



Nombre de alumno: Diana
Lizeth Francisco Salazar

Nombre del profesor:
Johan Daniel Arguello
Guillen

Nombre del trabajo: Mapa
mental

Materia: Aprendizaje y
memoria

Grado: 4 cuatrimestre

Grupo: A

FACTORES QUE INFLUYEN EN LA MEMORIA

- Atención y concentración.
- Emociones y estrés.
- Sueño y descanso.
- Repetición y práctica (aprendizaje).

TIPOS DE MEMORIA

Sensorial (Captadas por los sentidos)

Corto plazo (retiene información por 20 a 30 segundos)

Largo plazo (almacena información duradera)

ETAPAS DEL PROCESO

Codificar:
Transformación de la información en un formato comprensible

Almacenar: Codificación almacenada a largo plazo

Recuperar: Accede a la información almacenada

MEMORIA

TRANSTORNOS DE LA MEMORIA

- **Amnesia:** pérdida parcial o total de recuerdos.
- **Alzheimer:** deterioro progresivo de la memoria.
- **Déficit por trauma** o daño cerebral.

ESTRATEGIAS PARA MEJORAR LA MEMORIA

- **Mnemotecnias.**
- **Organización de información** (resúmenes, esquemas).
- **Ejercicio físico y mental.**
- **Alimentación adecuada.**

SUBTIPO DE MEMORIA A LARGO PLAZO

- **Explícita (declarativa):**
 - **Memoria episódica:** eventos personales.
 - **Memoria semántica:** hechos y conocimientos.
- **Implícita (no declarativa):**
 - **Habilidades y hábitos** (procedimental).
 - **Asociaciones condicionadas.**