n
h a a d g e a l n c r e e r a
e l b i r d o a . d 

Frase 1:

impulso®

Frase 2:



**Esperamos que le haya
sido de mucha utilidad.**

Si quiere contactar con nosotros no dude en hacerlo
mediante nuestra web: impulsocordoba.com