

LA MEMORIA

Base de Datos
Enciclopedia mental

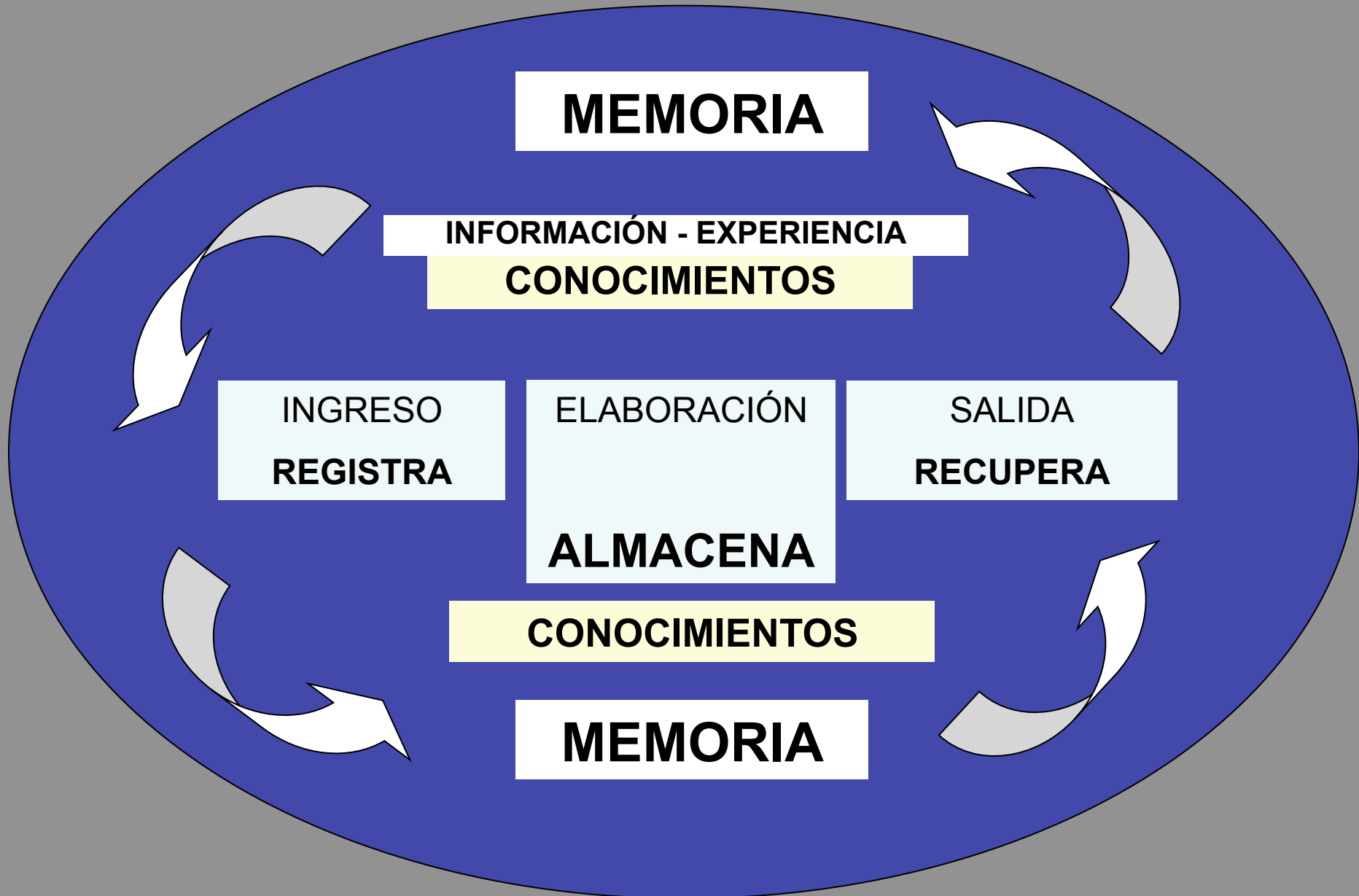
Función:

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



Información
Experiencia

MEMORIA Y APRENDIZAJE



MEMORIAS MÚLTIPLES

No existe un único tipo de memoria

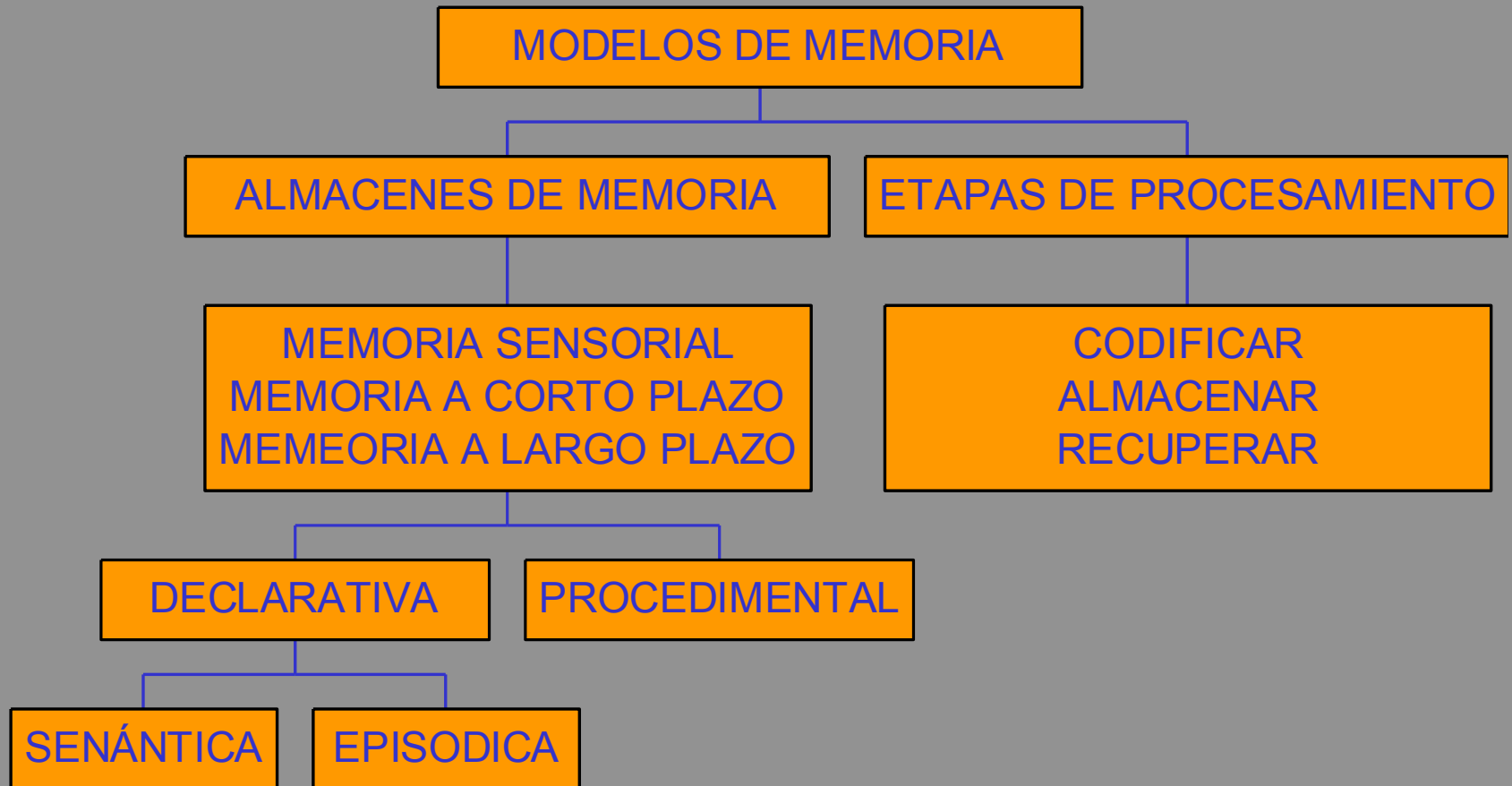
- **Memoria Sensorial**
- **Memoria a Corto Plazo,
Funcional o de Trabajo**
- **Memoria a Largo Plazo**

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**