

LA RUEDA juego

ESTO ES UNA MUESTRA DE 100 PREGUNTAS ENTRE 1000

- **Felicidad no es antónimo de...**

- a) calamidad
- b) infortunio
- c) ventura

C

- **Las emociones negativas pueden tener un resultado negativo en el ser humano, siendo el origen en ciertos casos de...**

- a) felicidad
- b) trastornos de depresión y ansiedad
- c) tranquilidad

B

- **Un sinónimo de armonía es...**

- a) simetría
- b) discordia
- c) tirantez

A

- **Se sabe que el nutriente más importante y responsable de muchas de las funciones en nuestro cuerpo es la proteína, esta se compone...**

- a) de aminoácidos
- b) de hidratos de carbono

A

- **Amor y aversión son sinónimos**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **La amígdala cerebral guarda y maneja nuestras emociones más irracionales**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Un sinónimo de ecuanimidad es...**

a) discordancia

b) armonía

c) desequilibrio

B

- **Existen 2 tipos de hidratos de carbono, los simples y los complejos**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se dice que una buena salud se consigue realizando ejercicio físico, meditación y con...**

a) una dieta equilibrada

b) una dieta cetogénica

c) una dieta baja en hidratos de carbono

A

- **Un sinónimo de pasión es...**

a) pasividad

b) vehemencia

B

- **Los hidratos de carbono complejos también reciben el nombre de...**

a) azúcares

b) almidones

c) proteínas

B

- **Un sinónimo de abulia es...**

a) ansia

b) apatía

c) ganas

B

- **La hormona que transporta el azúcar de la sangre a las células es...**

a) el cortisol

b) la insulina

B

- **Los tres cerebros del ser humano en orden de evolución son:**

a) El neocórtex, el reptiliano, el límbico

b) El reptiliano, el límbico, el neocórtex

B

- **Un sinónimo de apetito es...**

a) avidez

b) hartura

A

- **De los siguientes alimentos el que no contiene hidratos de carbono es...**

a) la sardina

b) el pan

c) el helado

A

- **Un antónimo de necesidad es...**

- a) aprieto
- b) opulencia
- c) carencia

B

- **Se dice que las emociones negativas se remontan a...**

- a) el siglo pasado
- b) los orígenes de la humanidad

B

- **El cuerpo humano tiene...**

- a) 25 pares de cromosomas
- b) 23 pares de cromosomas
- c) 26 pares de cromosomas

B

- **Un antónimo de fantasía es...**

- a) utopía
- b) realidad
- c) entelequia

B

- **Se sabe que las grasas saturadas son buenas para nuestra salud**

- a) verdadero
- b) falso

B

- **“Lo contrapuesto concuerda, y de los discordantes se forma la más bella armonía, y todo se engendra por la discordia”. ¿Quién lo dijo?**

- a) Heráclito de Éfeso, filósofo griego (540-470 a.C)

b) Pitágoras, filósofo y matemático griego (569-475 a.C)

A

- **Un antónimo de imaginación es...**

a) creatividad

b) ingenio

c) realidad

C

- **Se dice que los buenos valores no desarrollan virtudes**

a) verdadero

b) falso

B

- **Un antónimo de hábito es...**

a) Costumbre

b) Usanza

c) Impericia

C

- **Se sabe que las grasas insaturadas no ayudan a cuidar el corazón**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Los valores, los prejuicios, las creencias, los ideales...**

a) se van adquiriendo poco a poco

c) se nace con ellos

A

- Schopenhauer, filósofo (1788-1860) decía que “Solemos apreciar el valor de una cosa...

a) antes de haberla conseguido”

b) después de haberla perdido”

B

- Un antónimo de vocación es...

a) preferencia

b) tendencia

c) Las dos son incorrectas

C

- Los valores los vamos adquiriendo de nuestra familia y nuestro entorno

a) Verdadero

b) Falso

A

- Confucio, filósofo chino (551-478 a.C.), decía que “el hombre que ha cometido un error y no lo corrige...

a) comete otro error mayor”

b) comete otro error menor”

A

- “Para tener buena salud, encontrar la felicidad verdadera y traer paz a todas las personas deben primero controlar su propia mente. Si lo logran, habrán llegado a la iluminación y toda la sabiduría y virtud vendrán naturalmente” ¿Quién lo dijo?

a) El Buda (V-IV a. C.)

b) Sócrates, filósofo griego (470-399 a.C.)

A

- Ambición, ansia, codicia, son sinónimos de...

a) desinterés

b) apetencia

c) modestia

B

- **Se dice que no son personas tolerantes aquellas que tienen capacidad de aceptación de las cosas tal y como son**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Avaricia, codicia, pretensión, son antónimos de...**

a) abnegación

b) afán c) ahínco

A

- **Existen muchos tipos de valores, entre otros...**

a) valores religiosos, valores morales

b) valores afectivos, valores sociales, valores económicos

c) Las dos son correctas

C

- **“Queremos ser más felices que los demás, y eso es difícilísimo, porque siempre les imaginamos mucho más felices de lo que son en realidad”. ¿Quién lo dijo?**

a) Montesquieu, escritor y político francés (1689-1755)

b) Francis Atterbury, obispo inglés (1663 – 1732)

A

- **“La cosa más difícil es conocernos a nosotros mismos; la más fácil es hablar mal de los demás”. ¿Quién lo dijo?**

a) Sófocles, poeta trágico griego (496-406 a. C.)

b) Tales de Mileto, filósofo y matemático griego (Mileto, actual Turquía, 624-548 a.C.)

B

- **Preocupación, desasosiego, ansiedad son antónimos de...**

a) Pesadumbre

b) Malestar

c) Despreocupación

C

- **Se dice que la educación en valores no se basa tanto en la experiencia individual como colectiva**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Un sinónimo de obsesión es...**

a) pereza

b) indiferencia

c) inquietud

C

- **El valor que nos permite conocernos a nosotros mismos, saber que tenemos defectos y aceptarlos es...**

a) la gratitud

c) la humildad

B

- **“Ofrecer amistad al que pide amor es como dar pan al que muere de sed”. ¿Quién lo dijo?**

a) Ovidio, poeta latino (43 a.C.-17 d.C.)

b) Juvenal, poeta romano (60-128 d.C.)

A

- Según estudios realizados se ha descubierto que el altruismo no tiene un componente genético

a) Verdadero

b) Falso

B

- Gusto y sabor son antónimos de...

a) sapidez

b) desabrimiento

B

- Algunas de las desventajas de la empatía son, la predisposición de ayudar a los demás y de compartir

a) Verdadero

b) Falso

B

- "La confianza corrompe la amistad; el mucho contacto la consume; el respeto la conserva". ¿Quién lo dijo?

a) Cicerón, escritor, orador y político romano (106-43 a.C.)

b) Juvenal, poeta romano (60-128 d.C.)

A

- En cada centímetro cuadrado de la piel humana hay...

a) unas cinco mil bacterias

b) unas diez mil bacterias

c) unas veinte mil bacterias

B

- **Una neurona tiene más conexiones que el número de...**

- a) neuronas que tiene el cerebro humano
- b) estrellas de nuestra galaxia

B

- **Una de las definiciones de la asertividad es...**

- a) la habilidad personal para decir no sin sentirse culpable
- b) es la habilidad personal para no escuchar a las amistades

A

- **Se sabe que quien tenga la corteza prefrontal alterada puede recordar claramente el pasado**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **La escucha activa es...**

- a) escuchar y hablar al mismo tiempo sin control
- b) es una de las habilidades para una buena comunicación

B

- **Séneca, filósofo latino (4 a. C.-65 d. C.), decía que “Lo que has de decir, antes de decirlo a otro...**

- a) dítelo a ti mismo “
- b) díselo a tu pareja”

A

- **Anualmente el corazón de un ser humano...**

- a) realiza 40 millones de latidos
- b) realiza 20 millones de latidos

A

- **“Estamos tan acostumbrados a disfrazarnos para los demás, que al final nos disfrazamos para nosotros mismos”. ¿Quién lo dijo?**

a) François de La Rochefoucauld, escritor francés (1613-1680)

b) Benjamín Franklin, estadista y científico estadounidense (1706-1790)

A

- **“Vive dentro de ti mismo y verás cuán corta es tu riqueza”. ¿Quién lo dijo?**

a) Aulo Persio Flaco, poeta satírico latino (34-62 d. C.)

b) Juvenal, poeta romano (60-128 d.C.)

A

- **Un antónimo de afecto es...**

a) proclividad

b) displicencia

c) querencia

B

- **El sistema nervioso entérico (SNE) también es llamado segundo cerebro, está ubicado en el tubo intestinal y está formado por unos 100 millones de neuronas**

a) Verdadero

b) Falso

- **Reconocimiento es antónimo de...**

a) evocación

b) omisión

c) reminiscencia

B

- **Se dice que las personas tóxicas no son...**

a) personas con actitudes positivas

b) personas con actitudes negativas

A

- **“Una palabra mal colocada estropea el más bello pensamiento”. ¿Quién lo dijo?**

a) Voltaire, filósofo y escritor francés (1694-1778)

b) Goethe, poeta alemán (1749-1832)

A

- **Cualquier actividad que se disfrute y además se recompense es un ejemplo de motivación intrínseca**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **¿Qué son las emociones?**

a) Son reacciones orgánicas que experimentamos, cuando respondemos a ciertos estímulos externos

b) Son el impulso que mueve a la persona a actuar

c) Las dos son correctas

C

- **La amígdala cerebral ha estado siempre asociada a emociones básicas negativas, especialmente al miedo**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **En las motivaciones “Pull” es el objetivo quien tira a las personas hacia la metas**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **El hipocampo se relaciona con...**

a) la memoria y el aprendizaje

b) la amnesia absoluta

A

- **Un dicho anónimo dice que “El que es capaz de dominarse hasta sonreír en la mayor de sus dificultades...**

a) es el que ha llegado a poseer la sabiduría de la vida”

b) es el que ha llegado a poseer valores inmorales”

A

- **La escala típica para medir la inteligencia es la prueba de...**

a) Weschler

b) Winchester

A

- **Se sabe que las proteínas están más ausentes en...**

a) el pescado y la carne

b) el pan y los dulces

B

- **Se sabe que una buena interacción entre la amígdala cerebral y el neocórtex nos da como resultado lo que se llama...**

a) inteligencia emocional

b) inteligencia artificial

A

- **El miedo es una emoción básica y neutra**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se sabe que el hemisferio cerebral izquierdo no domina aspectos como el pensamiento analítico**

a) Verdadero

b) Falso

B

- Se dice que tiene efectos beneficiosos sobre la memoria y la concentración...

- a) el ácido graso omega 3
- b) el ácido graso alfa 3

A

- El corazón envía sangre a todo el cuerpo con excepción de la córnea

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- Se llama autocontrol a la inhabilidad que tenemos para decidir de manera autónoma sobre nuestra vida

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- Se sabe que en el hemisferio derecho domina la comprensión musical

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- Algunos de los beneficios del autocontrol...

- a) ayuda a mantener la calma y beneficia la relación con los demás
- b) ayuda a tomar mejores decisiones y mejora la autoestima
- c) las dos son correctas

C

- Algunas técnicas para gestionar las emociones son...

- a) relajarte y respirar hondo, darte permiso para preocuparte más tarde
- b) intentar recordar tus virtudes y tus éxitos

c) las dos son correctas

C

-Se dice que ante una adversidad se debe practicar la resiliencia, que es la capacidad para adaptarse y poder superarla

a) Verdadero

b) Falso

A

- Algunas de las formas para construir la resiliencia son...

a) aceptar que el cambio es parte de la vida

b) cultivar una visión positiva de sí mismo

c) las dos son correctas

C

- Tres facultades hay en el hombre: la razón que esclarece y domina; el coraje o ánimo que actúa, y los sentidos que obedecen. ¿Quién lo dijo?

a) Platón, filósofo griego (427-347 a.C.)

b) Diógenes de Apolonia, filósofo griego (460-425 a. C.)

A

- Se dice que una buena apariencia física es solo una pequeña parte de la autoestima

a) Verdadero

b) Falso

A

- Según la Ciencia, somos animales...

a) primates, mamíferos placenteros y vertebrados

b) primates, mamíferos no placenteros y vertebrados

A

- ¿A qué se llama “vacío existencial”?

a) Es cuando un ser humano le encuentra sentido a su vida

b) Es cuando un ser humano no le encuentra sentido a la vida

B

- **¿A qué llamamos Fortaleza Mental?**

a) Es la capacidad para mantener una actitud positiva a pesar de las adversidades

b) Es la capacidad para mantener una actitud negativa en las adversidades

A

- **Las personas inmaduras emocionalmente...**

a) regulan su comportamiento para interactuar con su entorno

b) no controlan su comportamiento para interactuar con su entorno

B

- **“Cada cosa tiene su belleza, pero no todos pueden verla”. ¿Quién lo dijo?**

a) Confucio, filósofo chino (551-478 a.C.)

b) Epicarmo de Cos, filósofo griego (540- 450 a.C.)

A

- **Algunas de las claves para alcanzar una mayor madurez, entre otras, son...**

a) controlar las emociones y confiar en nosotros mismos

b) tener paciencia con los demás y conectarnos de una manera positiva

c) las dos son correctas

C

- **Se dice que todos tenemos tres facetas: Cómo soy de verdad, cómo me ven los demás y cómo quiero que me vean**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“La adversidad es nuestra madre; la prosperidad sólo es nuestra madrastra”.
¿Quién lo dijo?**

a) Montesquieu, escritor y político francés (1689-1755)

b) François Fénelon, escritor francés (1651-1715)

A

- El “distrés” provoca...

a) cansancio, fatiga y desgaste psicológico

b) alegría, ilusión y ganas de vivir

A

- Se dice que la repetición de actitudes positivas aumenta el grosor de la corteza cerebral dando lugar a que inconscientemente actuemos positivamente

a) Verdadero

b) Falso

A

- “No hay cosa que los humanos traten de conservar tanto, ni que administren tan mal, como su propia vida”. ¿Quién lo dijo?

a) Cicerón, escritor, orador y político romano (106-43 a.C.)

b) Sófocles, dramaturgo griego (496-406 a.C.)

A

- Se sabe que *el distrés* o estrés malo no está relacionado con el aumento de riesgo de enfermedades cerebrovasculares

a) Verdadero

b) Falso

B

- “La pobreza no viene por la disminución de las riquezas, sino por la multiplicación de los deseos”. ¿Quién lo dijo?

a) Platón, filósofo griego, (427-347 a.C.)

b) Jenofonte, historiador griego (ca.428-ca.354 a.C.)

A

- El estudio de los mecanismos neurológicos de las emociones se llama...

- a) Neurociencia afectiva
- b) Ciencias de la naturaleza

A

- Se sabe que el hemisferio derecho no está relacionado con las emociones

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- Al estrés negativo se le llama...

- a) eustrés
- b) distrés

B

- Los tres estados de la autoestima son...

- a) alta, media y baja
- b) compulsiva, obligatoria y forzada

A

- Se dice que uno de los obstáculos de la escucha activa, entre otros, es...

- a) fingir que escuchamos
- b) quitarle importancia a lo que otro dice
- c) Las dos son correctas

C

NOTA: El contenido de las preguntas de este juego ha tomado en cuenta lo siguiente: Los dichos y leyendas populares, los chistes, refranes, etc.; al igual que todas aquellas obras publicadas cuyo autor haya fallecido hace más de 100 años, se consideran parte del dominio público y por ello pueden ser usadas libremente sin necesidad de pagar regalías (fuente: Google). Además, las preguntas han sido revisadas por un detector de plagios online.