

# **LA MEMORIA**

**Base de Datos  
Enciclopedia mental**

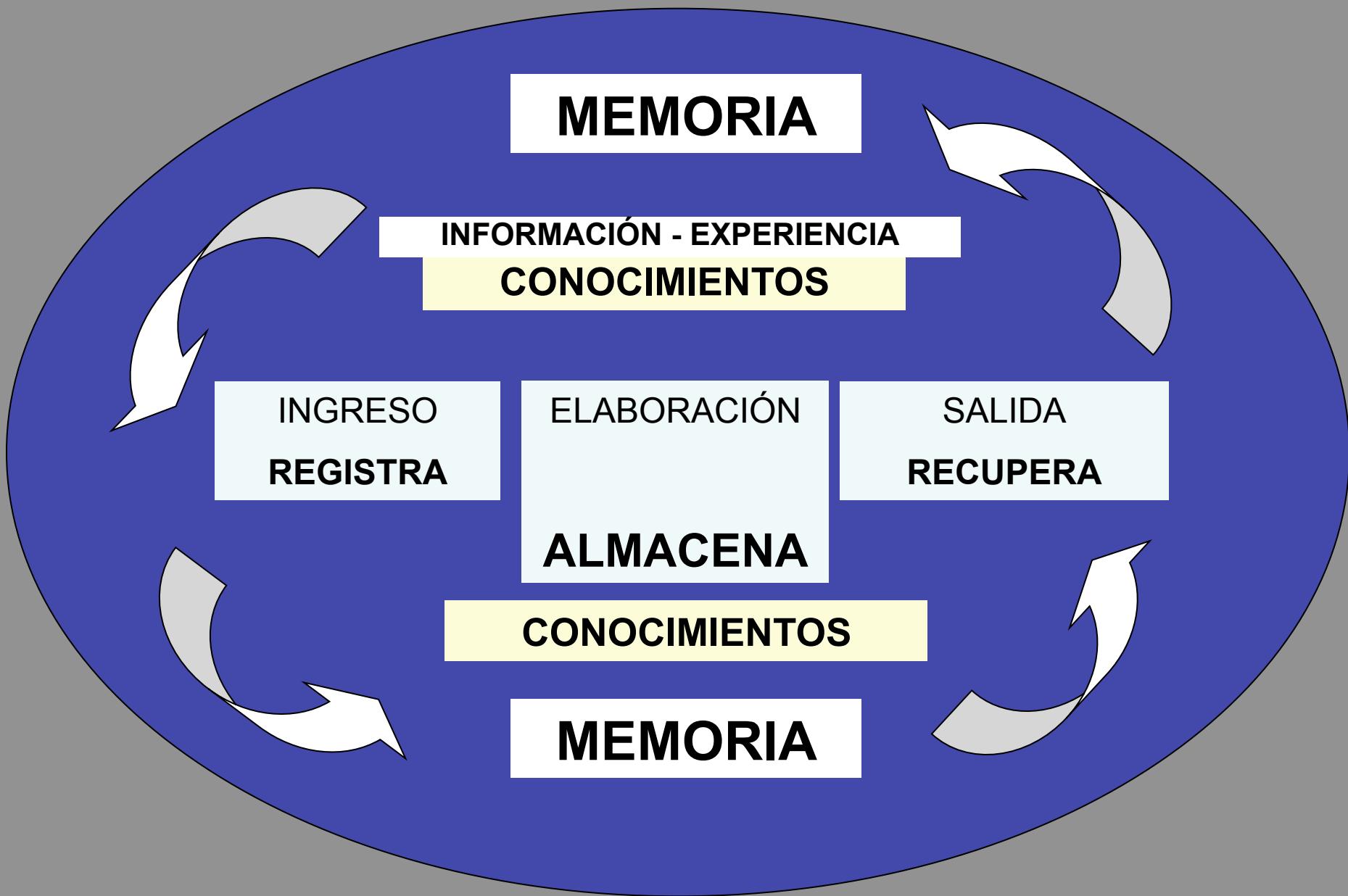
**Función:**

- 1° Registrar**
- 2° Almacenar**
- 3° Recuperar**



**Información  
Experiencia**

# MEMORIA Y APRENDIZAJE



## **MEMORIAS MULTIPLES**

**No existe un único tipo de memoria**

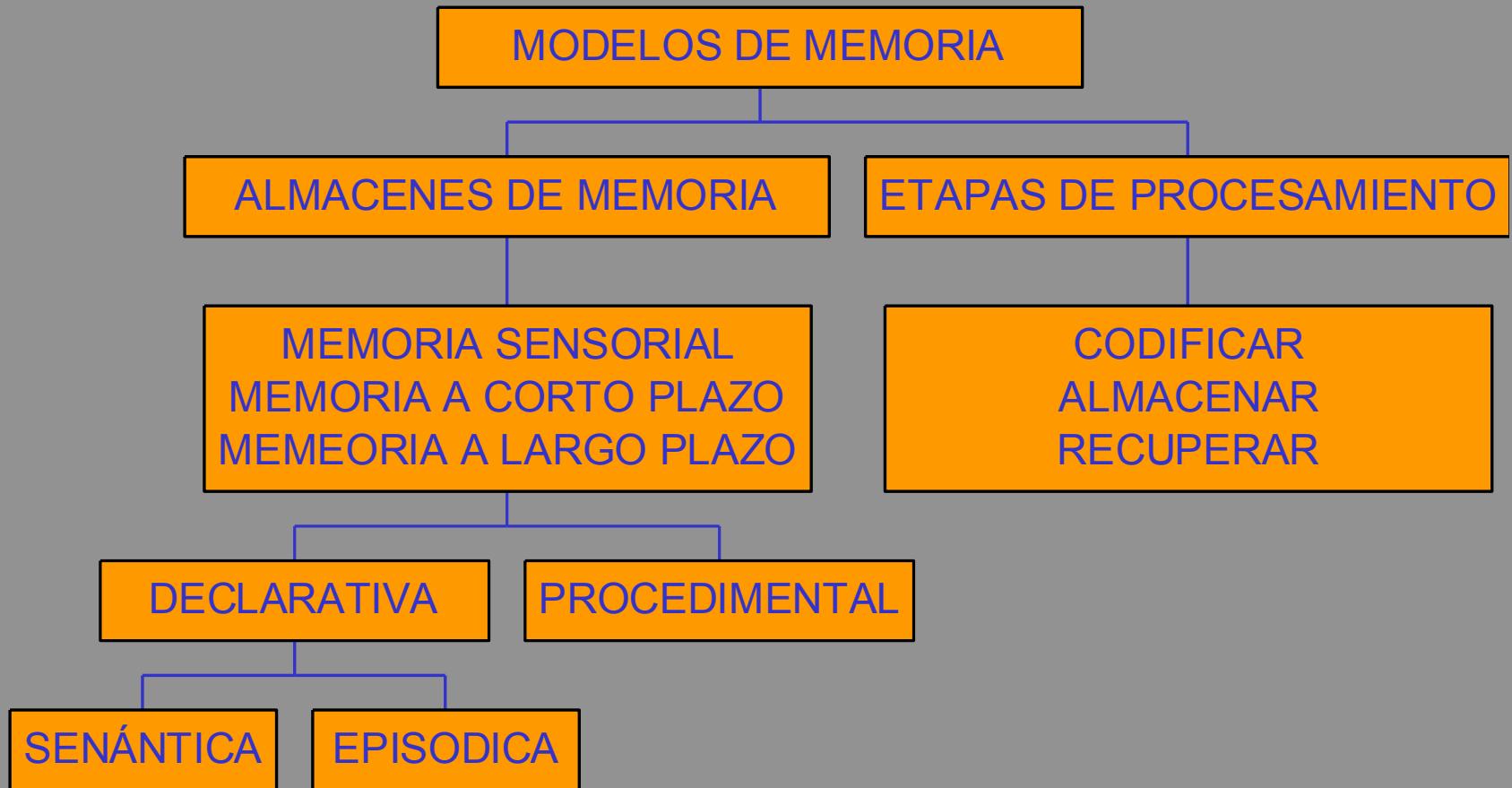
- **Memoria Sensorial**
- **Memoria a Corto Plazo,  
Funcional o de Trabajo**
- **Memoria a Largo Plazo**

# ATENCIÓN:

La atención es una función simple, dependiente de circuitos fronto- subcorticales, que se puede desglosar en tres variantes aún más concretas:

- - Atención focalizada o selectiva: capacidad de orientar el aparato psíquico hacia estímulos concretos en función de procesos motivacionales y del grado de activación cerebral.
- - Atención sostenida: capacidad de mantener la atención fijada a un estímulo o una actividad hasta la consecución de una finalidad.
- - Atención alternante: capacidad de mantener con flexibilidad la atención fija en dos estímulos simultáneos o que se alternan).

# ¿Cómo se puede explicar la memoria?



# Memoria Sensorial

- Dato sensorial
  - Percepción
  - Atención
  - Copia milisegundos
- ↓
- **Registro sensorial**
  - Implícito (inconsciente)
  - Explícito (consciente)



# **Memoria a Corto Plazo**

## **Funcional o de Trabajo**

- Utiliza el registro sensorial (datos) para trabajar
- Breve período de tiempo: minutos
- Utiliza registro verbal
- visual y espacial



- **Imagen o representación mental**



# Memoria a Largo Plazo

- Aporta los datos (representaciones mentales) para trabajo intelectual  
↓
- Operaciones mentales complejas (relaciones y significados)
- **Almacena conocimiento y experiencia**  
Dura de minutos a años.

- **M. Semántica**  
Conocimientos generales
- **M. Episódica**  
Datos y experiencias personales.
- **M. Procesal**  
Modos de hacer algo

# Memoria a Largo Plazo



La flor blanca que vemos tiene por nombre “Marimonia”. Su textura es suave y frágil y sus colores pueden ser variados. Recuerdo haber observado un jardín repleto de ellas durante un viaje con mi familia.

La mujer que las cuidaba, de nombre María, ella debió haber tenido mi misma edad, sin embargo parecía mayor por su rostro curtido y sus manos curtidas de tanto trabajar el jardín....

La delicadeza y blancura de esta flor se asemejan a mi felicidad de aquella época. Por ello cada domingo, al recibir a mis nietos es imprescindible un ramo de Marimonias en la mesa.

# Fases de la Memoria

# y Fases del Acto mental

- **REGISTRO**

Percepción

Atención

- **ALMACENAMIENTO  
RETENCIÓN**

Organización Asociación  
Visualización Repetición

- **RECUPERACIÓN**

Referencias

Contexto



## INGRESO

Focalizar atención  
Discriminar datos relevantes  
Controlar impulsividad

## ELABORACIÓN

Comparar  
Clasificar  
Nombrar

## SALIDA

Controlar ansiedad  
Re-pensar

# Factores en el fallo de Memoria

- **Físicos**

- Patologías
- Medicamentos
- Herencia

- **Psicológicos**

- Cognitivos
- Afectivos

- Competencias
- Motivación
- Estado afectivo

- **Contextuales**

- Complejidad de datos
- Alcance de datos

# **Los fallos más frecuentes**

- ¿Cómo se llamaba ...?
- ¿A qué/ por qué venía ...?
- ¡No fuí, se me olvidó...!
- ¿Dónde lo habré dejado...?
- ¿Qué era lo que tenía que comprar...?
- ¿Qué número era ...?
- ¿Tomé ya la medicación...?

# **El olvido**

Pérdida de la información entre la MCP y la MLP

- **Falta de uso de estrategias para asegurar la consolidación**
- **Uso de estrategias inadecuadas.**
- **Problemas de Atención**
- **Bloqueos emocionales**

# **El olvido: Fracaso para recuperar información de la MLP**

- Desuso
- Interferencia
- Olvido motivado
- Olvido dependiente de señales

# Principios: ideas importantes

- Cuál es la función de la memoria
- Cuántos tipos de memoria
- Qué etapas usamos para pensar
- Porqué se produce el olvido
- Cómo influye el interés y la afectividad en la memoria.
- Qué puedo hacer yo para mejorarla