

HOJA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA IGUALA3, 19.2019

1.- COMPLETA LA SIGUIENTE TABLA

Día de la semana	Día del mes	Mes	Año	Hora

2.- COPIA UNA NOTICIA POSITIVA DEL PERIÓDICO O DE UNA REVISTA

3. SUBRAYA TODAS LAS LETRAS “R” QUE APAREZCAN EN ESTE TEXTO

4.- CUENTA LAS VECES QUE ESTÁ LA LETRA “R” EN CADA LÍNEA Y ESCRÍBELO

Existe una relación estrecha entre una persona sana y un sueño normal. El sueño cumple funciones fisiológicas necesarias para la salud. Entre estas funciones está la de restaurar el equilibrio del Sistema Nervioso Central y del resto de los tejidos, restablecer los almacenes de energía celular y el almacenamiento y conservación de los datos de la memoria. Las causas del insomnio tienen que ver con la falta de una higiene del sueño adecuada o con aspectos psicológicos. Los cambios fisiológicos, como los dados en el envejecimiento, producen cambios en el patrón del sueño. En las personas mayores es frecuente la reducción de las horas y la calidad del sueño y un aumento de la somnolencia diurna. Los estilos de vida, cambios constantes de horario por cuestiones laborales o por viajes, algunos medicamentos, etc. son factores a tener en cuenta.

5.- REALIZA LAS SIGUIENTES OPERACIONES

$$\begin{array}{r} 72572902 \\ + 47286646 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 56345721 \\ - 4289982 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 878799343 \\ + 456333258 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 579898932 \\ - 334376849 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 964724 \\ \hline \times 5 \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 856734 \\ \hline \times 525 \end{array}$$

6.- ESCRIBE 14 PALABRAS UTILIZANDO SOLO LAS SIGUIENTES LETRAS:

R T G E S A N R A P L E I E A

1	8
2	9
3	10
4	11
5	12
6	13
7	14