

UNIVERSIDAD  
DEL SURESTE

TIPOS DE MEMORIA



MEMORIA Y APRENDIZAJE | ESTRELLA BELEN  
JIMENEZ VAZQUEZ

## Tipos de memoria

### Memoria sensorial

De escasa duración, registra la información a través de los sentidos. Procesa gran cantidad de estímulos, que permanecen el tiempo necesario para su selección e identificación para su posterior procesamiento.

### Memoria a corto plazo

También conocida como operativa o de trabajo. Su capacidad es limitada, pudiendo retener pocos elementos durante un breve período de tiempo. Este tipo se descompone en cuatro partes.

- **Agenda visoespacial.** Se encarga del mantenimiento activo de información (imágenes). Tendría lugar, por ejemplo, en el aprendizaje de una ruta.
- **Almacén episódico.** Es un sistema especializado en integrar información que proviene de diversas fuentes. De este modo,

### Memoria a largo plazo

Es la que más tiempo nos permite retener la información. Dentro de esta distinguimos entre dos tipos.

Memoria explícita

Memoria semántica

Memoria episódica

Memoria implícita

### ¿Cómo trabajar la memoria?

En ocasiones se nos olvidan determinadas cosas como el nombre de una persona o el lugar donde hemos dejado el móvil. Muchas veces se tratan de meros despistes, pero si la frecuencia de estos hechos aumenta puede ser síntoma de un deterioro cognitivo. Afortunadamente, podemos mejorar el funcionamiento de nuestra memoria a través del entrenamiento. **Si se ejercita de manera frecuente, es posible potenciarla e incluso prevenir su deterioro**

## Tipos de memoria

### Memoria implícita

La que no necesita un esfuerzo consciente para recuperar la información. Por ejemplo, atarnos los zapatos.

### Memoria explícita o declarativa

La que sí necesita dicho esfuerzo consciente. Por ejemplo, recordar la respuesta de una pregunta de examen o recordar un número de teléfono.

### Memoria retrospectiva

Es la que utilizamos cuando nos retrotraemos al pasado para recordar algo que ya sucedió, por ejemplo, a qué restaurante fuimos el fin de semana pasado.

### Memoria prospectiva

Cuando necesitamos anticiparnos al futuro para obtener información sobre algo que ocurrirá. Por ejemplo, qué día tenemos visita con el dentista.

Antes de terminar, hay que dejar claro que **los diferentes tipos de memoria están relacionados entre sí y se solapan**. Por ejemplo, la memoria episódica es un tipo de memoria a largo plazo; la memoria biográfica necesita de la memoria semántica para valerse de palabras o conceptos que acaben de darle sentido, etc.

## La memoria en el proceso del aprendizaje

### Importancia de la memoria y su relación con el aprendizaje

La memoria es la capacidad para retener y recuperar la información posteriormente, mientras que el aprendizaje es la adquisición de conocimientos, actitudes y valores y se ve reflejado en un cambio de comportamiento. Ambos **trabajan de la mano** logrando que lo que el niño aprenda sea almacenado en el cerebro. Es por ello que podemos afirmar que **la memoria es esencial en el aprendizaje**

### ¿hasta qué punto se debe usar un método únicamente basado en ella?

Es recomendable saber qué tipo de memoria requiere cada información que se necesita aprender. A continuación, les compartimos algunos tipos.

### Tipos de memoria

- **Sensorial:** guarda y recupera la información adquirida por medio de los sentidos.
- **Auditiva:** guarda y recupera información que escucharon.
- **Visual:** guarda y recupera información que vieron.
- **Kinestésica:** guarda y recupera información que vivieron motrizmente.
- **Mecánica:** es repetir hasta que se aprendan algo.

Cuando se busca que el niño logre un aprendizaje, no se trata únicamente de que el niño memorice. Como ya se vio, esta capacidad es muy importante en este proceso, pero se requiere que se logre una **verdadera comprensión de la información** y que ésta sea relevante. Por esta razón, existen situaciones en las que se deben aplicar distintos tipos de memoria para aprender ciertas cosas como la ortografía o ciertos principios que se describen a continuación.

## La memoria en el proceso del aprendizaje

### Tipos de memoria

- **Memoria comprensiva:** el niño comprende el significado de lo que aprendió. Logra hacer una relación entre el todo y no sólo entre las palabras.
- **Memoria a corto plazo:** capacidad de recordar cierta información durante un periodo corto de tiempo (entre 15 y 30 segundos). También es limitada en cuando al número de temas que puede recordar (7 unidades de información).
- **Memoria a largo plazo:** la información que almacena generalmente está inactiva, pero cuando las demandas ambientales lo requieren se puede recuperar, por ejemplo “¿Quién descubrió América?”, o fechas de cumpleaños, capitales, nombres, etc.
- **Memoria episódica:** almacena eventos de experiencias personales en cuanto a tiempo y lugar.
- **Memoria semántica:** sobre todo es un almacén de significado de palabras y conocimientos generales sobre el mundo físico.

### Recomendaciones para padres

- Presentar a los niños dos objetos parecidos y pedirles que los nombren y digan sus diferencias.
- Colocar objetos frente al niño. Pedirle que los recuerde, después desordenarlos y pedir que diga el orden en el que estaban antes.
  - Pedir al niño que dibuje cómo está acomodado su cuarto.
  - Pedirles que escriban un diario.

### Referencias:

- Gómez, L.F. (2011). El papel de la memoria en el aprendizaje. ENTRENEMOS: Entrena tu memoria. Recuperado el 14 de septiembre del 2018 en: <http://entrememos.com/el-papel-de-la-memoria-en-el-aprendizaje>
- Lavilla, L. (2011). La memoria en el proceso de enseñanza/aprendizaje. Dialnet, Pedagogía Magna, (11), 311-319. Recuperado en: <file:///C:/Users/alex/Documentos/ideas%20o%20interesante/Dialnet-LaMemoriaEnElProcesoDeEnsenanzaaprendizaje->