

Bienvenida al primer desafío de RECREO CONSCIENTE.

Creamos esta nueva sección porque pensamos que el juego siempre está vinculado al bienestar y al aprendizaje, en todas las etapas de la vida.

Hoy empezamos con un crucigrama diseñado para estimular la mente, fortalecer la atención y disfrutar sin exigencia.

Instrucciones:

Leé atentamente cada pista y escribí la respuesta en los espacios correspondientes, respetando el número de letras y los cruces entre palabras. Completá todas las palabras para resolver el desafío.

Cuando termines mandanos un mensaje por IG para que te enviemos las respuestas correctas.

Disfrutalo!

RECREO CONSCIENTE: cuando jugás, tu mente también se fortalece.

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

Pistas horizontales

Recreo
Consciente

1

(Fila 1, col 1 – 8 letras)

Centro de procesamiento cognitivo, emocional y conductual.

(Fila 2, col 1 – 7 letras)

Capacidad de codificar, almacenar y recuperar información.

(Fila 3, col 1 – 11 letras)

Proceso fisiológico clave para la regulación celular y mental, asociado al consumo de agua.

(Fila 4, col 1 – 9 letras)

Movimiento corporal sistemático que mejora la salud cardiovascular y cerebral.

(Fila 5, col 1 – 7 letras)

Respuesta voluntaria que reduce la activación del sistema nervioso.

(Fila 6, col 1 – 7 letras)

Mensajeros químicos que coordinan ciclos, estados de ánimo y funciones reproductivas.

(Fila 7, col 1 – 8 letras)

Estado emocional frecuente ante exceso de demandas y preocupación sostenida.

(Fila 8, col 1 – 10 letras)

Actividad cotidiana que combina desplazamiento y ejercicio aeróbico.

(Fila 9, col 1 – 9 letras)

Proceso mediante el cual el organismo obtiene y utiliza energía de los alimentos.

(Fila 10, col 1 – 8 letras)

Función cognitiva que permite sostener el foco en una tarea.

(Fila 11, col 1 – 9 letras)

Hormona que regula el ritmo circadiano y favorece el descanso nocturno.