

Entrená tu mente

El cerebro es un órgano plástico y flexible que puede generar nuevas conexiones, pero para eso hay que ejercitarlo. Especialistas de Fleni desarrollaron el programa “Entrená tu mente”. Podés encontrar todos los ejercicios del programa ingresando en www.fleni.org.ar/entrenatumente

Ejercicios para estimular el cerebro:

¿Te animás a resolver estos cálculos matemáticos? [Click aquí](#) para ver el video.



¿Te acordás cuántas palabras eran? [Click aquí](#) para ver el video.



Estimulemos la memoria de trabajo con este ejercicio: [Click aquí](#) para ver el video.



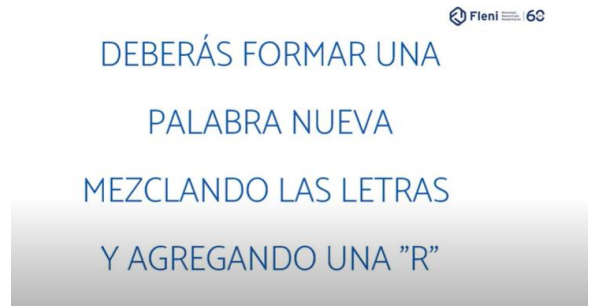
Aquí trabajaremos la memoria visual. [Click aquí](#) para ver el video.



Ahora un ejercicio para prevenir el deterioro cognitivo. [Click aquí](#) para ver el video.



¿Cuáles son los rostros nuevos? [Click aquí](#) para ver el video.



¿Jugamos con palabras? [Click aquí](#) para ver el video.



Ahora, un ejercicio de memoria de trabajo visual. [Click aquí](#) para ver el video.



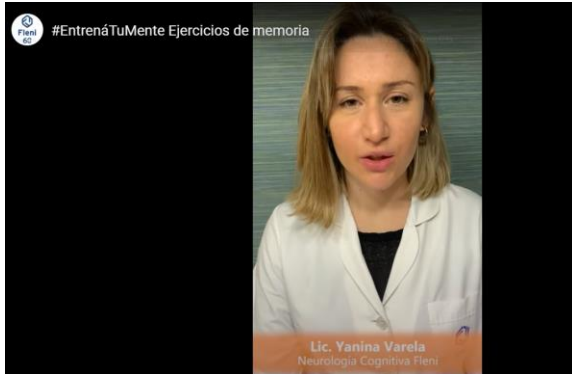
¿En dónde está el búho? Encontralo entre todos los objetos. [Click aquí](#) para ver el video.



¿Es posible construir cosas con nuestro cerebro? [Click aquí](#) para ver el video.



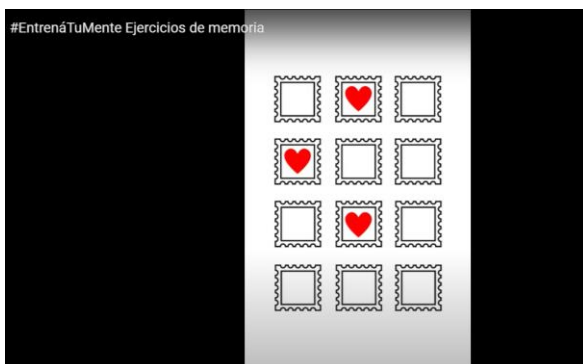
¿Te animás a hacer un ejercicio de atención y agudeza visual? [Click aquí](#) para ver el video.



Hacemos un ejercicio de memoria. [Click aquí](#) para ver el video.



¿Qué tarjeta es? ¿Es correcta su ubicación? Un ejercicio de memoria y atención. [Click aquí](#) para ver el video.



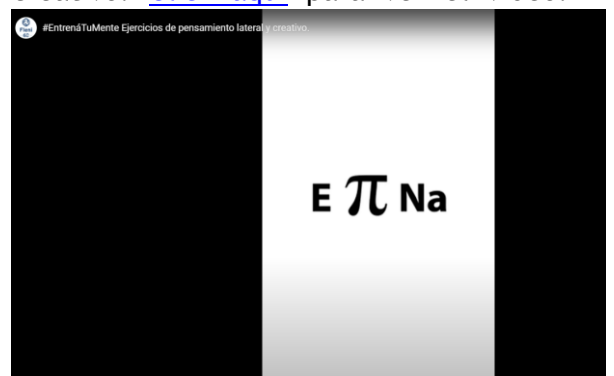
¿Podés reproducir este patrón? Es un ejercicio para trabajar la atención. [Click aquí](#) para ver el video.



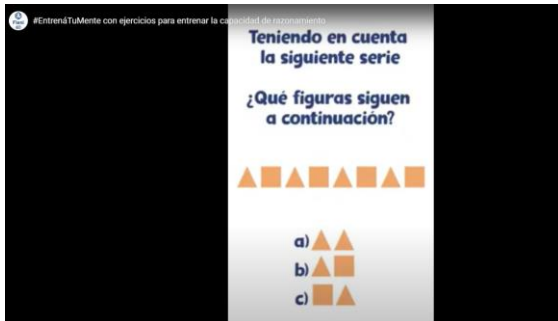
¿Qué imágenes viste? ¿Cuántas había? Animate a este ejercicio para estimular la memoria de trabajo. [Click aquí](#) para ver el video.



¿Cuál es la palabra oculta en la imagen? Activemos el pensamiento lateral y creativo. [Click aquí](#) para ver el video.



¿Te animás a trabajar la capacidad de razonamiento? [Click aquí](#) para ver el video.



En esta actividad vamos a ejercitar la atención y las habilidades visoespaciales. [Click aquí](#) para ver el video.



¿Cuál es la última palabra? Aquí te invitamos a realizar este ejercicio para estimular la memoria. [Click aquí](#) para ver el video



¿Cómo podemos ejercitar la atención y las funciones visoespaciales de búsqueda? [Hacé click](#) para ver el video



Publicaciones destacadas

- **Infobae** - [Cuarentena total y tercera edad: cómo impacta el encierro en la gente mayor](#)
- **La Nación** – [Fleni se sumó al furor por los acertijos y problemas matemáticos con un entretenido video - LA NACION](#)
- **Diario Perfil**- Columna de opinión [¿Se puede entrenar la mente?](#)
- **La Nación Podcast - El Primer Café** – Entrevista a la Dra. Lucía Crivelli sobre [Salud mental: consejos imprescindibles para mantener nuestros patitos en fila](#)
- **TV Pública** – Noticiero – Entrevista en los exteriores de TV Pública al Dr. Ismael Calandri. [Analizan si la cuarentena acelera el envejecimiento](#)
- **La Nación + Programa Lo que el día se llevó** – Entrevista en vivo, en el piso del canal. [Ejercicios mentales con la Dra. Lucía Crivelli](#)
- **América Edición especial** – Entrevista en vivo a la Dra. Lucía Crivelli – [Link a nota](#)