



GIMNASIA MENTAL

ENIGMAS Y ASOCIACIONES

 **Editorial El Ateneo**

Gimnasia mental: enigmas y asociaciones

Autora: Elena Luchetti

Derechos exclusivos mundiales de edición en todas las lenguas

© Grupo ILHSA S. A. para su sello Editorial El Ateneo, 2026

Patagones 2463 - (C1282ACA) Buenos Aires, Argentina

Tel.: (54 11) 4943-8200

editorial@elateneo.com - www.editorialelateneo.com.ar

Dirección editorial: Marcela Luza

Gerencia editorial: Marina von der Pahlen

Propuestas: Elena Luchetti (con la colaboración de Elisabeth Fontana)

Edición interna: Juliana Palermo

Producción: Pablo Gauna

Coordinación de diseño: Marianela Acuña

Diseño de interior: María Victoria Costas

1ª edición: julio 2026

ISBN 978-950-02-1789-7

Impreso en Talleres Trama,
Pasaje Garro 3160, CABA,
en julio de 2026.

Tirada: 5000 ejemplares

Libro de edición argentina.

Queda hecho el depósito que
establece la Ley 11.723.

Luchetti, Elena

Gimnasia mental : enigmas y asociaciones / Elena Luchetti. -

1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : El Ateneo, 2026.

128 p. ; 26 x 18 cm.

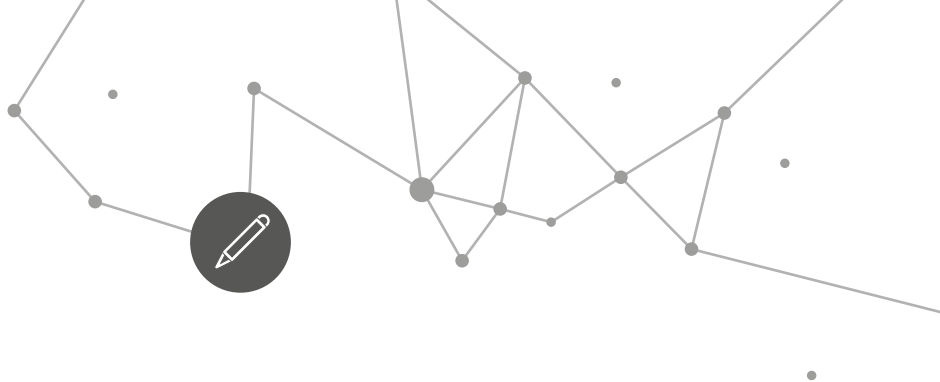
ISBN 978-950-02-1789-7

1. Lógica. 2. Actividades Practicas. 3. Juegos de Ingenio. I. Título.

CDD 371.337

Las reproducciones de las obras de arte incluidas en este volumen corresponden a obras de dominio público.

El editor se reserva todos los derechos sobre esta obra. En consecuencia, no puede reproducirse total o parcialmente por ningún método de reproducción existente o por existir incluyendo el gráfico, electrónico y/o mecánico (como ser el fotocopiado, el registro electromagnético y/o el almacenamiento de datos, entre otros), sin el expreso consentimiento de su editor, Grupo Ilhsa S.A. (Ley n° 11.723).



Este libro reúne más de 100 actividades organizadas en distintos ejes, pensadas para el público en general.

Cada propuesta pone en juego funciones cognitivas como el razonamiento, la toma de decisiones, la atención, la memoria y la flexibilidad.

A lo largo del recorrido, se trabajan operaciones como observar, identificar, comparar, clasificar, ordenar o inferir, a través de consignas breves y variadas.

Hay juegos de palabras, desafíos visuales, problemas lógicos y ejercicios numéricos, entre otros. Para resolver las actividades, alcanza con contar con un lápiz o portaminas y, en algunos casos, goma de borrar y lápices de colores o fibras.

Pueden abordarse en cualquier orden. Cada propuesta es independiente y permite trabajar distintos procesos cognitivos. Algunas presentan una dificultad progresiva.

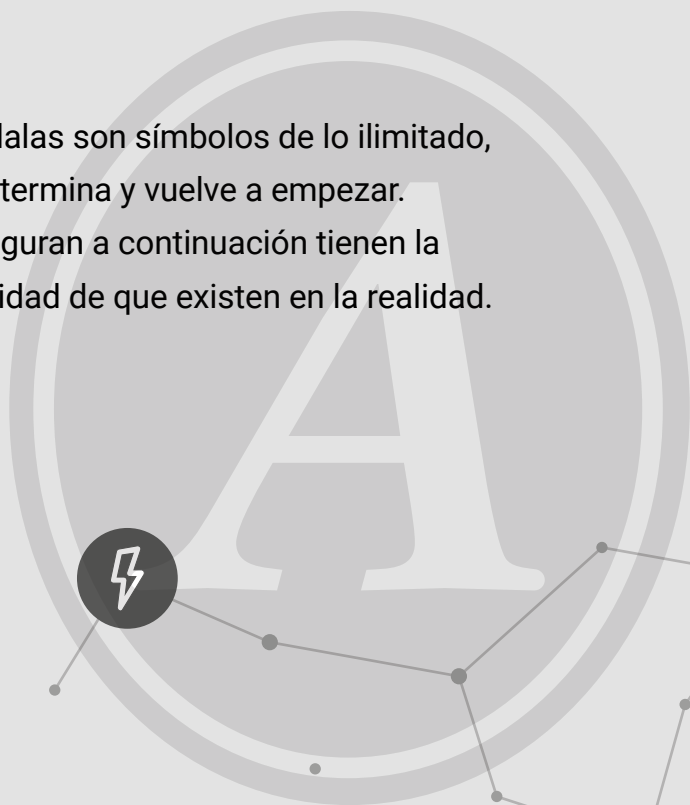
El objetivo es ofrecer un espacio de práctica sostenida que permita mantener la mente activa mediante la resolución de situaciones diversas.

ÍNDICE

Colorear mandalas	5
Recorrer laberintos	11
Piedra libre	17
La importancia de las diferencias	21
Autor escondido	27
Sopas de letras	31
Ordenar los anagramas	37
Acrósticos	51
Palabras cruzadas	55
La importancia de los parecidos	61
Fuga de vocales	65
Fuga de palabras	69
Tutifruti	75
Unir con flechas	79
Trabalenguas y adivinanzas	83
Sudokus y pirámides	89
Restas cruzadas	95
Enigmas	99
Soluciones	105

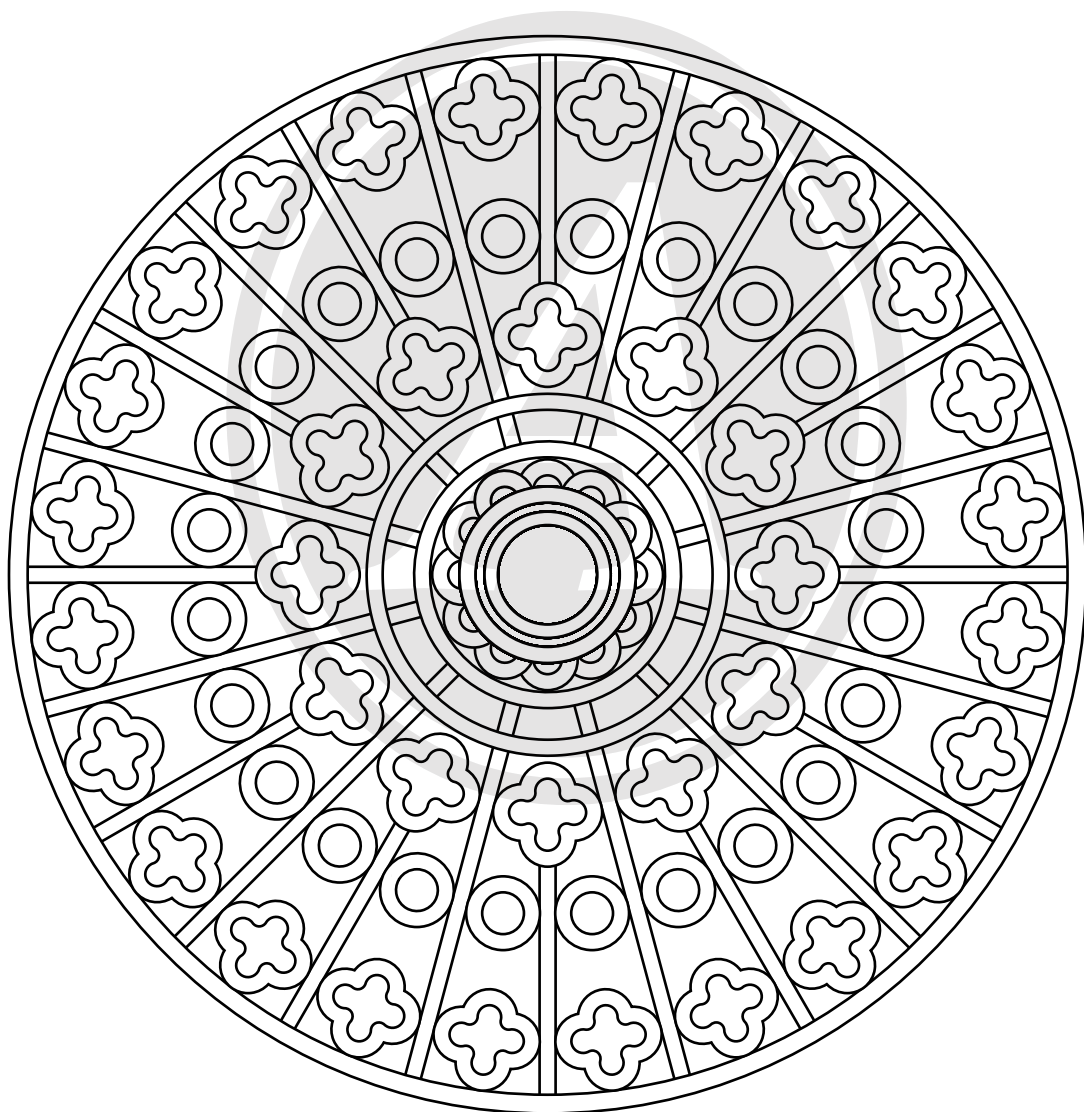
Colorear mandalas

Los mandalas son símbolos de lo ilimitado,
de lo que termina y vuelve a empezar.
Los que figuran a continuación tienen la
particularidad de que existen en la realidad.



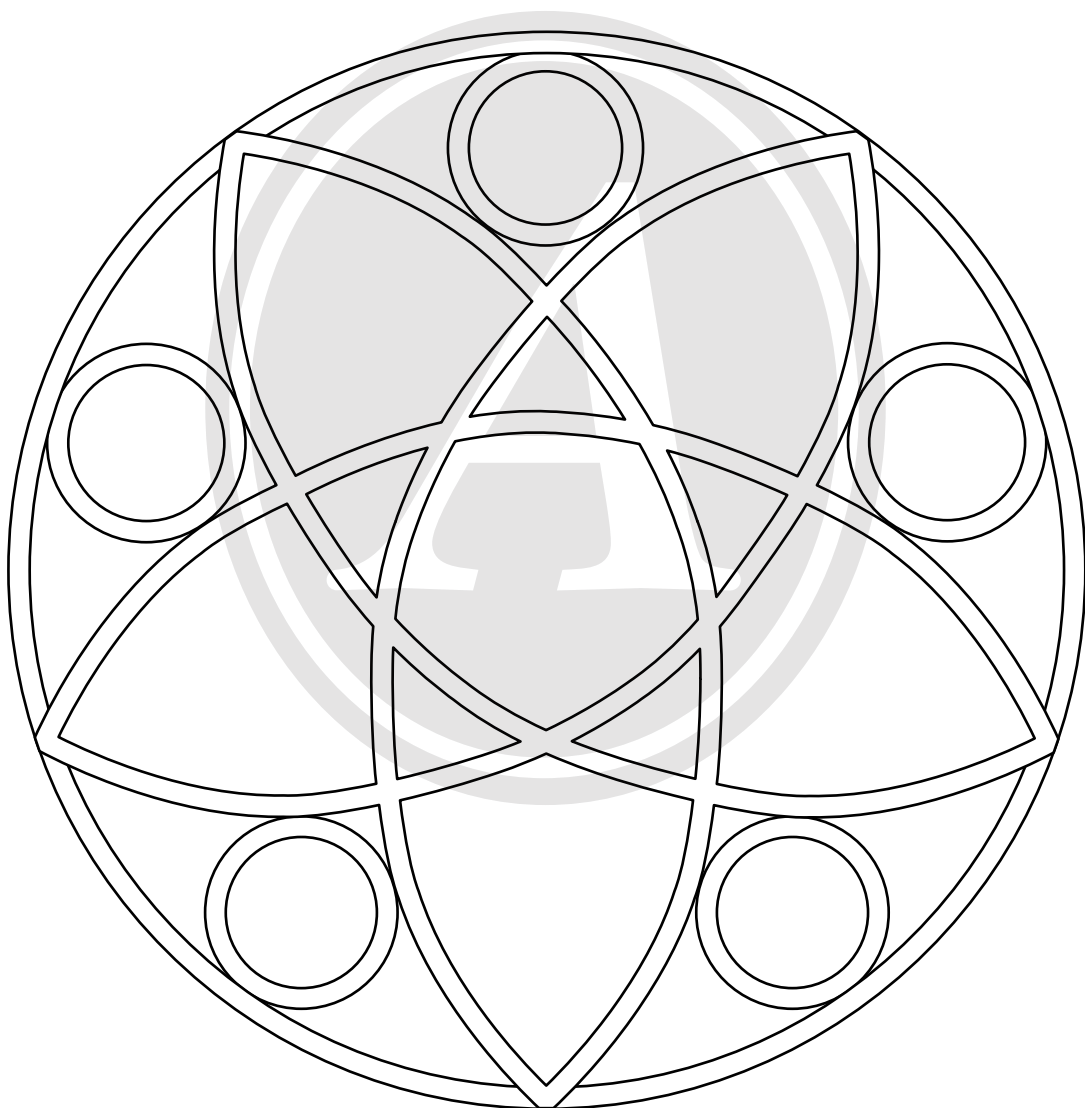
Mandala en Notre Dame

Mide casi 10 metros de diámetro. Está en la fachada oeste de la catedral, ubicada en París (Francia).



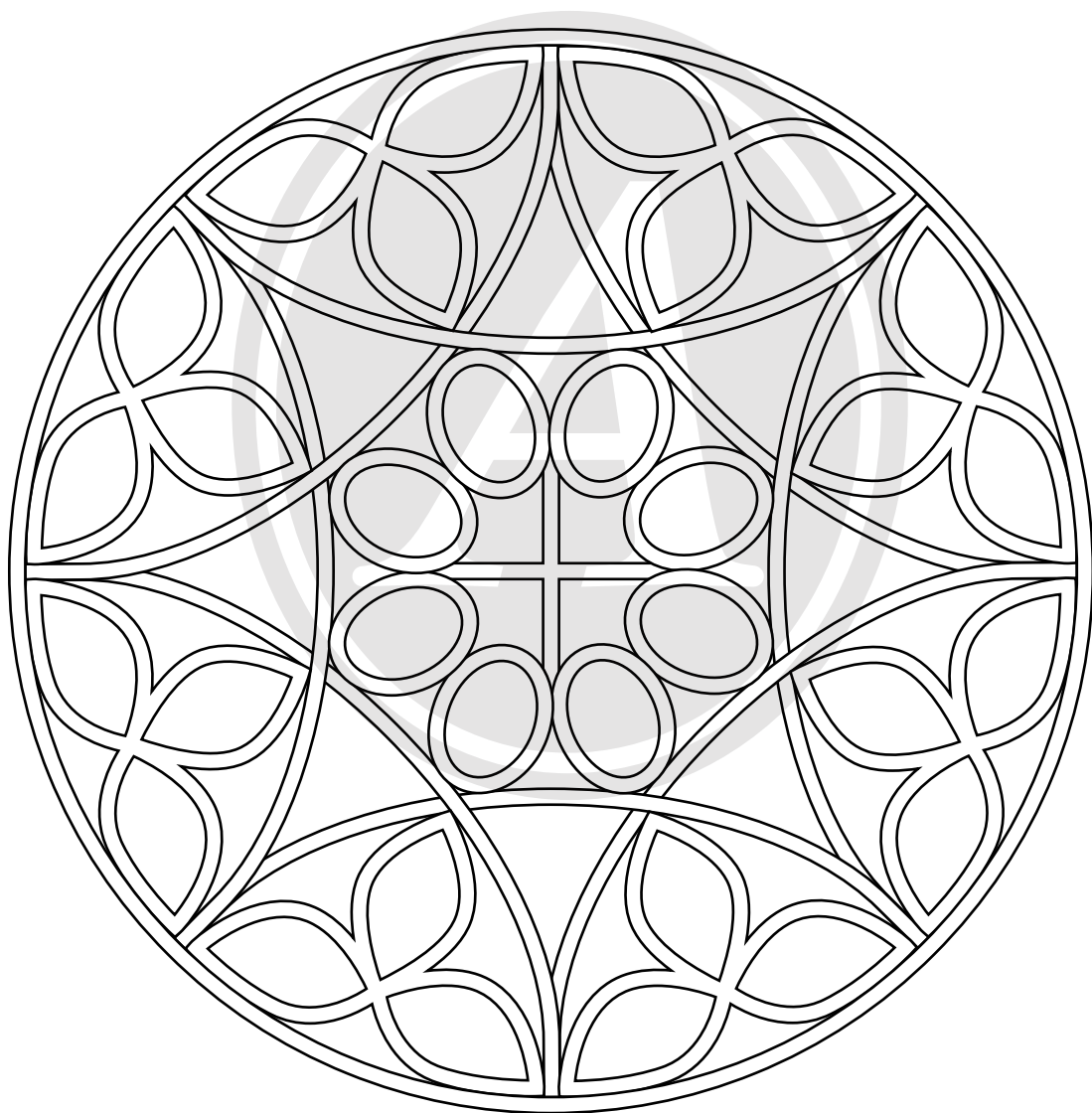
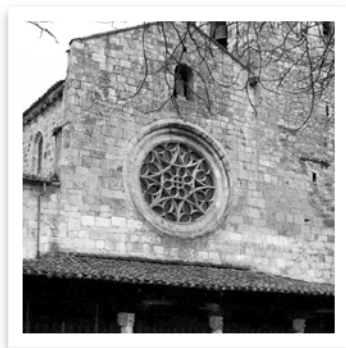


La catedral está en la provincia de Cáceres (España). En lugar de vidrios, el rosetón tiene láminas de alabastro.



Mandala en Covarrubias

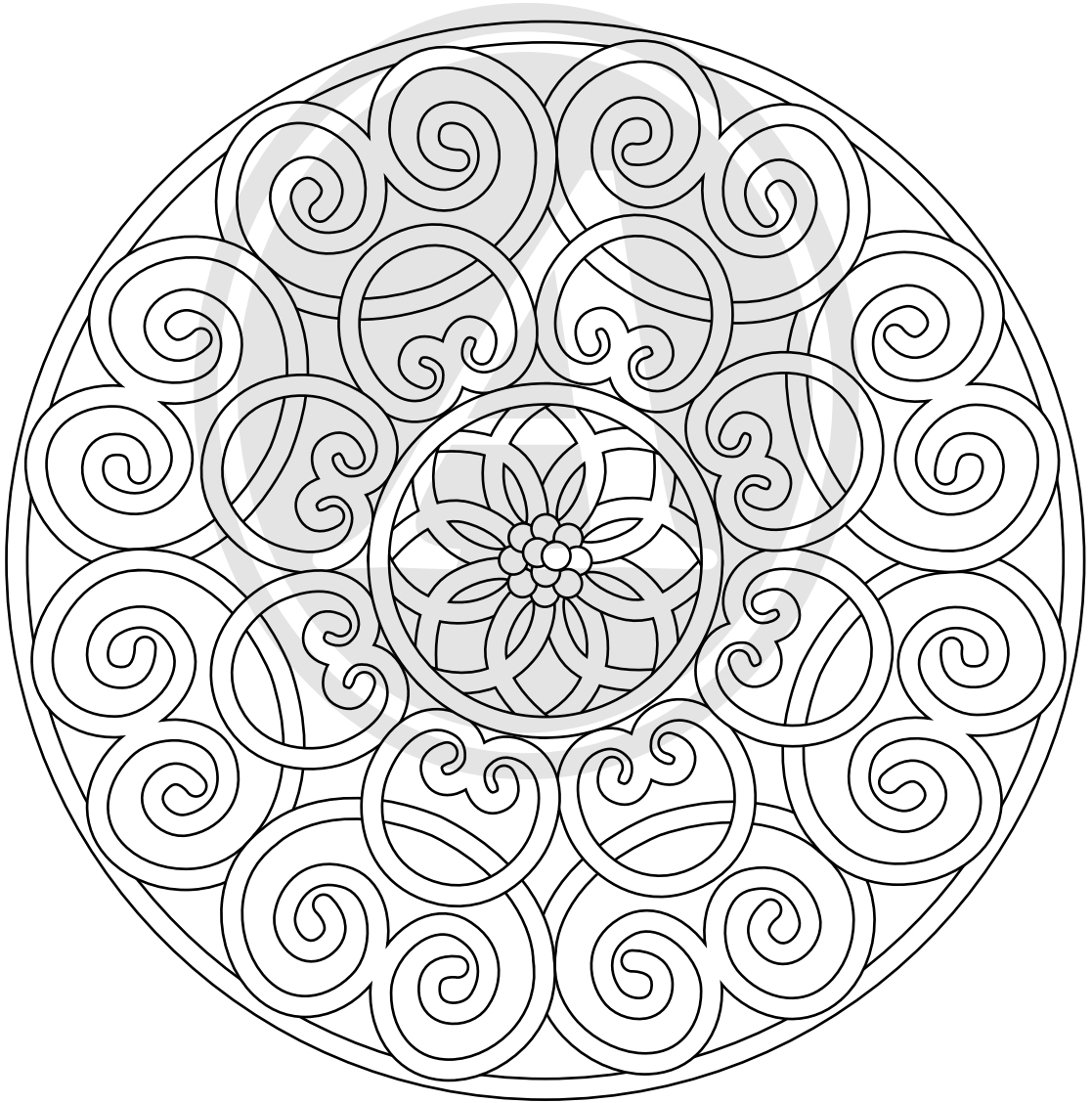
La iglesia se halla en Burgos (España). El rosetón mide más de 4 metros de diámetro.



Mandala en San Fernando



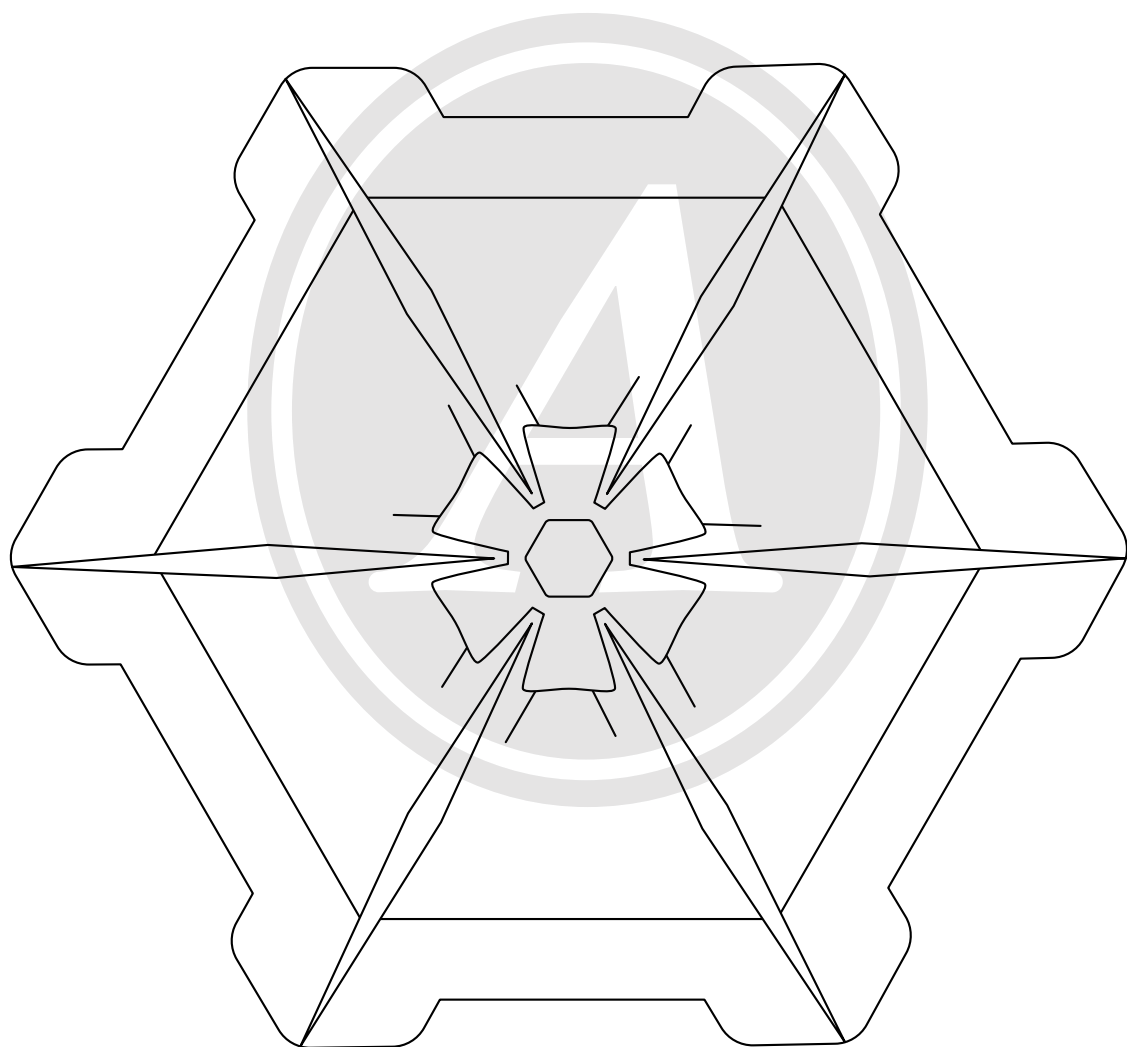
Está en una reja en esa localidad de la provincia de Cádiz (España). Hay 20 rosetones en todo el pueblo.



Mandala en un copo de nieve

Hacia fin del siglo XIX, Wilson Bentley logró acoplar su cámara a un microscopio y fotografió los cristales de hielo que forman los copos de nieve. En más de 5000 fotos no encontró dos iguales.

Este es el 891.



Recorrer laberintos

Los laberintos son símbolo de que siempre se puede llegar, aunque haya que dar algunas vueltas y fijarse bien, porque puede haber caminos sin salida...

Los que figuran a continuación tienen la particularidad de que existen o existieron en la realidad.



Laberinto de Cnossos

El rey Minos le encargó al arquitecto Dédalo que construyera un laberinto para encerrar al minotauro, un supuesto hijo suyo con cabeza de toro, para que nadie viera semejante monstruo.

Del laberinto no queda nada, pero alguien lo vio y después fue a Pompeya (Italia) y lo dibujó en la pared de la casa de Lucrecio, funcionario de esa ciudad.

