

- **El cuerpo de una persona adulta se compone de...**

- a) unos veinte billones de células
- b) unos cincuenta billones de células
- c) unos cien billones de células

C

- **Apacibilidad es antónimo de...**

- a) placidez
- b) intranquilidad
- c) sosiego

B

- **Una autoestima alta no permite a las personas enfrentarse a la vida con mayor confianza para alcanzar sus objetivos**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **“El secreto del éxito en la vida de un hombre está en prepararse para aprovechar la ocasión cuando se presente”. ¿Quién lo dijo?**

- a) Benjamín Disraeli, estadista inglés (1804-1881)
- b) William Whewel, teólogo, filósofo y científico británico (1794-1866)

A

- **Laxitud es antónimo de...**

- a) relajamiento
- b) fortaleza
- c) flojedad

B

- **El principal objetivo del *Hedonismo*...**

- a) consiste en la búsqueda de la espiritualidad
- b) consiste en la búsqueda del placer

B

- "No hay cosa más fría que un consejo cuya aplicación sea imposible". ¿Quién lo dijo?

- a) Confucio, filósofo chino (551-479 a.C.)
- b) Parménides, filósofo griego (siglo V a.C.)

A

- Hálito es antónimo de...

- a) aliento
- b) inhalación
- c) exhalación

B

- "Muchas veces lo que se calla hace más impresión que lo que se dice". ¿Quién lo dijo?

- a) Píndaro, poeta griego (521-441 a.C.)
- b) Epicuro de Samos, filósofo griego (341-270 a.C.)

A

- Indiferencia es antónimo de...

- a) displicencia
- b) preferencia
- c) impasibilidad

B

- El *Libertinaje* consiste en...

- a) una libertad restringida
- b) una libertad abusiva

B

- Autonomía es antónimo de...

- a) albedrío
- b) subordinación
- c) emancipación

B

- Se dice que algunos de los indicios de baja autoestima, entre otros, son...

- a) autocrítica y culpabilidad
- b) satisfacción consigo mismo

A

- Un proverbio chino dice que “Las grandes almas tienen voluntades;...

- a) las débiles tan solo deseos”
- b) las débiles también”

A

- Albedrío es sinónimo de...

- a) imposición
- b) arbitrio
- c) sometimiento

B

- Según Darwin (1809-1882) la emoción de la sorpresa se produce por...

- a) lo fortuito
- b) lo previsto

A

- Sosiego es antónimo de...

- a) placidez
- b) batahola
- c) moderación

B

- Se dice que la autoestima es la suma de...

- a) la confianza e insatisfacción de uno mismo
- b) la confianza y el respeto por uno mismo

B

- **“La mejor manera de imponer una idea a los demás es que piensen que han sido ellos los que la han generado”.** ¿Quién lo dijo?

a) Madame d'Arblay escritora de novelas británica (1752-1840)

b) Alphonse Daudet, escritor francés (1840-1897)

B

- **Tolerancia es antónimo de...**

a) inflexibilidad

b) condescendencia

A

- **La vergüenza y la culpa son, entre otras, emociones...**

a) autoconscientes

b) inconscientes

A

- **Parsimonia es antónimo de...**

a) pasividad

b) rapidez

c) lentitud

B

- **Se conoce como el egoísmo positivo...**

a) a la necesidad de ser querido pero sin permitir que nos controlen

b) a la necesidad de ser querido pero permitiendo que nos controlen

A

- **“Somos más sinceros cuando estamos iracundos que cuando estamos tranquilos”.** ¿Quién lo dijo?

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

b) Heráclito de Éfeso, filósofo griego (540-480 a. C.)

A

- **Humildad es sinónimo de...**

- a) vanidad
- b) recato
- c) soberbia

B

- **La piel más fina del cuerpo humano no se encuentra en los párpados**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **Sencillez es sinónimo de...**

- a) fatuidad
- b) afabilidad
- c) ampulosidad

B

- **Se cree que los efectos que causa el estrés no se hereda genéticamente**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **“El andar tierras y comunicar con diversas gentes hace a los hombres discretos” . ¿Quién lo dijo?**

- a) Miguel de Cervantes, escritor español (1547-1616)
- b) San Juan de la Cruz, religioso y poeta místico español (1542-1591)

A

- **Candor es sinónimo de...**

- a) malicia
- b) inocencia
- c) picardía

B

- El miedo no produce cambios fisiológicos como el aumento de la glucosa en sangre

a) Verdadero

b) Falso

B

- Napoleón Bonaparte, emperador francés (1769-1821), decía que “Solo hay dos palancas que mueven a los hombres,...

a) el miedo y el interés”

b) la valentía y el interés”

A

- Denotar es sinónimo de...

a) envolver

b) expresar

c) esconder

B

- “Ni tu peor enemigo puede hacerte tanto daño como tus propios pensamientos “. ¿Quién lo dijo?

a) Heráclito de Éfeso, filósofo griego (540-480 a. C.)

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

B

- Pamema es antónimo de...

a) falsedad

b) melindre

c) tontería

B

- Goethe, poeta y dramaturgo alemán (1749-1832), decía que “Actuar es fácil, pensar es difícil y

a) actuar según se piensa más fácil”

b) actuar según se piensa más difícil”

B

El cerebro humano está compuesto de...

- a) un 30% de grasa aproximadamente
- b) un 60% de grasa aproximadamente

B

- Equidad es antónimo de...

- a) moderación
- b) parcialidad
- c) objetividad

B

- Edmund Burke, político y escritor irlandés (1729-1797), decía que "Cuida tu ambición, puede volar pero..."

- a) también arrastrarse"
- b) también esconderse"

A

- Coacción es antónimo de...

- a) coerción
- b) tolerancia
- c) imposición

B

- El cerebro humano emplea aproximadamente...

- a) un 35% de todas las calorías que consumimos
- b) un 25% de todas las calorías que consumimos
- c) un 15% de todas las calorías que consumimos

B

- Ecuanimidad es antónimo de...

- a) objetividad
- b) parcialidad
- c) equidad **B**

- El yoga nace como...

- a) una disciplina física y mental que se originó en la India
- b) la práctica de la meditación y la liberación
- c) las dos son correctas

C

- “Para enseñar a los demás, primero has de hacer tú algo muy duro: has de enderezarte a ti mismo”.
¿Quién lo dijo?

- a) El Buda (V-IV a.C.)
- b) Anaxímenes de Mileto, filósofo griego (circa 588-524 a. C.)

A

- El déficit de serotonina conduce a la...

- a) euforia
- b) depresión

B

- Se sabe que el cerebro humano puede sentir dolor

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- Sensibilidad es antónimo de...

- a) susceptibilidad
- b) impasibilidad
- c) perceptibilidad

B

- Se dice que la personalidad es...

- a) el conjunto de sentimientos, emociones y pensamientos ligados al comportamiento
- b) solamente el conjunto de emociones de cada ser humano ligados al comportamiento

A

- **“La gratitud de muchos no es más que la secreta esperanza de recibir beneficios nuevos y mayores”.**
¿Quién lo dijo?

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

b) Carlos I, Rey de Inglaterra (1600-1649)

A

- **Ataraxia es antónimo de...**

a) impasibilidad

b) intranquilidad

B

- **La responsable de mantener en equilibrio nuestro estado de ánimo es...**

a) el cortisol

b) la serotonina

B

- **La *piloerección* es comúnmente llamada *piel de gallina***

a) Verdadero

b) Falso

A

- **La célula más pequeña del cuerpo es...**

a) la neurona

b) el espermatozoide

B

- **“Por el esfuerzo, la vigilancia, la disciplina y el dominio de sí, el sabio se crea una isla que la inundación no logra destruir”. ¿Quién lo dijo?**

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

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

B

- Absolución es antónimo de...

- a) remisión
- b) penitencia
- c) condonación

B

- Se calcula que una persona pierde...

- a) de 20 a 60 cabellos diarios
- b) de 50 a 150 cabellos diarios

B

- Clemencia es sinónimo de conmiseración

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- Un test de personalidad es un cuestionario para evaluar aspectos psicológicos de una persona

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- Gonzalo Fernández de Córdoba, político y militar castellano (1453-1515) decía que "Al enemigo que huye..."

- a) puente de plata"
- b) puente lleno de obstáculos"

A

- Más de la mitad de los huesos humanos se encuentran en...

- a) la cabeza y las manos
- b) las manos y los pies

B

- El altruismo no está relacionado...

- a) con una actitud egoísta
- b) con una actitud generosa

B

- Las uñas de las manos crecen unos...

- a) 5 mm al mes
- b) 3 mm al mes

B

- Los primeros test de inteligencia fueron desarrollados...

- a) en los años 1960
- b) a principios del siglo XX

B

- “Nadie te castigará por tu enojo; tu enojo se encargará de castigarte”. ¿Quién lo dijo?

- a) El Buda (V-IV a.C.)
- b) Demócrito, filósofo griego (460-370 a.C.)

A

- Tiberio es antónimo de...

- a) cisco
- b) algarabía
- c) tranquilidad

C

- Se dice que cuando disfrazas tu comportamiento egoísta en uno altruista se le denomina...

- a) empatía
- b) hipocresía
- c) lealtad

B

- **Elucubrar es antónimo de cavilar**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **La piel de una persona pesa la mitad que su cerebro**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **“En los celos hay más amor propio que amor”. ¿Quién lo dijo?**

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

b) Francisco de Rojas Zorrilla, dramaturgo (1607-1648)

A

- **Abdicar es antónimo de...**

a) desistir

b) aceptar

B

- **Según el budismo, el deseo con apego es algo positivo**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **La sangre es...**

a) 3 veces más espesa que el agua

b) 6 veces más espesa que el agua

B

- **Con el carácter se nace**

a) Verdadero

b) Falso **B**

- **“Duda de todo. Encuentra tu propia luz”. ¿Quién lo dijo?**

a) Sócrates, filósofo griego (469-399 a.C.)

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

B

- **El temperamento se hereda**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Con un amor mendaz se consigue una alta autoestima**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Desasosiego y resquemor son...**

a) antónimos

b) sinónimos

B

- **Con la personalidad se nace**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **“Y es que, en este mundo traidor, no hay verdad ni mentira: todo es según el cristal con que se mira”.
¿Quién lo dijo?**

a) Ramón de Campoamor, poeta español (1817-1901)

b) Alfred de Musset, poeta francés (1810-1857)

A

- **Pusilanimidad y apocamiento son...**

a) sinónimos

b) antónimos **A**

- El Amor incondicional, no es amor...

a) altruista

b) egoísta

B

- Atosigar es antónimo de acuciar...

a) Verdadero

b) Falso

B

- Se dice que el ser humano no arrastra lastres como la ignorancia y la pereza

a) Verdadero

b) Falso

B

- "El que está satisfecho con su parte es rico". ¿Quién lo dijo?

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

b) Lao-tsé, filósofo chino (570-490 a.C.)

B

- Basca y arcada son...

a) sinónimos

b) antónimos

B

- El amor filial no es el amor entre padres e hijos

a) Verdadero

b) Falso

B

- Embrollar es antónimo de embarullar

a) Verdadero

b) Falso **B**

- **Alguna de las características de una persona temperamental es...**

- a) que tiende a tomar decisiones basándose más en la reflexión que en los impulsos
- b) que tiende a tomar decisiones basándose más en los impulsos que en la reflexión

B

- **Benjamín Franklin, estadista y científico estadounidense (1706-1790), decía que “Si el hombre alcanzara la mitad de los deseos que tiene...**

- a) disminuiría sus inquietudes”
- b) redoblaría sus inquietudes”

B

- **El músculo más pequeño del cuerpo humano no es el del estribo**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **Gracias al olfato, los perros son capaces de detectar algunos tipos de cáncer**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Se dice que se nace con un temperamento pero que será condicionado por el entorno**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **“El mejor límite para el dinero es el que no permite caer en la pobreza ni alejarse mucho de ella”.
¿Quién lo dijo?**

- a) *Antíoco de Ascalón, filósofo griego (130-68 a. C.)*
- b) Séneca, filósofo latino (4 a.C.-65 d.C.)

B

- **Sosería es antónimo de insulsez**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **La parte más dura del cuerpo humano es el...**

a) cráneo

b) codo

c) esmalte de los dientes

C

- **Alienación es antónimo de enajenación**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que el carácter se forma a partir de...**

a) las emociones

b) el temperamento

B

- **“Divide las dificultades que examinas en tantas partes como sea posible para su mejor solución”.**
¿Quién lo dijo?

a) René Descartes, filósofo y matemático francés (1596-1650)

b) Miguel de Cervantes, escritor español (1547-1616)

A

- **Enervación es sinónimo de depauperación**

a) Verdadero

b) Falso

A

- El ejercicio aeróbico más común es el andar

a) Verdadero

b) Falso

A

- Para Platón, filósofo (427-347 a.C.), el verdadero amor es el que nace de la sabiduría, es decir...

a) del conocimiento

b) de la ignorancia

A

- Agnosticismo es sinónimo de ateísmo

a) Verdadero

b) Falso

B

- La enfermedad de Alzheimer...

a) ataca las neuronas

b) afecta al corazón

c) las dos son correctas

C

- "El dinero se llora con un pesar más profundo que a los amigos o a los parientes" ¿Quién lo dijo?

a) Séneca, filósofo latino (4 a.C.-65 d.C.)

b) Juvenal, poeta satírico romano (67-127 d.C.)

B

- Insomnio es sinónimo de agripnea

a) Verdadero

b) Falso

A

- La amígdala cerebral permite que nos dejemos llevar por el pánico y la ansiedad

a) Verdadero

b) Falso

B

- Aprieto es antónimo de brete

a) Verdadero

b) Falso

B

- Según el psicoanálisis, anclarse en el pasado...

a) puede generar estabilidad emocional

b) puede generar depresión

B

- “Muchos hablan sinceramente cuando dicen que desprecian las riquezas, pero se refieren a las riquezas que poseen los demás”. ¿Quién lo dijo?

a) Charles Caleb Colton, poeta inglés (1780-1832)

b) Graciliano Afonso Naranjo, poeta español (1775-1861)

A

- Extravagancia y excentricidad son...

a) sinónimos

b) antónimos

A

- El Dios del amor para la mitología romana era...

a) Cupido

b) Eros

A

- Obsesión es antónimo de monomanía

a) Verdadero

b) Falso

A

- Se dice que mejora la memoria y la concentración...

- a) el ácido graso omega 8
- b) el ácido graso omega 3

B

- “Me lo contaron y lo olvidé; lo vi y lo entendí; lo hice y lo aprendí”. ¿Quién lo dijo?

- a) Confucio, filósofo chino (551-478 a.C.)
- b) Pitágoras, filósofo y matemático griego (569-475 a.C.)

A

- Inquietud y desasosiego son...

- a) Sinónimos
- b) Antónimos

A

- La figura de Cupido (Dios romano del amor), suele representarse con un arco y unas flechas y a menudo...

- a) con las manos abiertas
- b) con los ojos vendados

B

- Inseguridad y certeza son...

- a) sinónimos
- b) antónimos

B

- Se dice que olvidar es algo necesario ya que nos evita un exceso de información inútil

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Miguel de Cervantes, escritor español (1547-1616), decía que “Come poco y cena menos, que la salud de todo el cuerpo se fragua en...**

a) la oficina del estómago”

b) la oficina del cerebro”

A

- **Turgente y abultado son...**

a) sinónimos

b) antónimos

A

- **Se cree que los tipos de sangre de un humano sirven para combatir diferentes tipos de infecciones**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se dice que...**

a) pasamos un cuarto de nuestra vida durmiendo

b) pasamos un tercio de nuestra vida durmiendo

B

- **“No son las malas hierbas las que ahogan la buena semilla, sino la negligencia del campesino”. ¿Quién lo dijo?**

a) Sócrates, filósofo griego (469-399 a.C.)

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

B

- **Angustia y cuita son antónimos**

a) Verdadero

b) Falso

B

- El Dios del amor para la mitología griega era...

- a) Eros
- b) Cupido

A

- Celos es sinónimo de achares

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- Un prejuicio no es un juicio anticipado

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- "El éxito consiste en obtener lo que se desea. La felicidad, en disfrutar lo que se obtiene". ¿Quién lo dijo?

- a) Emerson, poeta y pensador estadounidense (1803-1882)
- b) José Álvarez Guerra, filósofo español (1778-1863)

A

- Tribulación es antónimo de adversidad

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- Soponcio es sinónimo de desmayo

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **La exclusión de personas por origen étnico se llama...**

- a) incriminación
- b) discriminación

B

- **“Algún dinero evita preocupaciones, mucho, las atrae”. ¿Quién lo dijo?**

- a) Confucio, filósofo chino (551-478 a.C.)
- b) Anaxágoras, filósofo presocrático (500-428 a.C.)

A

- **Fárrago es antónimo de barullo**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **Se dice que es posible tragar y respirar al mismo tiempo**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **Agradar es antónimo de pirrar**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **Se dice que el temperamento no viene dado por la genética**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **“Lo realmente importante no es llegar a la cima; sino saber mantenerse en ella”. ¿Quién lo dijo?**

- a) Alfred de Musset, poeta francés (1810-1857)
- b) Gabriel Álvarez de Toledo y Pellicer de Tovar, poeta español (1662-1714) **A**

- **Torpor es sinónimo de letargo**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **La tolerancia se define como la falta de habilidad y voluntad de aceptar algo**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **“Se mide la inteligencia de un individuo por la cantidad de incertidumbres que es capaz de soportar”.**
¿Quién lo dijo?

a) Friedrich Schiller, filósofo y poeta alemán (1759- 1805)

b) Immanuel Kant, filósofo alemán (1724-1804)

B

- **Proscribir es antónimo de prohibir**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **¿A qué se llama comida basura?**

a) Comida compuesta por grasas, azúcares, condimentos...

b) Comida compuesta por frutas y verduras

A

- **“La naturaleza nos ha dado las semillas del conocimiento, no el conocimiento mismo”.** ¿Quién lo dijo?

a) Séneca, filósofo latino (4 a.C.-65 d.C.)

b) Antíoco de Ascalón, filósofo griego (130-68 a. C.)

A

- **Transigir es antónimo de consentir**

a) Verdadero

b) Falso **B**

- La asertividad...

a) se aprende

b) se hereda

A

- Prerrogativa es sinónimo de privilegio

a) Verdadero

b) Falso

A

- La comida basura estimula...

a) el apetito

b) la sed

c) Las dos son correctas

C

- “Para mejorar nuestro conocimiento debemos aprender menos y contemplar más”. ¿Quién lo dijo?

a) Juan Azor, filósofo español (1535-1603)

b) René Descartes, filósofo y matemático francés (1596-1650)

B

- Grima es sinónimo de agrado

a) Verdadero

b) Falso

B

- Se dice que las personas más resilientes soportan peor el estrés

a) Verdadero

b) Falso

B

- En el ser humano el pulmón izquierdo es más grande que el derecho

a) Verdadero

b) Falso

B

- Una comida saludable debe proveer...

a) grasas, condimentos y carbohidratos

b) proteínas, carbohidratos, vitaminas y minerales

B

- "El pobre carece de muchas cosas, pero el avaro carece de todo". ¿Quién lo dijo?

a) Cicerón, filósofo romano (106-43 a.C.)

b) Séneca, filósofo latino (4 a.C.-65 d. C.)

B

- Susplicacia es antónimo de reticencia

a) Verdadero

b) Falso

B

- Características de una persona resiliente, entre otras,...

a) identifican la situación

b) se organizan con estrategias

c) las dos son correctas

C

- Se dice que al levantar un pie utilizamos unos...

a) 100 músculos diferentes

b) 200 músculos diferentes

B

- Remilgo es antónimo de melindre

a) Verdadero

b) Falso

B

- “El conocimiento es orgulloso por lo mucho que ha aprendido; la sabiduría es humilde porque no sabe más”. ¿Quién lo dijo?

a) William Cowper, poeta británico (1731-1800)

b) Faustino Arévalo, jesuita español (1747-1824)

A

- Egocentrismo es sinónimo de egolatría

a) Verdadero

b) Falso

A

- En el ser humano el órgano del tacto es la piel

a) Verdadero

b) Falso

A

- Apocado es antónimo de pusilánime

a) verdadero

b) Falso

B

- Fortuito es antónimo de inopinado

a) Verdadero

b) Falso

B

- “Sólo el conocimiento que llega desde dentro es el verdadero conocimiento”. ¿Quién lo dijo?

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

b) Demócrito, filósofo griego (460-370 a.C.) **A**

- **Introspectivo es antónimo de reflexivo**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **La piel de una persona adulta pesa unos...**

a) 3,5 kilogramos

b) 4.5 kilogramos

A

- **Caviloso y cogitabundo son...**

a) sinónimos

b) antónimos

A

- **Se sabe que las vitaminas del grupo B son precisas para la correcta actividad del cerebro**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“Cada uno tiene el máximo de memoria para lo que le interesa y el mínimo para lo que no le interesa”.
¿Quién lo dijo?**

a) Arthur Schopenhauer, filósofo alemán (1788-1860)

b) René Descartes, filósofo y matemático francés (1596-1650)

A

- **Dudar es sinónimo de hesitar**

a) verdadero

b) Falso

A

- Se dice que el ejercicio físico aumenta la fuerza y aporta más energía pero que no puede ayudar a reducir la ansiedad y la tensión

a) Verdadero

b) Falso

B

- Sacudir es antónimo de aballar

a) verdadero

b) Falso

B

- Las vitaminas hidrosolubles son aquellas que...

a) se disuelven en agua

b) se disuelven en aceite

A

- "Viven más contentos aquellos en quienes jamás puso los ojos la fortuna, que los otros de quienes los apartó" ¿Quién lo dijo?

a) Lucrecio Caro, filósofo romano (99-55 a.C.)

b) Séneca, filósofo latino (4 a.C.-65 d. C.)

B

- Obstinación es antónimo de contumacia

a) Verdadero

b) Falso

B

- Tendencioso es sinónimo de sectario

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Subjetivo es sinónimo de ecuánime**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se ha demostrado que la principal fuente de vitaminas son los vegetales crudos**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“El que tiene imaginación, con qué facilidad saca de la nada un mundo”. ¿Quién lo dijo?**

a) Gustavo Adolfo Bécquer, poeta español (1836-1870)

b) Garcilaso de la Vega, poeta español del Siglo de Oro (ca.1501-1536)

A

- **Los bebés en sus primeros días de vida lloran sin lágrimas**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se dice que el ejercicio físico además de mejorar la salud mental y la autoestima, aumenta la libido**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Presentir es antónimo de barruntar**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Las vitaminas liposolubles son aquellas que...**

a) se disuelven en agua

b) se disuelven en grasas y aceites **B**

- 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

- Supeditar es sinónimo de acatar

a) Verdadero

b) Falso

A

- Los médicos se refieren a la práctica excesiva de la actividad física como *la droga milagro*

a) Verdadero

b) Falso

B

- Apostasía es antónimo de abjuración

a) Verdadero

b) Falso

B

- Se sabe que hay que evitar los procesos que produzcan pérdidas de vitaminas en exceso...

a) evitando cocinar los alimentos en exceso

b) evitando comer alimentos que tengan mucho tiempo cocinados

c) Las dos son correctas

C

- “Nada tan peligroso como una idea amplia en cerebros estrechos”. ¿Quién lo dijo?

a) Hipólito Taine, escritor francés (1828-1893)

b) José de Acosta, teólogo español (1540-1600)

A

- **Averno y báratro son...**

- a) sinónimos
- b) antónimos

A

- **El ejercicio físico reduce los niveles de cortisol**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Cáustico y agresivo son...**

- a) sinónimos
- b) antónimos

A

- **Algunos procesos biológicos pueden aumentar el contenido de vitaminas en los alimentos como...**

- a) la fermentación del pan
- b) la fabricación de yogur
- c) las dos son correctas

C

- **“El deseo y la felicidad no pueden vivir juntos”. ¿Quién lo dijo?**

- a) Filón el Judío, filósofo egipcio (circa 15 a. C.– c.45 d. C.)
- b) Epicteto de Frigia, filósofo grecolatino (55-135 d.C.)

B

- **Sarcástico es antónimo de sardónico**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

-Se dice que la práctica continuada de ejercicio físico de moderado a vigoroso sería capaz de suprimir el crecimiento de tumores

a) Verdadero

b) Falso

A

- Satírico y sarcástico son...

a) sinónimos

b) antónimos

A

- La comida basura no se asocia a...

a) la facilidad de elaboración, al bajo precio y al entretenimiento

b) la complicada elaboración y los altos costes de elaboración

B

- “La llave que se usa constantemente reluce como plata: no usándola se llena de herrumbre. Lo mismo pasa con el entendimiento”. ¿Quién lo dijo?

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

b) Padre Zaragoza, matemático y astrónomo español (1627-1679)

A

- Ludibrio es antónimo de befa

a) Verdadero

b) Falso

B

- Se dice que la práctica de ejercicio físico no potencia el sistema inmune

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Fobia es antónimo de repugnancia**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **La OMS (Organización Mundial de la Salud) aconseja para una dieta saludable, las siguientes cantidades de...**

a) proteínas (10-15%), hidratos de carbono (50-55%) y grasas (30-35%)

b) proteínas 50%, hidratos de carbono 45% y grasas 5%

A

- **“Disminuye el deseo de todas las cosas cuando la ocasión es demasiado fácil”. ¿Quién lo dijo?**

a) Plinio el Joven, escritor romano (62-113 d.C.)

b) Epicteto de Frigia, filósofo grecolatino (55-135 d.C.)

A

- **Pudor es antónimo de decoro**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que la práctica de ejercicio físico...**

a) no regula la hipertensión

b) no regula la glucemia y grasas en la sangre

c) Las dos son incorrectas

C

- **Remordimiento es sinónimo de inquietud**

a) Verdadero

b) Falso

A

- Se ha demostrado que el consumo de aceite de oliva virgen extra puede prevenir...

- a) la artritis
- b) las enfermedades cardiovasculares
- c) Las dos son correctas

C

- "Al final, lo que importa no son los años de vida, sino la vida de los años". ¿Quién lo dijo?

- a) Abraham Lincoln, político estadounidense (1808-1865)
- b) George Washington, primer presidente de Estados Unidos (1732-1799)

A

- Un bebé recién nacido no suda

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- Se dice que la práctica ejercicio físico moderado mejora la capacidad intelectual y el bienestar emocional

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- Aprensión es sinónimo de reparo

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- Chovinismo no es sinónimo de chauvinismo

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **“Cuanto mayor es la dificultad, mayor es la gloria”. ¿Quién lo dijo?**

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

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

A

- **Competencia es sinónimo de rivalidad**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se dice que la práctica de ejercicio físico moderado es beneficioso para el cerebro...**

a) aumentando el flujo de sangre y oxígeno al cerebro

b) favoreciendo el crecimiento neuronal

c) las dos son correctas

C

- **Inferioridad es sinónimo de mando**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Algunos de los beneficios del agua son...**

a) ayuda al mantenimiento de la piel, regula la temperatura del cuerpo

b) ayuda a perder peso, mejora el sistema inmunológico

c) Las dos son correctas

C

- **“Lo menos frecuente en este mundo es vivir. La mayoría de la gente existe, eso es todo”. ¿Quién lo dijo?**

a) Oscar Wilde, dramaturgo y novelista irlandés (1854-1900)

b) Francisco Martínez de la Rosa, novelista español (1787-1862)

A

- **Resignación es sinónimo de rebeldía**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que la práctica de ejercicio físico moderado...**

a) disminuye los niveles de colesterol

b) ayuda a evitar una trombosis

c) las dos son correctas

C

- **Rigidez es antónimo de dureza**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **El ser humano necesita ingerir minerales para, entre otras cosas,...**

a) formar huesos fuertes

b) tener un corazón saludable

c) las dos son correctas

C

- **“En tres tiempos se divide la vida: en presente, pasado y futuro. De éstos, el presente es brevísimo; el futuro, dudoso; el pasado, cierto”. ¿Quién lo dijo?**

a) Séneca, filósofo latino (4 a.C.-65 d.C.)

b) Epicuro de Samos, filósofo griego (341-270 a.C.)

A

- **Superioridad no es sinónimo de preponderancia**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que la práctica de ejercicio físico puede tener efectos positivos...**

- a) si se hace de forma inadecuada
- b) cuando la frecuencia y la intensidad es exagerada
- c) las dos son incorrectas

C

- **Timidez es antónimo de retraimiento**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **Algunos beneficios de la natación son...**

- a) que aumenta la circulación sanguínea
- b) que mejora el sistema cardiovascular
- c) las dos son correctas

C

- **"Aquel que tiene un [porqué] para vivir se puede enfrentar a todos los [cómos]". ¿Quién lo dijo?**

- a) Friedrich Nietzsche, filósofo alemán (1844-1900)
- b) Mateo Aymerich, filósofo español (1715-1799)

A

- **Circunspección no es sinónimo de discreción**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **El ejercicio físico de alta intensidad puede dar lugar a la aparición del estrés oxidativo**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Turbación no es sinónimo de aturdimiento**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Algunos beneficios de andar cada día son la mejora de la presión arterial y la pérdida de peso**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“¿Me preguntas por qué compro arroz y flores? Compro arroz para vivir y flores para tener algo por lo que vivir”. ¿Quién lo dijo?**

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

b) Demócrito, filósofo griego (460-370 a.C.)

A

- **Cobardía no es antónimo de valentía**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que realizando ejercicio aeróbico se consigue...**

a) disminuir la presión sanguínea a medio plazo

b) mejorar la capacidad intelectual

c) las dos son correctas

C

- **Alivio no es antónimo de consuelo**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Algunos beneficios de la avena son, la mejora de la digestión y la regulación del colesterol**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“Una espina de experiencia vale más que un bosque de advertencias”. ¿Quién lo dijo?**

a) James Russell Lowell, poeta y escritor estadounidense (1819-1891)

b) Miguel de Cervantes, escritor español (1547-1616)

A

- **Apoyo no es antónimo de soporte**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se dice que para alcanzar buenos resultados en la práctica de ejercicios aeróbicos, se aconseja realizar estiramientos previos de larga duración para evitar lesiones musculares**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Ayuda no es antónimo de abandono**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que los vegetales de hojas verdes benefician la visión**

a) Verdadero

b) Falso

A

- "***Carpe Diem*** (aprovecha el día presente). Palabras que nos recuerdan que la vida es corta y debemos apresurarnos a gozar de ella". ¿Quién lo dijo?

- a) Horacio, poeta latino (65-8 a.C.)
- b) Antíoco de Ascalón, filósofo griego (130-68 a. C.)

A

- **Coherencia no es sinónimo de congruencia**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **El ejercicio físico que consiste en un esfuerzo breve, es un ejercicio anaeróbico**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Estructura no es antónimo de organización**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Se dice que los vegetales de hojas verdes en exceso perjudican a la flora intestinal**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **"La vida es fascinante: sólo hay que mirarla a través de las gafas correctas". ¿Quién lo dijo?**

- a) Alejandro Dumas, escritor francés (1802-1870)
- b) William Shakespeare, escritor británico (1564-1616)

A

- **Quietud no es antónimo de...**

- a) tranquilidad
- b) calma
- c) Las dos son correctas

C

- Una buena salud se consigue consumiendo altas cantidades de calorías y de grasas

a) Verdadero

b) Falso

B

- Seguridad no es antónimo de certeza

a) Verdadero

b) Falso

A

- Se dice que los aguacates son grandes antioxidantes y buenos para el corazón

a) Verdadero

b) Falso

A

- “La vida es como una leyenda: no importa que sea larga, sino que esté bien narrada”. ¿Quién lo dijo?

a) Séneca, filósofo latino (4 a.C.-65 d.C.)

b) Horacio, poeta latino (65-8 a.C.)

A

- Soporte no es antónimo de sostén

a) Verdadero

b) Falso

A

- Algunos hábitos perjudiciales para la salud son entre otros...

a) el sedentarismo

b) las drogas y el tabaco

c) las dos son correctas

C

- Sostén no es sinónimo de amparo

a) Verdadero

b) Falso

B

- **En la comunicación hay tres componentes, emisor, receptor y mensaje**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“Nacemos llorando, vivimos quejándonos y morimos desilusionados”.**

a) Thomas Fuller, clérigo y escritor británico (1610-1661)

b) Madame de Sévigné, escritora francesa (1626-1696)

A

- **Confianza no es antónimo de seguridad**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **La definición etimológica de biología es “bios” que significa vida y el sufijo “logía” que significa estudio, ciencia**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Coartar no es antónimo de coercer**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **En la comunicación no verbal, entre otras,...**

a) se utiliza la voz

b) se utilizan expresiones corporales

B

- **“La vida es breve; el arte, largo; la ocasión, fugaz; la experiencia, engañosa; el juicio, difícil”. ¿Quién lo dijo?**

a) Hipócrates, médico griego (V-IV a.C.)

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

A

- **Moderar es antónimo de morigerar**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **La biología se define como la ciencia que estudia el origen, la evolución y las propiedades de los seres vivos**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Abolengo no es sinónimo de prosapia**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que el bebé en sus primeras semanas de vida no estornude de manera frecuente**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **“En la amistad y en el amor se es más feliz con la ignorancia que con el saber”. ¿Quién lo dijo?**

a) William Shakespeare, escritor británico ((1564-1616)

b) Miguel de Cervantes, novelista español (1547-1616)

A

- **Prescribir no es antónimo de preceptuar**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Una de las funciones principales del sistema límbico es la preservación de la especie**

a) Verdadero

b) Falso

A

- Poder no es antónimo de mando

a) Verdadero

b) Falso

A

- La sociología analiza a los animales de compañía

a) Verdadero

b) Falso

B

- “La envidia, el más mezquino de los vicios, se arrastra por el suelo como una serpiente”. ¿Quién lo dijo?

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

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

A

- Contexto no es sinónimo de entorno

a) Verdadero

b) Falso

B

- La cosmología, es la parte de la astronomía que estudia las leyes físicas del Universo

a) Verdadero

b) Falso

A

- Esperanza no es antónimo de creencia

a) Verdadero

b) Falso

A

- El libro Tao Te King se le atribuye a Lao Tsé (filósofo chino siglo VI a. C.)

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“El primer paso de la ignorancia es presumir de saber”**. ¿Quién lo dijo?

- a) Baltasar Gracián, escritor español (1601-1658)
- b) William Shakespeare, escritor británico (1564-1616)

A

- **Fuerza no es antónimo de energía**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Se dice que la mayoría de las personas experimentan en algún momento de su vida algún tipo...**

- a) de inestabilidad emocional
- b) de estabilidad emocional
- c) las dos son correctas

C

- **Autoridad no es antónimo de poder**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Se sabe que el sol...**

- a) estimula tus defensas
- b) es una fuente de vitamina D
- c) las dos son correctas

C

- **“El ignorante, si calla, será tenido por erudito, y pasará por sabio si no abre los labios”**. ¿Quién lo dijo?

- a) Salomón, Rey de Israel (970-931 a.C.)
- b) Aristóteles, filósofo griego (384-322 a.C.)

A

- **Conjetura no es sinónimo de cábala**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **El cerebro del ser humano al nacer pesa aproximadamente...**

a) 350 gramos

b) 600 gramos

A

- **Hipótesis no es sinónimo de premisa**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **El miedo puede producir cambios fisiológicos como...**

a) subida de la glucosa

b) subida de la presión arterial

c) las dos son correctas

C

- **“El miedo siempre está dispuesto a ver las cosas peor de lo que son”. ¿Quién lo dijo?**

a) Tito Livio, historiador romano (59-64 a.C.)

b) Aristóbulo de Alejandría, filósofo peripatético judío (150 a.C.)

A

- **Aspaviento no es antónimo de alharaca**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **El cerebro de un adulto pesa entre 1300-1500 gramos**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Flexibilidad no es sinónimo de elasticidad**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **El miedo no nos alerta del peligro**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **“La ignorancia es la noche de la mente: pero una noche sin luna y sin estrellas “. ¿Quién lo dijo?**

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

b) Heráclito de Éfeso, filósofo griego (540-480 a. C.)

A

- **Resistencia no es antónimo de aguante**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **La Cosmogonía, en filosofía, es una narración mítica...**

a) que pretende dar respuesta al origen del Universo y de la Humanidad a partir de la acción de los dioses

b) que estudia las edades de hielo del planeta Tierra

A

- **Superación no es antónimo de retroceso**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se ha comprobado que el beber alcohol en exceso incapacita a las neuronas cerebrales**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“Se mide la inteligencia del individuo por la cantidad de incertidumbres que es capaz de soportar”.
¿Quién lo dijo?**

a) Immanuel Kant, filósofo alemán (1724-1804)

b) Gottfried Leibniz, filósofo, físico y matemático alemán (1646-1716)

A

- **Audacia no es sinónimo de atrevimiento**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Al córtex se le llama sustancia gris y es un tejido nervioso donde ocurren la percepción, la imaginación,
el pensamiento, el juicio y la decisión**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Apostasía no es antónimo de abjuración**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se ha comprobado que el cerebro deja de funcionar cuando estamos dormidos**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **“Hay la misma diferencia entre un sabio y un ignorante que entre un hombre vivo y un cadáver”.**
¿Quién lo dijo?

- a) Aristóteles, filósofo griego (384-322 a.C.)
- b) Epicuro de Samos, filósofo griego (341-270 a.C.)

A

- **Paganismo no es sinónimo de politeísmo**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **La fortaleza emocional nos puede ayudar a enfrentar adversidades y a tomar mejores decisiones**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Redaños no es antónimo de agallas**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Se sabe que el sol tomado en exceso...**

- a) puede provocar cáncer de piel
- b) puede provocar un envejecimiento anticipado de la piel
- c) las dos son correctas

C

- **“Nadie está libre de decir estupideces, lo malo es decir las con énfasis”. ¿Quién lo dijo?**

- a) Michel de Montaigne, escritor y filósofo francés (1533-1592)
- b) Sir Francis Bacon, filósofo y estadista británico (1561-1626)

A

- **Gallardía no es sinónimo de bizarría**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que para tener fortaleza mental es necesario un equilibrio entre lo racional y lo emocional**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Aislamiento no es antónimo de compañía**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se sabe que las dietas alimenticias sin conservantes ni colorantes mejoran el funcionamiento del cerebro**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“La inteligencia consiste no sólo en el conocimiento, sino también en la destreza de aplicar los conocimientos en la práctica”. ¿Quién lo dijo?**

a) Aristóteles, filósofo griego (384-322 a.C.)

b) Demócrito, filósofo griego (460-370 a.C.)

A

- **Desamparo no es sinónimo de abandono**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que para ser emocionalmente fuerte es necesario primero identificar la emoción y luego gestionarla adecuadamente**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Desarraigar no es antónimo de extraditar**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se sabe que realizar ejercicio físico ayuda a generar nuevas neuronas**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“No hay cosa que haga más daño a una nación como el que la gente astuta pase por inteligente”.
¿Quién lo dijo?**

a) Sir Francis Bacon, filósofo y estadista británico (1561-1626)

b) Michel de Montaigne, escritor y filósofo francés (1533-1592)

A

- **Desolación no es antónimo de angustia**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **El cortisol nos hace pensar con poca claridad y entre otras cosas,...**

a) nos bloquea

b) puede afectar al sistema digestivo

c) las dos son correctas

C

- Platón, filósofo griego (427-347a.C.) decía que “La mayor declaración de amor es la que no se hace, ya que el hombre que siente mucho...

a) habla poco”

b) miente mucho”

A

- Dolor no es antónimo de placer

a) Verdadero

b) Falso

B

- “El que todo lo juzga fácil encontrará la vida difícil”. ¿Quién lo dijo?

a) Lao-Tsé, filósofo chino (570-490 a.C.)

b) Epicuro de Samos, filósofo griego, (341-270 a.C.)

A

- Herida no es sinónimo de ofensa

a) Verdadero

b) Falso

B

- La ciencia nos explica que nuestro cerebro no tiene un sistema de recompensa

a) Verdadero

b) Falso

B

- Pérdida no es antónimo de extravío

a) Verdadero

b) Falso

A

- No puedes controlar lo que sucede en la vida pero...

a) si puedes decir a los demás que decidan por ti

b) si puedes decidir cómo vivirla

B

- **Theodore Roosevelt, político estadounidense (1858-1919), decía que “Haz lo que puedas...**

a) con desidia, estés donde estés”

b) con lo que tengas, estés donde estés”

B

- **Privación no es antónimo de expropiación**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **El neurotransmisor que regula el estado de ánimo, el sueño, la memoria es...**

a) la serotonina

b) la adrenalina

A

- **Repliegue no es sinónimo de retroceso**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **El cuerpo humano puede estar 7 días sin comer y...**

a) 2 días sin beber agua

b) 5 días sin beber agua

A

- **Pitágoras, filósofo y matemático griego (582-497 a.C.), decía que “No sabe hablar quien...**

a) no sabe callar”

b) sabe estar en silencio”

A

- **Cisma no es sinónimo de disidencia**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Escisión no es antónimo de desavenencia**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Defección no es sinónimo de deserción**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Las huellas que tenemos en la lengua son únicas, igual que las huellas dactilares**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“El mal existe, pero no sin el bien, como la sombra existe, pero no sin la luz”. ¿Quién lo dijo?**

a) Concepción Arenal, escritora española (1820-1893)

b) Alfred de Musset, poeta francés (1810-1857)

B

- **Soledad no es antónimo de nostalgia**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se dice que la felicidad no es lo que nos pasa....**

a) sino la interpretación de lo que nos pasa

b) sino confundir lo que nos pasa

A

- **Trauma no es antónimo de bienestar**

a) Verdadero

b) Falso **B**

- **La personalidad viene definida por el carácter y el temperamento**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Esopo, fabulista de la Antigua Grecia, (620-564 a.C.), decía que “Las palabras que no van seguidas de hechos...**

a) valen mucho”

b) no valen nada”

B

- **Abandono no es antónimo de diligencia**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que hay tres palabras que tocan el corazón positivamente:**

a) La envidia, la ira y la tristeza

b) Por favor, gracias y perdón

B

- **Abyección no es sinónimo de bajeza**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **El Taoísmo, el Zen y el Yoga son caminos de liberación**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Madame de Sévigné, escritora francesa (1626-1696), decía que “Cuanto más conozco a los hombres...**

a) más admiro a los perros”

b) más admiro a la naturaleza” **A**

- **Consternación no es antónimo de aflicción**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **La motivación puede ser...**

a) intrínseca

b) extrínseca

c) las 2 son correctas

C

- **Decaimiento no es antónimo de decadencia**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **En el transcurso del Siglo II a. C., durante la dinastía Han en China, ¿cuál era la filosofía oficial del Imperio?**

a) Confucianismo

b) Cristianismo

c) Budismo

A

- **“Aunque estés solo, no debes decir ni hacer nada malo. Aprende a avergonzarte más ante ti que ante los demás”. ¿Quién lo dijo?**

a) Pródico de Ceos, filósofo griego (460-395 a.C.)

b) Demócrito, filósofo griego (460-370 a.C.)

A

- **Depresión no es antónimo de abatimiento**

a) Verdadero

b) Falso

A

- Para la mayoría de los investigadores, las fases de la motivación son ...

- a) la activación, la acción y la satisfacción
- b) la cobardía, el desgano y la insatisfacción

A

- Acongojar no es sinónimo de atribular

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- ¿Cuál de los siguientes principios no pertenece a Confucio?

- a) “La estricta observancia de la doctrina del término medio como antídoto contra los excesos de todo género”
- b) “El ente deviene y las cosas se transforman en un proceso continuo de nacimiento y destrucción que afecta a objetos, animales y seres humanos”

B

- “El hombre sensato cree en el destino; el voluble en el azar”. ¿Quién lo dijo?

- a) Benjamín Disraeli, estadista inglés (1804-1881)
- b) José María de Pereda, novelista español (1833-1906)

A

- Orondo no es sinónimo de gordo

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- En la fase de la activación de la motivación se segrega...

- a) cortisol
- b) dopamina

B

- **Exaltar no es antónimo de alabar**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **El miedo no es una emoción básica**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **“Siempre se repite la misma historia: cada individuo no piensa más que en sí mismo”. ¿Quién lo dijo?**

a) Sófocles, poeta trágico griego (495-406 a.C.)

b) Hipodamo de Mileto, arquitecto y filósofo griego (498-408 a.C.)

A

- **Achaque no es sinónimo de alifafe**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Cuando la vida te ofrezca limón,...**

a) exprímelo y haz limonada

b) mira para otro lado

A

- **Equivocación no es antónimo de yerro**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **El Taoísmo florece en China en toda su magnitud en el siglo...**

a) VIII a. C.

b) IV a. C.

c) II a. C.

B

- **Henry F. Amiel, escritor suizo (1821-1881) decía que “El hombre que pretende verlo todo con claridad antes de decidir...**

- a) nunca decide”
- b) siempre decide”

A

- **Rigor no es antónimo de exactitud**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Las claves de la motivación, entre otras, son...**

- a) pensar en positivo
- b) visualizar tu objetivo
- c) las dos son correctas

C

- **Laudo no es sinónimo de sentencia**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **Se dice que la única manera de enseñar a las personas a salir de la soledad es con...**

- a) desinterés e impaciencia
- b) atención y paciencia

B

- **“Tú verás que los males de los hombres son fruto de su elección; y que la fuente del bien la buscan lejos, cuando la llevan dentro de su corazón”. ¿Quién lo dijo?**

- a) Pitágoras de Samos, filósofo y matemático griego (582-497 a.C.)
- b) Sófocles, poeta trágico griego (495-406 a.C.)

A

- **Fracaso no es antónimo de decepción**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se dice que nos desmotivamos entre otras cosas por...**

a) tener resistencias inconscientes

b) no tener resistencias inconscientes

A

- **Pena no es sinónimo de pesadumbre**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **El budismo brota de las enseñanzas de...**

a) Siddharta Gautama

b) Lao Tsé

A

- **“Los espíritus mediocres suelen condenar todo aquello que está fuera de su alcance”. ¿Quién lo dijo?**

a) Juan Meléndez Valdés, poeta y político español (1754-1817)

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

B

- **Debilidad no es antónimo de flojedad**

a) Verdadero

b) Falso

A

- Quijotismo y caballerosidad no son antónimos

a) Verdadero

b) Falso

A

- Desengaño no es antónimo de decepción

a) Verdadero

b) Falso

A

- El monje Kukai (774 d. C.) fue la figura más destacada del Budismo...

a) hindú

b) japonés

c) chino

B

- Un proverbio árabe dice: "Aconseja al ignorante y...

a) te tomará por su enemigo"

b) no te tomará por su enemigo"

A

- Desesperanza no es antónimo de optimismo

a) Verdadero

b) Falso

B

- Se dice que para que se produzca un cambio en ti es muy importante entre otras cosas la...

a) disciplina

b) práctica

c) Las dos son correctas

C

Vidorra no es sinónimo de comodidad

a) Verdadero

b) Falso

B

- Ocasional no es antónimo de endémico

a) Verdadero

b) Falso

B

- “Si hacemos el bien por interés, seremos astutos, pero nunca buenos”. ¿Quién lo dijo?

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

b) Demócrito, filósofo griego (460-370 a.C.)

A

- Atrición no es sinónimo de contrición

a) Verdadero

b) Falso

B

- El estado de ánimo dura más que las emociones

a) Verdadero

b) Falso

A

- Desánimo no es antónimo de abatimiento

a) Verdadero

b) Falso

A

- Sócrates defendía que era más importante...

a) ser una persona beligerante

b) practicar la discusión y el diálogo

B

- **“Quien no tiene toda la inteligencia de su edad, tiene toda su desgracia”. ¿Quién lo dijo?**

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

b) Immanuel Kant, filósofo alemán (1724-1804)

A

- **Escarmentar no es antónimo de perdonar**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Rémora no es sinónimo de óbice**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Desinterés no es antónimo de indiferencia**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Lo que definía al filósofo griego Sócrates (470-399 a. C.), entre otras cosas era...**

a) La ironía

b) la seriedad

A

- **“Buscad lo suficiente, buscad lo que basta. Y no queráis más. Lo que pasa de ahí, es agobio, no alivio; apesadumbra en vez de levantar”. ¿Quién lo dijo?**

a) San Agustín, padre y doctor de la Iglesia católica (354-430 d.C.)

b) Epicuro de Samos Filósofo griego, (341-270 a.C.)

A

- **Envidia no es antónimo de indiferencia**

a) Verdadero

b) Falso **B**

- Entre las estrategias para adquirir fuerza de voluntad está...

- a) tener los objetivos claros
- b) la planificación
- c) las dos son correctas

C

- Remordimiento es antónimo de desasosiego

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- El filósofo Schopenhauer era...

- a) belga
- b) austriaco
- c) alemán

C

- Un refrán anónimo dice que “El que es capaz de dominarse hasta sonreír en la mayor de sus dificultades, es el que...

- a) ha llegado a poseer la sabiduría de la vida”
- b) ha llegado a poseer viles atributos”

A

- Pesadumbre no es antónimo de dolor

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- Se dice que el combustible que le da energía y poder a tus metas y hace realidad tus sueños es...

- a) la envidia
- b) la motivación

B

- Entereza no es sinónimo de estoicismo

a) Verdadero

b) Falso

B

- Quien bien te quiere...

a) te hará llorar

b) te mentirá

A

- "Donde hay educación no hay distinción de clases". ¿Quién lo dijo?

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

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

A

- Resarcir no es antónimo de indemnización

a) verdadero

b) Falso

A

- Subterfugio y evasiva no son...

a) sinónimos

b) antónimos

B

- Añoranza no es antónimo de nostalgia

a) Verdadero

b) Falso

A

- Se estima que cada día se toma una media de 200 decisiones para saber qué comer y beber

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“Quien habla de cosas que no le atañen, escucha cosas que no le gustan”. ¿Quién lo dijo?**

a) Averroes, filósofo y médico hispanoárabe (1126-1198)

b) Alfonso X el Sabio, Rey de Castilla (1221-1284)

A

- **Apostatar no es antónimo de abjurar**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se dice que la base para empezar a cambiar y conseguir cualquier objetivo en la vida comienza por...**

a) estar motivado y adquirir fuerza de voluntad

b) tener un buen estado de ánimo

c) las dos son correctas

C

- **Ablución no es sinónimo de lavado**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **El cerebro sin su amígdala no podría comprender el significado de las emociones, a esto se le llama...**

a) ceguera afectiva

b) ceguera visual

A

- **“Si das pescado a un hombre hambriento, le nutres una jornada. Si le enseñas a pescar, le nutrirás toda la vida”. ¿Quién lo dijo?**

a) Lao-Tsé, filósofo chino (570-490 a.C.)

b) Sófocles, poeta trágico de la Antigua Grecia (496-406 a. C.)

A

- **Congoja no es antónimo de tribulación**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Se dice que hacer deporte y comer de forma saludable no nos puede motivar positivamente**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Perfidia no es sinónimo de alevosía**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **La amígdala cerebral almacena los recuerdos más intensos de nuestra vida ,...**

a) siempre que sean los últimos recuerdos

b) como los traumas o nuestros momentos más felices

B

- **“No le evitéis a vuestros hijos las dificultades de la vida, enseñadles más bien a superarlas “. ¿Quién lo dijo?**

a) Louis Pasteur, químico y microbiólogo francés (1822-1895)

b) Pierre Joseph Pelletier, naturalista y químico francés (1788-1842)

A

- **Mácula no es antónimo de mancha**

a) Verdadero

b) Falso

A

- En el cuerpo humano, la regulación homeostática tiene como objetivo mantener un ambiente interno estable

a) Verdadero

b) Falso

A

- Las interconexiones entre la amígdala cerebral y el córtex forman el centro de dirección entre los pensamientos y los sentimientos

a) Verdadero

b) Falso

A

- “Lo que de raíz se aprende nunca del todo se olvida”.

a) Séneca, filósofo latino (4 a. C.- 65 d. C.)

b) Parménides de Elea, filósofo griego (530-470 a.C.)

A

- Querrela no es antónimo de litigio

a) Verdadero

b) Falso

A

- Se sabe que el optimismo es una garantía de salud para la vida, alargando los *telómeros*, que son...

a) los extremos de los cromosomas; cuanto más largos, mejor salud

b) unas células que están en el corazón

A

- Lóbrego no es sinónimo de sombrío

a) Verdadero

b) Falso

B

- Se dice que una carga emocional intensa no dificulta el aprendizaje del niño

a) Verdadero

b) Falso

B

- “Aquellos cuya conducta se presta más al escarnio, son siempre los primeros en hablar de los demás”.
¿Quién lo dijo?

a) Molière, poeta francés (1622-1673)

b) Benito Jerónimo Feijoo, religioso y ensayista español (1676-1764)

A

- El abuso de adrenalina provoca, entre otras cosas, hipertensión y ansiedad

a) Verdadero

b) Falso

A

- La neuroplasticidad es...

a) la capacidad que tienen las células en disolverse

b) la capacidad que tienen las células en regenerarse

B

- Hipocondría no es sinónimo de aprensión

a) Verdadero

b) Falso

B

- Se dice que debe primar la razón sobre la emoción

a) Verdadero

b) Falso

A

- “Aprender sin reflexionar es malgastar la energía”.

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

b) Diógenes el Cínico, filósofo griego (404-323 a.C.) **A**

- Azar no es antónimo de casualidad

a) Verdadero

b) Falso

A

En la zona derecha prefrontal del cerebro, normalmente se produce la reacción rápida a los estímulos y la anticipación

a) Verdadero

b) Falso

A

- Casualidad es similar a causalidad

a) Verdadero

b) Falso

B

- Se dice que tenemos varias clases de inteligencia como la inteligencia racional y la inteligencia emocional

a) Verdadero

b) Falso

A

-“La experiencia nos ha demostrado que a la persona no le resulta nada más difícil de dominar que su lengua”. ¿Quién lo dijo?

a) Baruch Spinoza, filósofo holandés de origen judeoespañol (1632-1677)

b) Diego de Torres Villaroel, escritor español (1693-1770)

A

- Realismo no es sinónimo de verismo

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Se dice que la clave del éxito está en...**

- a) la repetición de actitudes positivas
- b) la repetición de actitudes indiferentes

A

- **Diócesis no es antónimo de sede**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **Se sabe que no hay un test capaz de determinar el “grado de inteligencia emocional”**

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- **“Todo cambia; nada es”. ¿Quién lo dijo?**

- a) Heráclito de Éfeso, filósofo griego (540-470 a.C.)
- b) Anaxágoras, filósofo presocrático (500-428 a.C.)

A

- **Perspicacia no es sinónimo de cacumen**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **Discernir no es similar a distinguir**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- **Alegoría no es similar a metáfora**

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- En la interacción entre el neocórtex y la amígdala cerebral nos permitirá dar una respuesta racional

a) Verdadero

b) Falso

A

-Mark Twain, escritor y periodista estadounidense (1835-1910) decía que “El hombre es el único animal que come sin tener hambre, bebe sin tener sed y habla...”

a) siempre con mucha inteligencia”

b) sin tener nada que decir”

B

- Petulante no es sinónimo de presuntuoso

a) Verdadero

b) Falso

B

- Vanagloria y jactancia son...

a) sinónimos

b) antónimos

A

- Quimera y fantasía no son...

a) sinónimos

b) antónimos

B

- Se dice que si no se controla las respuestas emocionales, sería una señal de...

a) insensatez

b) madurez

A

- “Nadie se baña en el río dos veces porque todo cambia en el río y en el que se baña”. ¿Quién lo dijo?

a) Diógenes el Cínico, filósofo griego (404-323 a.C.)

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

B

- **Intelecto no es similar a inteligencia**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **“Escucha, serás sabio. El comienzo de la sabiduría es el silencio”. ¿Quién lo dijo?**

a) Protágoras, filósofo griego (c. 485 - c. 411 a. C.)

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

B

- **Empate no es antónimo de igualdad**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **El deseo no es una emoción básica**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **“Aquel hombre que pierde la honra por el negocio, pierde el negocio y la honra”. ¿Quién lo dijo?**

a) Francisco de Quevedo, escritor español (1580-1645)

b) Miguel de Cervantes, escritor español (1547-1616)

A

- **Estabilidad no es antónimo de equilibrio y firmeza**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **“La felicidad consiste en poder unir el principio con el fin”. ¿Quién lo dijo?**

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

b) Parménides de Elea, filósofo griego (Nació entre el 530 a. C. y el 515 a. C.)

A

- Se sabe que las personas que no exteriorizan sus sentimientos pueden sufrir de estrés, dando lugar a...

- a) la hipertensión
- b) la angustia
- c) Las dos son correctas

C

- “Una casa será fuerte e indestructible cuando esté sostenida por estas cuatro columnas: padre valiente, madre prudente, hijo obediente, hermano complaciente”. ¿Quién lo dijo?

- a) Confucio, filósofo chino (551-478 a.C.)
- b) Pitágoras, filósofo y matemático griego (569-475 a.C.)

A

- Edicto no es similar a decreto

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- Es aconsejable limitar el consumo de bebidas azucaradas y de alimentos con elevado contenido ...

- a) de grasas, azúcar y sal
- b) en omega 3
- c) en antioxidantes

A

- Paranoia no es antónimo de chaladura y locura

- a) Verdadero
- b) Falso

A

- La inteligencia naturalista es...

- a) el amor a la acumulación de bienes materiales
- b) el amor a la naturaleza, a los animales y a las personas

B

- “El hombre está dispuesto siempre a negar todo aquello que no comprende”. ¿Quién lo dijo?

- a) Blaise Pascal, científico, filósofo y escritor francés (1623-1662)
- b) Voltaire, filósofo y escritor francés (1694-1778)

A

- Ponderar no es similar a sopesar

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- Se sabe que a nivel cerebral el ejercicio físico moderado...

- a) multiplica de forma intensa la vascularización y flujo sanguíneo
- b) modula el incremento en la vascularización y flujo sanguíneo

B

- Proporción no es antónimo de desmedida

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- La alegría no es una emoción básica

- a) Verdadero
- b) Falso

B

- “El carácter es para el hombre su demonio”. ¿Quién lo dijo?

- a) Heráclito de Éfeso, filósofo griego (540-470 a.C.)
- b) Confucio, filósofo chino (551-478 a.C.)

A

- Exacerbar no es similar a irritar

- a) Verdadero

b) Falso **B**

- **“Mide tus deseos, pesa tus opiniones, cuenta tus palabras”**. ¿Quién lo dijo?

a) Séneca, filósofo y escritor romano (4 a. C - 65 d. C.)

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

B

- **Amotinar no es antónimo de sublevar**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Son zonas erróneas en psicología...**

a) El resultado de pensamientos negativos

b) El resultado de pensamientos beneficiosos

A

- **“Si todo el año fuese fiesta, divertirse sería más aburrido que trabajar”**. ¿Quién lo dijo?

a) William Shakespeare, dramaturgo, poeta inglés (1564-1616)
)

b) Francisco de Quevedo, escritor español (1580-1645)

A

- **Seducir no es antónimo de cautivar**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **El consumo moderado de lentejas no es bueno ni para la digestión ni para la saciedad**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **Altruismo no es antónimo de solidaridad**

a) Verdadero

b) Falso

A

- Las zonas erróneas son...

a) pensamientos con una baja autoestima

b) sentimientos de culpa

c) Las dos son correctas

C

- La envidia es un sentimiento que no hiere al que la padece

a) Verdadero

b) Falso

B

- “¿Quién es libre? Sólo el que sabe dominar sus pasiones”. ¿Quién lo dijo?

a) Horacio, poeta latino (65-8 a.C.)

b) Virgilio, poeta romano (70-19 a. C.)

A

- Los romanos llamaron diosa e hija de la noche a...

a) la alegría

b) la envidia

B

-El escritor Nicolás Maquiavelo era...

a) portugués

b) italiano

B

- Los griegos llamaron “Mal de ojo” ...

a) a la rabia

b) a la envidia **B**

- **“Muchos son los buenos, si se da crédito a los testigos; pocos, si se toma declaración a su conciencia”.**
¿Quién lo dijo?

a) Francisco de Quevedo, escritor español (1580-1645)

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

A

- **La alexitimia es...**

a) La capacidad para expresar sentimientos

b) La incapacidad de expresar sentimientos

B

- **El filósofo Erasmo de Rotterdam era...**

a) neerlandés

b) alemán

A

- **La ira no es una emoción básica**

a) Verdadero

b) Falso

B

- **“Mejor que el hombre que sabe lo que es justo es el hombre que ama lo justo”.** ¿Quién lo dijo?

a) Cicerón, filósofo romano (106-43 a.C.)

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

B

- **La envidia...**

a) hace que no disfrutes de lo que tienes

b) te hace desear lo que tiene otro

c) las dos son correctas

C

-El filósofo Giordano Bruno era...

- a) español
- b) italiano

B

- La tristeza es una emoción básica

- a) Verdadero
- b) Falso

A

-"La ambición suele llevar a las personas a ejecutar los menesteres más viles. Por eso, para trepar, se adopta la misma postura que para arrastrarse". ¿Quién lo dijo?

- a) Jonathan Swift, político y escritor irlandés (1667-1745)
- b) Blaise Pascal, científico, filósofo y escritor francés (1623-1662)

A

- Jonathan Swift, político y escritor irlandés (1667-1745), decía que "Los mejores médicos del mundo son...

- a) el doctor dieta, el doctor reposo y el doctor alegría"
- b) el doctor orgullo, el doctor miedo y el doctor tristeza"

A

- El filósofo Nicolás de Cusa era...

- a) italiano
- b) alemán
- c) español

B

- El estoicismo es una escuela filosófica fundada por...

- a) Heráclito de Éfeso, filósofo (540-470 a. C.)
- b) Zenón hacia el 300 antes de Cristo

B

- Platón, filósofo griego (427-347 a.C.), decía que “El hombre inteligente habla...

a) sin autoridad cuando dirige su propia vida”

b) con autoridad cuando dirige su propia vida”

B

- El objetivo de la filosofía del estoicismo era...

a) acumular bienes materiales

b) alcanzar la felicidad y la sabiduría sin bienes materiales

B

- El pensador Tomás moro era...

a) italiano

b) inglés

c) español

B

- El epicureísmo busca una vida feliz sin placeres

a) Verdadero

b) Falso

B

- “Adonde interviene el favor y las dádivas, se allanan los riscos y se deshacen las dificultades”. ¿Quién lo dijo?

a) Miguel de Cervantes, escritor español (1547-1616)

b) William Shakespeare, escritor inglés (1564-1616)

A

- El astrónomo Nicolás Copérnico era...

a) polaco

b) italiano

c) español

A

- Epicuro, filósofo griego (341-270 a. C.), afirmó que “Es bueno todo lo que produce placer, ya que el placer te conduce a una vida feliz”.

a) Verdadero

b) Falso

A

- “Confiar en todos es insensato; pero no confiar en nadie es neurótica torpeza”. ¿Quién lo dijo?

a) Juvenal, poeta satírico romano (67-127 a.C.)

b) Séneca, filósofo (4 a.C.- 65 d.C.)

A

- Se sabe que unos niveles altos de cortisol dañan el sistema autoinmune

a) Verdadero

b) Falso

A

- El filósofo René Descartes era...

a) italiano

b) francés

c) belga

B

- La nostalgia es descrita como...

a) un sentimiento que añora realidades ya pasadas

b) un sentimiento que no añora realidades pasadas

A

- “Las dificultades aumentan conforme se aproxima uno al fin”. ¿Quién lo dijo?

a) Goethe, poeta alemán (1749-1832)

b) Leibniz, filósofo y matemático alemán (1646-1716)

A

- **Se sabe que la obsesión como sentimiento, es la necesidad de poseer y ser poseído**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **El filósofo Voltaire era...**

a) francés

b) italiano

c) flamenco

A

- **Se sabe que el vacío emocional lleva a las personas obsesivas a buscar amor y aceptación**

a) Verdadero

b) Falso

A

- **Plutarco, escritor griego (50-125 d.C.), decía que “Para saber hablar es preciso...**

a) no saber escuchar”

b) saber escuchar”

B

- **Algunos de los síntomas de la ira agresiva son...**

a) amenazas

b) egoísmo

c) Las dos son correctas

C

- **El filósofo Baruch Spinoza era...**

a) francés

b) neerlandés

c) portugués

B

- Se dice que la persona envidiosa nunca está saciada y siempre encontrará otro a quien envidiar

a) Verdadero

b) Falso

A

- “Callando es como se aprende a oír; oyendo es como se aprende a hablar; y luego, hablando se aprende a callar”. ¿Quién lo dijo?

a) Sexto Empírico, filósofo y médico griego (150-249 d.C.)

b) Diógenes Laercio, historiador griego (180-240 d.C.)

B

- Se llama vegano a la persona que no incluye productos alimenticios de...

a) origen vegetal

b) origen animal

B