



**Mi Universidad**

**CUADRO SIPNOTICO**

Nombre del Alumno: Dulce Del Carmen Reyes  
Aguilar

Nombre del tema: Aprendizaje y La Memoria

Nombre de la Materia: Aprendizaje y la memoria

Nombre del profesor: Liliana Villega López

Nombre de la Licenciatura: psicología

Cuatrimestre 4

# APRENDIZAJE Y MEMORIA

La memoria es un espacio de almacenamiento temporal que guarda los datos y los programas que utiliza el procesador.

## Tipos de memoria

### Memoria sensoria

### Memoria a corto plazo

- Memoria sensorial
- Memoria verbal
- Memoria a Corto Plazo

- Memoria reciente
- Memoria remota
- Memoria reciente
- Memoria demorada
- Memoria a Largo Plazo

La memoria es el almacenamiento inicial y momentáneo de la información que dura tan solo un instante.

ejemplo: Cuando estando en clase escuchamos un ruido sin poder reconocerlo o identificar.

Retienen durante un periodo de tiempo breve, no superior a 30\_40 segundos.

Tipos: memoria de trabajo

# APRENDIZAJE Y MEMORIA

La memoria es un espacio de almacenamiento temporal que guarda los datos y los programas que utiliza el procesador.

## Memoria a largo plazo

codificar y retiene la información durante un periodo de tiempo mas extenso.

TIPOS:  
Memoria episódicas  
Memoria semántica  
Memoria procedimental

## Memoria implícita

Es un tipo de memoria en la que las experiencias previas facilitan el recuerdo de la información almacenada pero sin tener conciencia de esas experiencia previas.

EJEMPLO:  
amnesicos y la facilitacion de las primeras letras de una palabra para recordar una lista

## Memoria Explícita

Supone el recuerdo consiste e intencional de experiencias previas que hemos almacenado.

utilizamos este sistema al recordar una fecha, una cita, la información para un examen, etc.

## APRENDIZAJE Y MEMORIA

La memoria es un espacio de almacenamiento temporal que guarda los datos y los programas que utiliza el procesador.

### Memoria semántica

La memoria semántica es necesaria tanto para la producción y comprensión del lenguaje como para una correcta interacción con el mundo extraverbal, de la que un ejemplo es el uso de objetos de uso común.

- ☒ Modelos de red (TLC, redes semánticas).  
Modelos de características.
- ☒ Modelos de asociación (SAM).
- ☒ Modelos estadísticos (LSA).

### Fases de la memoria

Cuando la información entra en nuestro sistema de memoria (desde la entrada sensorial), debe cambiarse a una forma que el sistema pueda manejar, de modo que pueda almacenarse, piensa en esto como algo similar a cambiar tu dinero en una moneda diferente cuando viaja de un país a otro

ejemplo, una palabra que se ve (en un libro) puede almacenarse si se cambia (codifica) en un sonido o un significado (es decir, procesamiento semántico).

### El papel de la memoria en el aprendizaje

Sabemos que la memoria tiene un papel fundamental en la vida, refleja el pasado como pasado y ofrece la posibilidad de reutilizar todas las experiencias pasadas y presentes, así como ayuda a garantizar la continuidad entre lo que fue y lo que iba a ser.

- Codificación:** Transformación de información en una forma que puede almacenarse en la memoria.
- **Almacenamiento:** Mantenimiento de la información codificada en la memoria.
- **Recuperar:** Volver a acceder a la información del pasado que ha sido codificado y almacenada

# APRENDIZAJE Y MEMORIA

La memoria es un espacio de almacenamiento temporal que guarda los datos y los programas que utiliza el procesador.

Factores que influyen positivamente a la memoria.

**EMOCIONES POSITIVAS**  
**PRACTICAR Y ASOCIAR**  
**NEMOTECNIA**  
**DORMIR BIEN**

Factores que influyen negativamente a la memoria.

Otras causas de la pérdida de la memoria incluyen: Consumo de alcohol o uso de medicamentos con receta médica o sustancias ilícitas. Infecciones del cerebro tales como la enfermedad de Lyme, sífilis o VIH/sida. Abuso de medicamentos tales, como los barbitúricos o los hipnóticos.

Enfermedades que afectan a la memoria.

- Enfermedad de Alzheimer.
- Demencia vascular.
- Demencia por cuerpos de Lewy.
- Demencia frontotemporal.
- Parálisis supranuclear progresiva.
- Hidrocefalia normotensiva.
- Enfermedad de Creutzfeldt-Jakob

Cómo mejorar la memoria

Aunque no existen garantías cuando se trata de prevenir la pérdida de memoria o la demencia, ciertas actividades pueden ayudar. Considera siete simples formas de mejorarla y aprende cuándo buscar ayuda por la pérdida de memoria.

Permanece activo mentalmente.  
Haz actividades sociales con regularidad.  
Organízate.  
Duerme bien.  
Come una dieta saludable.  
Incluye actividad física en tu rutina.  
Controla las enfermedades crónicas

# MEMORIA

## NEUROPSICOLOGÍA DE LA MEMORIA

Los neuropsicólogos investigan los mecanismos que convierten la actividad bioquímica de las neuronas en experiencias subjetivas, emociones, recuerdos y pensamientos. Por eso “cartografían” el cerebro con técnicas que permiten visualizar la actividad cerebral de las personas mientras piensan o recuerdan.



A NEUROPSICOLOGÍA NOS APORTA NUEVOS CONOCIMIENTOS: LA MEMORIA TIENE DIFERENTES NIVELES PARA PROCESAR LA INFORMACIÓN. LA MLP (MEMORIA A LARGO PLAZO) ESTÁ REPRESENTADA EN MÚLTIPLES REGIONES DEL CEREBRO Y LA MEMORIA IMPLÍCITA Y LA MEMORIA EXPLÍCITA DEPENDEN DE DISTINTOS CIRCUITOS NEURONALES.

## PROCESOS BÁSICOS DE LA MEMORIA

Los seres humanos construimos y renovamos nuestra representación del mundo a partir de tres procesos cognitivos fundamentales: la percepción, el aprendizaje y la memoria. El aprendizaje consiste en adquirir conocimientos sobre el mundo a través de la experiencia, y la memoria es la retención y evocación de esos conocimientos.



LA MEMORIA TIENE TRES FUNCIONES BÁSICAS: RECOGE NUEVA INFORMACIÓN, ORGANIZA LA INFORMACIÓN PARA QUE TENGA UN SIGNIFICADO Y LA RECURRE CUANDO NECESITA RECORDAR ALGO.

EL RECUERDO DE ROSTROS, DATOS, HECHOS O CONOCIMIENTOS CONSTA DE TRES ETAPAS: CODIFICACIÓN, ALMACENAMIENTO Y RECUPERACIÓN.

CODIFICACIÓN  
ALMACENAMIENTO  
RECUPERACIÓN

## ESTRUCTURA Y FUNCIONAMIENTO DE LA MEMORIA

*Los psicólogos tratan de explicar cómo la memoria, que es una función cerebral superior, registra los sucesos como recuerdos y cómo asociamos unos recuerdos con otros. Richard Atkinson y Richard Shiffrin desarrollaron la teoría multialmacén de la memoria, y reconocieron tres sistemas de memoria que se comunican e interactúan entre s*



## EJEMPLO

LA NEUROCIENCIA, SE ENTIENDE COMO EL PROCESO MEDIANTE EL CUAL LAS EXPERIENCIAS GENERAN MODIFICACIONES EN EL SISTEMA NERVIOSO DEL INDIVIDUO Y, CONSECUENTEMENTE, MODIFICAN SUS FORMAS DE CONOCER Y DE COMPORTARSE

EL INDIVIDUO, A PARTIR DE SUS EXPERIENCIAS DE INTERACCIÓN, AVANZA EN SU DESARROLLO. DICHAS EXPERIENCIAS INTERVIENEN DECISIVAMENTE EN SUS FUTURAS FORMAS DE RESPUESTA, SE FORTALECEN DETERMINADAS CONEXIONES SINÁPTICAS Y SE CREAN OTRAS NUEVAS.

# MEMORIA

## DISTINTAS MEMORIAS A LARGO PLAZO

La memoria a largo plazo es la persistencia del aprendizaje a través del tiempo. Los conocimientos organizados en nuestra memoria nos permiten ordenar y dar sentido a la realidad, y al mismo tiempo predecir qué es lo que va a suceder.



LA MEMORIA DECLARATIVA O EXPLÍCITA ES AQUELLA CUYO CONTENIDO PODEMOS EVOCAR, MIENTRAS QUE LA NO DECLARATIVA O IMPLÍCITA ES AQUELLA CUYO CONTENIDO NO PODEMOS EVOCAR. VEAMOS SU NATURALEZA Y LAS SUBDIVISIONES QUE CONTIENEN.

## NIVELES DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Los almacenes de memoria postulados por Atkinson y Shiffrin se concebían como estructuras unitarias, cada una con funciones bien diferenciadas, en tanto que constituían eslabones de la cadena de procesamiento humano de la información.



CONSIDERAN QUE LA MEMORIA ES UNA, Y NO UN SIMPLE ALMACÉN PASIVO, Y QUE LA FORMA EN QUE SE PROCESA LA INFORMACIÓN INFLUYE SOBRE EL RECUERDO POSTERIOR

ES DECIR, QUE LA CALIDAD DE LO RECORDADO, DEPENDERÁ DE CÓMO SE HAYA PROCESADO LA INFORMACIÓN EN EL MOMENTO DE LA CODIFICACIÓN

## RECUPERACIÓN DE LA INFORMACIÓN

*Recordar: es extraer información de la memoria de algo que hemos aprendido o vivido.*

*Los recursos no son copias exactas de informaciones o experiencias, sino que la memoria los reelabora en el momento de la recuperación. Conocer es siempre recordar, pero no lo que fuimos o supimos, sino lo que somos y sabemos ahora*



LA MEMORIA DEPENDE DEL CONTEXTO. EL OLVIDO ES LA IMPOSIBILIDAD DE ACCEDER A LOS CONTENIDOS DE LA MEMORIA, MÁS QUE LA DESTRUCCIÓN DEL RECUERDO. LA RECUPERACIÓN DE UN RECUERDO ES MÁS FÁCIL SI ACONTECE EN EL MISMO CONTEXTO DONDE OCURRIÓ EL APRENDIZAJE.

# MEMORIA

## EL OLVIDO

El olvido es la incapacidad de recordar nombres, fechas, hechos o conocimientos. Se produce por una saturación de información o fallos en la recuperación, aunque recordar todo sería tan terrible como no recordar nada.



TODO LO QUE ALGUNA VEZ ESTUVO EN LA MEMORIA Y YA NO ESTÁ CONSTITUYE EL OLVIDO Y, AUNQUE PAREZCA PARADÓJICO, LA BUENA SALUD DE LA MEMORIA DEPENDE DEL OLVIDO.

EL OLVIDO ES TAN IMPORTANTE COMO LA MEMORIA: RECORDAR TODAS Y CADA UNA DE NUESTRAS ACCIONES DURANTE TODOS LOS DÍAS SUPONDRÍA ALMACENAR MUCHOS DATOS INÚTILES.

## COMO MEJORAR LA MEMORIA

Memorizar es una tarea difícil y las técnicas de memoria no la hacen más sencilla, sino más efectiva. Es una habilidad aprendida que requiere esfuerzo. Para mejorar la memoria existen algunos principios generales y algunas reglas mnemotécnicas.



ATENCIÓN: ES UN PROCESO SELECTIVO DE LA MEMORIA POR EL QUE ATENDEMOS A LOS ESTÍMULOS MÁS IMPORTANTES E IGNORAMOS LOS IRRELEVANTES.

SENTIDO: LA MEMORIA MECÁNICA CONSISTE EN RECORDAR UNA INFORMACIÓN REPITIÉNDOLA VARIAS VECES, OTORGARLE SENTIDO, FACILITA EL APRENDI

O ORGANIZACIÓN: LA INFORMACIÓN DEBE ESTAR ORGANIZADA PARA RECORDARLA MEJOR. U

## MEMORIA COLECTIVA

*La memoria colectiva es uno de los signos de la identidad grupal. Es el conjunto de recuerdos de un grupo o comunidad, que se transmiten de generación en generación. Es una fuente de enseñanzas y origina cambios sustanciales en la memoria individual; gracias a ella cada persona consolida sus recuerdos colectivos.*



LA MEMORIA COLECTIVA ES UNA CORRIENTE DE PENSAMIENTO CONTINUO, NATURAL Y LIGADA A LA VIDA DE UN GRUPO. MIENTRAS QUE LA HISTORIA ES UNA CORRIENTE DE PENSAMIENTO ARTIFICIAL QUE OBEDECE A UNA ESQUEMATIZACIÓN DE CORTE DIDÁCTICO.

LA MEMORIA COLECTIVA SE SITÚA DENTRO DEL GRUPO, MIENTRAS QUE LA HISTORIA SE UBICA FUERA DE ÉL.

# MEMORIA

## ALTERACIONES Y DISTORSIONES DE LA MEMORIA

Algunos trastornos son leves como la prosopagnosia (incapacidad para recordar rostros) y el fenómeno déjà vu (sensación de haber vivido ya algo). Otros son fallos graves y permanentes como las amnesias, hipermnesias y paramnesias.



**AMNESIA ANTERÓGRADA O DE FIJACIÓN:** ES LA INCAPACIDAD PARA ADQUIRIR NUEVA INFORMACIÓN Y RECORDAR LOS SUCESOS DESPUÉS DE UNA LESIÓN CEREBRAL O UN DESORDEN DEGENERATIVO, COMO LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER.

**AMNESIA RETRÓGRADA:** ES LA INCAPACIDAD DE RECORDAR EL PASADO, LOS ACONTECIMIENTOS QUE HAN OCURRIDO ANTES DE LA LESIÓN CEREBRAL.

## SUEÑO, APRENDIZAJE Y MEMORIA

El sueño, el aprendizaje y la memoria son fenómenos complejos que no se entienden completamente. Sin embargo, estudios en animales y humanos sugieren que la cantidad y calidad del sueño tienen un profundo impacto en el aprendizaje y la memoria.



LA INVESTIGACIÓN SUGIERE QUE EL SUEÑO JUEGA UN PAPEL IMPORTANTE EN LA MEMORIA, TANTO ANTES COMO DESPUÉS DE APRENDER ALGO NUEVO.

LA FALTA DE SUEÑO ADECUADO AFECTA EL ESTADO DE ÁNIMO, LA MOTIVACIÓN, EL JUICIO Y NUESTRA PERCEPCIÓN DE LOS ACONTECIMIENTOS.