

17,5 (Dezinte, cinco)

Rui Rau

29.1.2012

Velos

(+18)

= 19,3

(Dezasseis, três) Velos

Ticha de Grupo 10º 8 - Memória

1. A memória torna-se imprescindível como sustentáculo das aprendizagens. A memória é, portanto, o suporte essencial de todos os processos de aprendizagem, permitindo ao ser vivo manter um sistema de referências relativas à sua experiência vivida. No caso do homem, a memória é o factor básico da capacidade de reconhecer a sua identidade como pessoa, ou seja, a memória é um processo de recordar conteúdos aprendidos que foram armazenados para ser utilizados em momentos posteriores.

O conceito de aprendizagem como mudança sistemática da conduta supõe implicitamente a memória como condição de conservação da resposta aprendida. Sem memória, as aprendizagens teriam de estar constantemente a ser realizadas, o que equivaleria a dizer que estávamos sempre no ponto zero. Não ter memória seria o mesmo que não ter aprendido nada.

Foi durante muito tempo associada apenas à conservação do passado, mas considera-se hoje que está subjacente a todas as funções psíquicas e comportamentais. A memória dá-nos o sentimento da identidade pessoal, permitindo-nos realizar múltiplas tarefas no quotidiano (memória do saber-fazer).

A Noção de memória é o processo cognitivo que envolve as seguintes fases:

- Aquisição / codificação - entrada da informação e formatação da mesma num determinado código.
- Retenção / armazenamento - registo da codificação no sistema mental no qual é armazenada e conservada de forma mais ou menos permanente para posterior utilização. (Retenção de informação)
- Recuperação - a recordação propriamente dita, que consiste na extração de um traço mnésico, de entre todos os que foram armazenados.

Os conceitos de codificação, armazenamento e recuperação são processos básicos do modelo de memória inspirado na cibernetica, designada genericamente por modelo de processamento da informação. De acordo com este modelo podemos considerar a existência de três tipos de memória: memória sensorial, memória a curto prazo e memória a longo prazo. *Bonito! (25)*

2. Os inputs ou informações sensoriais provenientes dos estímulos são armazenados por um curíssimo espaço de tempo, cerca de 0,25 de segundo na memória sensorial. Esta memória desdobra-se numa série de registos. Como, por exemplo, a memória visual, a memória auditiva, etc... A visual permite-nos percepcionar o movimento contínuo numa tela de cinema, quando o que de facto está a ser projectado é uma sucessão de imagens fixas. A memória auditiva permite-nos compreender o que ouvimos. O discurso é também uma sucessão de palavras soltas que só fazem sentido pela recordação das palavras anteriores. Há tantos registos sensoriais quanto os sentidos: icónico, no caso da visão; elóico, no caso auditivo, táctil, olfativo, etc..

As informações são retidas num depósito sensorial, onde permanecem, por muito pouco tempo, como dados brutos, isto é, sem qualquer tratamento ou análise. Se não se lhes prestar atenção, as informações perdem-se. Prestando-lhes atenção, os dados codificam-se, e são transferidos para um outro depósito: a memória a curto prazo.

(25) Boa sorte!

3. A memória a curto prazo é a área mais iluminada da nossa mente. É considerada como o centro da consciência, na medida em que é nela que se encontram os pensamentos, as informações e as experiências que em certo e determinado momento estamos a utilizar. A sua função é armazenar temporariamente a informação. Esta permanece nela por um período maior do que na memória sensorial, mas, mesmo assim, não ultrapassa escassos minutos. As lembranças só estão disponíveis durante o tempo necessário para as podermos utilizar.

Tem também uma capacidade limite de armazenamento, codificado apenas cerca de oito itens. Esta capacidade pode ser aumentada se os itens forem associados em grupos. Assim, é difícil reter a curto prazo o número de telemóvel. Contudo é impossível retê-lo se for lido por agrupamentos.

É a memória a curto prazo que utilizamos quando, por exemplo, para marcar consulta no dentista, vamos à lista telefónica ver

qual é o número. Retemo-lo, repetimo-lo mentalmente e —
marcamo-lo no aparelho. Mas, se o telefone estiver ocupado —
e tentarmos a ligação uns minutos depois, é provável que já —
saibamos o número de cor, pelo que, de novo, temos que —
consultar a lista. Se houver repetição da informação, o conteúdo —
da memória a curto prazo manter-se-á por mais tempo. —
Todavia, se surgirem interferências, os elementos desterioram-se —
e desaparecem. Cabe a esta memória o papel de seleccionar —
e enviar os conteúdos significativos para a memória a longo —
prazo, com vista a um registo mais duradouro. *Bon appetit!*
(25)

4 O sistema de memória a longo prazo confere-nos a —
capacidade de recordar uma quantidade substancial de —
informação durante períodos bastante longos: horas, dias, —
semanas, anos e, em alguns casos, para sempre. É —
nela que se encontram armazenados os materiais provenientes —
da aprendizagem que foram sujeitos à codificação na —
memória a curto prazo. Diversos psicólogos têm-se dedicado —
ao estudo dos códigos da memória das imagens visuais —
e auditivas, associados à linguagem. Parece terem —
chegado à conclusão de que há uma grande flexibilidade —
na codificação dos materiais. Tanto podemos codificar —
em termos de imagens como em termos verbais, ou —
ambos. Quando se trata de material verbal, é —
essencialmente retido pelo seu significado. Estamos —
continuamente a recuperar informação da memória a longo —
prazo, sendo a recordação um processo gerido pela memória —
a curto prazo. Às vezes, a tarefa é fácil e automática —
como por exemplo, dizer o nome da mãe, do pai ou —
a morada. Outras vezes, recuperar as lembranças torna-se —
mais difícil, dependendo de condições fisiológicas como —
o estado de saúde ou o grau de cansaço. Outras —
vezes, sem razão aparente, a pessoa não consegue —
lembra-se, surgindo então os casos a que os psicólogos —
chamam ponta da língua. É o que se passa quando não —
conseguimos recuperar o nome de uma pessoa que

temos a certeza de saber e nos sentimos na iminência de não o relembrar. Boa sorte!

(25)

- ⑧ Segundo Freud, o processo de esquecer é selectivo, na medida em que não esquecemos tudo, mas aquilo que inconscientemente nos interessa esquecer.
- Freud chamou ~~recalcamento~~ ou repressão à tendência que os indivíduos possuem de evitar inconscientemente a recordação de situações e impressões penosas, como, por exemplo, dor, medo, ansiedade ou angústia.
- As recordações incomodativas são afastadas, reprimidas, não podendo aparecer na zona iluminada da consciência, pelo que a pessoa não é capaz de voluntariamente as evocar. As interpretações de Freud apresentam-se como opiniões bastante plausíveis para explicar factos da vida corrente, como, por exemplo, esquecermos de ir à consulta marcada no dentista, de comparecer a um encontro com amigos maçados, ou a uma reunião de trabalho marcada para horas inconvenientes. Esquecemos muito do que aprendemos e, em muitos casos, com bastante rapidez. Mas nem sempre o esquecimento é algo de negativo. Há uma dimensão positiva no esquecimento, na medida em que desempenha uma insubstituível função selectiva. O psiquismo necessita de fazer uma depuração de materiais, dudo que, se muitos deles não fossem eliminados antes de se adquirirem outros novos provocar-se-iam perturbações graves, podendo a memória tornar-se incapaz de fazer a gestão normal das informações. É pelo esquecimento que nos libertamos do peso de informações sem interesse e mantemos o espírito disponível, aberto a outras aprendizagens.

Acertado! (25)

6. Os factores que explicam o esquecimento são:

- Desaparecimento e alteração do traço mnésico - desaparecimento do traço fisiológico registado no cérebro (engrama) devido à passagem do tempo.
- Deformação dos conteúdos retidos, devido à atribuição de significados inexatos, devido às fantasias que temos, ...
- Motivação inconsciente - é o processo de esquecer selectivamente não esquecemos tudo, mas apenas aquilo que inconscientemente nos interessa esquecer, é o caso do recalamento
- Também existem várias doenças que explicam o nosso esquecimento, como por exemplo, o Alzheimer que é, segundo critérios histopatológicos, a presença de placas senis e de degenerescência neurofibrilar ao nível do córtex cerebral; Sendo um doença degenerativa, a sua frequência aumenta com a idade. A variedade clínica da afecção, pelo menos no início, é grande, se bem que a amnésia constitua o traço dominante. Branstrator! 25

7) Geralmente, distinguem-se duas formas de interferências: a inibição proactiva e a inibição retroactiva.

A inibição proactiva corresponde à influência negativa que a aprendizagem anterior tem sobre a recordação de uma nova informação. Se aprendermos dois tipos de tarefas - A e depois B-, a natureza de A pode influenciar a recordação de B. Se, por exemplo, uma pessoa perder o cartão multibanco e depois receber um novo, o código do cartão perdido pode influenciar, interferir, na recordação do novo código.

Por sua vez, a inibição retroactiva corresponde ao efeito negativo que a informação nova tem sobre a anterior: a tarefa B inibe a recordação da tarefa A. Neste caso, o processo de interferência aumenta com o exercício. Retomemos o exemplo anterior: depois de uma pessoa usar o cartão várias vezes com o novo código, tem dificuldade em recordar o código anterior. Lout! 25

⑤ Podemos definir esquecimento como a incapacidade de recordar, de recuperar dados, informações, experiências que foram memorizados. Esta incapacidade pode ser provisória ou definitiva. Geralmente, associa-se ao termo esquecimento um valor negativo, sendo, muitas vezes, considerado uma falha, uma patologia da memória. Contudo, o esquecimento é essencial, é a própria condição da memória: é porque esquecemos que continuamos a reter informações adquiridas e experiências vividas. Seria impossível conservar todos os materiais que armazenamos, tendo o esquecimento a função de seleccionar para podermos adquirir novas conteúdos. O esquecimento tem, assim, uma função selectiva e adaptativa: afasta a informação que não é útil e necessária. Afasta também ~~informações~~ verus ~~mais a~~ ~~frente~~, os conteúdos conflituosos. O esquecimento não é uma doença da memória, pelo contrário, é porque esquecemos que continuamos a reter, afastando materiais que não são úteis ou necessários.

No entanto, existem doenças que podem afectar partes cerebrais, que se referem à memória, como é o caso do hipocampo. Uma dessas doenças pode ser o Alzheimer. Alzheimer (Ab. Suci)

Ouvir activa em várias fases da vida adulta e em certas circunstâncias da vida quotidiana. A actividade onírica é inerente, tal como foi proposito por Sigmund Freud, que pôs a base da psicanálise, ...

- O mestre Alvaro Alzheimer fundou o nome a doença
- Pode ser ter incluir um breve desvio de doença, pelo menos, ter nalguns momentos o seu nome...
- Talvez devido a uma doença neurológica que conseguiu de um adulto ou idoso que herdeu muitas suas reacções com a praga de Alzheimer