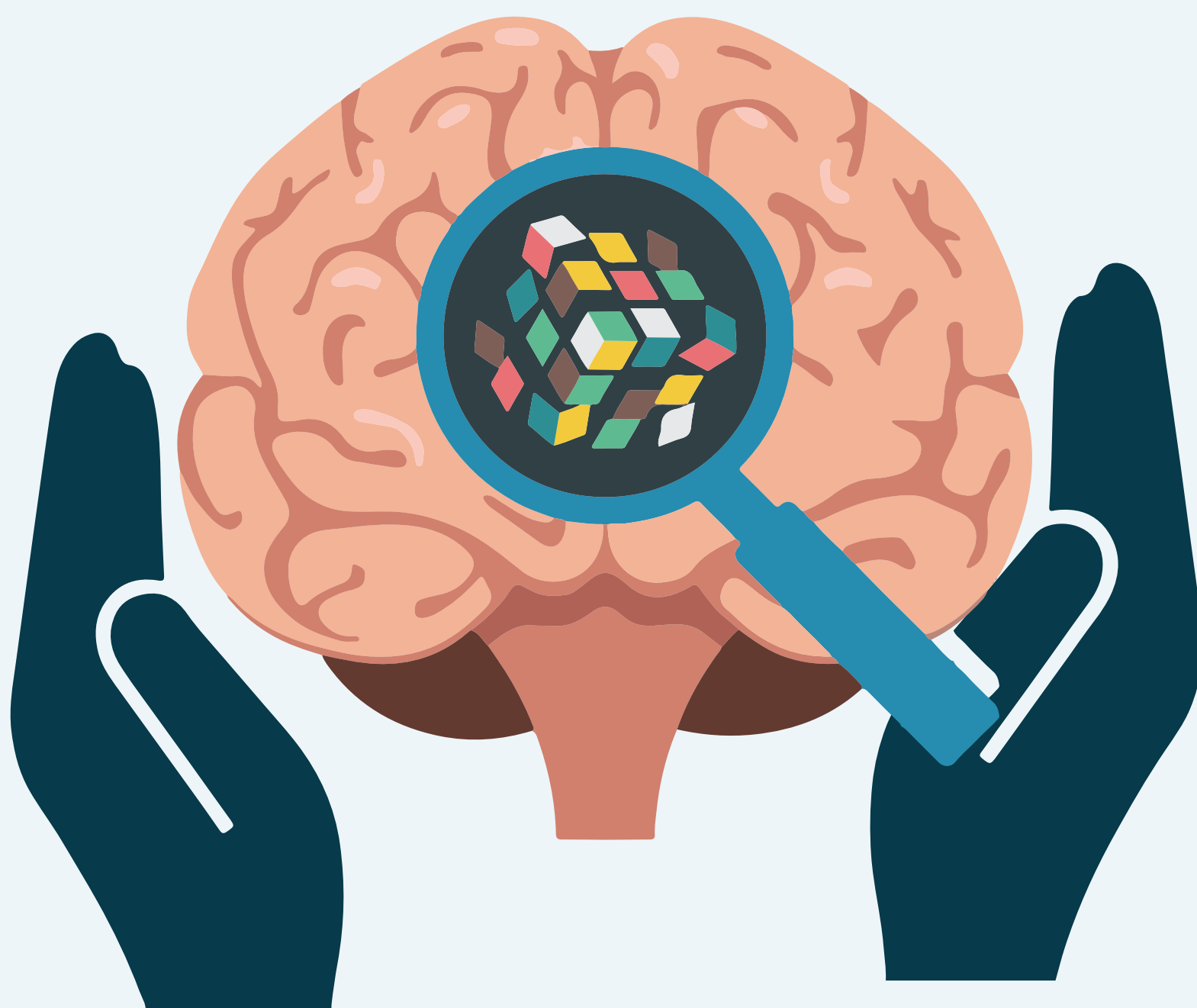


FUNCIONES EJECUTIVAS



DEFINICIÓN

1

Son actividades cognitivas con las que proyectamos información y emociones hacia el futuro.

¿CÓMO?

2

Mediante la anticipación, planeamiento y ejecución de acciones organizadas y realizadas de manera deliberada.

¿QUÉ IMPLICA?

3

Capacidades como: regulación inhibitoria, flexibilidad cognitiva, planificación, organización y toma de decisiones.

¿PARA QUÉ SIRVEN?

4

Son imprescindibles para el éxito en la vida. Podemos entrenar esas funciones desde niños, desde la educación básica. El teatro es un excelente ejercicio para trabajar las funciones ejecutivas.

IMPORTANTE

A las funciones ejecutivas parece perjudicarles el estrés, la mala salud o la soledad. En contraparte, jugar, moverse, atender las necesidades físicas, sociales y emocionales de la persona, las potencian.