

## CUESTIONES TEMA 6

**Parte 1. Marca la opción correcta.****1. La información es retenida en la MCP:**

- a) De 15 a 20 segundos.
- b) Un minuto.
- c) El tiempo que se quiera.

**2. Tenemos un conocimiento general y abstracto del mundo gracias a la memoria:**

- a) Episódica.
- b) Procedimental.
- c) Semántica.

**3. El almacenamiento de información obtenida por el sentido del oído es elaborado por la memoria:**

- a) Icónica.
- b) Ecoica.
- c) Semántica.

**4. Herman Ebbinghaus propuso para estudiar la memoria:**

- a) Pequeños fragmentos literarios.
- b) Palabras.
- c) Sílabas sin sentido (por ejemplo: *zik, dag, toc*).

**5. ¿De qué estructura de la memoria es característico retener la información de manera consciente?**

- a) Memoria a corto plazo.
- b) Memoria a largo plazo.
- c) Memoria sensorial.

**6. La incapacidad para recuperar del almacén de la MLP información ocurrida antes del suceso que provocó la amnesia, se denomina:**

- a) Amnesia anterógrada.
- b) Amnesia retrógrada.
- c) Amnesia posterógrada.

**7. Los recuerdos de los testigos de un accidente ante un tribunal:**

- a) Son precisos.
- b) No se mezclan con la información que los testigos adquieren después del accidente.
- c) Son notablemente imprecisos.

**8. Para los psicólogos cognitivos, aprender supone:**

- a) Memorizar y almacenar en la MLP los conceptos que después aplicaremos en una tarea.
- b) Establecer relaciones significativas entre los viejos contenidos aprendidos y los nuevos.
- c) Tener un buen rendimiento en una tarea práctica.

**9. ¿Qué fenómeno es un ejemplo de fallo en la recuperación?**

- a) Olvido motivado.
- b) Huella de memoria.
- c) Representación inexacta de la información inicial.

**10. Una de las causas del olvido es la represión, cuyo origen es:**

- a) La pérdida involuntaria de imágenes icónicas.
- b) La intención del sujeto de rechazar sucesos, que si recordara le producirían angustia.
- c) La pérdida voluntaria de los recuerdos agradables.

**11. Los recuerdos que influyen en la conducta o en el pensamiento, sin hacerse conscientes pertenecen a:**

- a) La memoria implícita.  
 b) La memoria semántica.  
 c) La memoria explícita.
- 12. El proceso por el que detectamos los estímulos importantes e ignoramos los estímulos irrelevantes se denomina:**  
 a) Codificación.  
 b) Evocación.  
 c) Atención.
- 13. ¿Aproximadamente cuánto tiempo permanece el material en la memoria iconográfica (*icón*, significa 'imagen')?**  
 a) Cinco segundos.  
 b) Quince segundos.  
 c) Un segundo.
- 14. Nuestro conocimiento general básico sobre cómo hacer las cosas es un producto de:**  
 a) La memoria procedimental.  
 b) La memoria semántica.  
 c) La memoria episódica.
- 15. Los sistemas mnemotécnicos:**  
 a) Reducen el procesamiento de la información.  
 b) Son estrategias de ayuda a la memoria.  
 c) Utilizan imágenes oníricas.
- 16. ¿Qué respuesta ejemplifica la interferencia retroactiva?**  
 a) Después de recibir un nuevo número telefónico el anterior puede interferir.  
 b) Aprender los nombres de los estudiantes nuevos interfiere con el recuerdo de una profesora respecto a los nombres que aprendió en clases anteriores.  
 c) Encontrar difícil ser maquinista de tren porque de pequeño no te regalaron un tren eléctrico.
- 17. Entre las estrategias para mejorar la memoria podemos destacar:**  
 a) Localizar físicamente las cosas que se quieren recordar.  
 b) Usar reglas mnemotécnicas.  
 c) Las respuestas anteriores son verdaderas.
- 18. Una de las principales diferencias entre la MCP y la MLP es:**  
 a) La MCP no tiene límites y la MLP está muy limitada.  
 b) La MLP no tiene límites, al menos que sean conocidos, mientras que la MCP está muy limitada.  
 c) No hay grandes diferencias.
- 19. La memoria episódica tiene:**  
 a) Una organización espacial y temporal y retiene eventos.  
 b) Una organización conceptual y retiene conocimientos.  
 c) Una organización que retiene ilusiones.
- 20. Algunos estudiantes se quedan en blanco durante la realización de un examen a causa de:**  
 a) Estrés y ansiedad.  
 b) Emociones negativas.  
 c) Las respuestas anteriores son verdaderas.

**Parte 2. ¿Verdadero o falso?**

- 1.** La memoria es la reserva del saber acumulado y la persistencia del aprendizaje a lo largo del tiempo.

2. La función de la memoria es codificar, registrar y recuperar la información que sirve para la adaptación del individuo al ambiente.
3. La memoria sensorial registra mucho tiempo los estímulos que percibimos a través de los sentidos.
4. Según Ebbinghaus y Tulving, la memoria humana es un sistema estructurado por tres subsistemas: memoria sensorial (MS), memoria a corto plazo (MCP) y memoria a largo plazo (MLP).
5. Existe una zona cerebral donde reside la memoria que nos permite almacenar y recuperar los recuerdos.
6. La teoría cognitiva de la memoria advierte que nuestra memoria no graba la información que nos llega, sino que construimos nuestros recuerdos.
7. Recordar una cara vista hace dos años, es un ejemplo de memoria ecoica.
8. La memoria a corto plazo sirve para retener la información que conservamos de forma permanente.
9. La memoria a largo plazo (MLP) se caracteriza por su gran capacidad y duración, como demuestran las personas mayores que recuerdan acontecimientos de su infancia.
10. La tarea de Brown-Peterson se utiliza para investigar la memoria a largo plazo.
11. La memoria episódica no permite que recordemos experiencias de la juventud.
12. Los falsos recuerdos pueden sentirse como verdaderos ya que la mente humana puede inventar acontecimientos que jamás han ocurrido y archivarlos como reales.
13. La memoria implícita consiste en la recuperación no intencional e inconsciente de la experiencia adquirida.
14. La memoria semántica guarda los conocimientos de cómo conducir una bicicleta.
15. Craik y Lockhart consideran que solo existe un tipo de memoria y la retención depende del nivel de procesamiento del material. El procesamiento profundo produce mejor retención.
16. Los recuerdos episódicos son inmunes al olvido.
17. Los pacientes con el síndrome de Korsakoff muestran lagunas de la memoria que intentan llenar mediante la fabulación.
18. Freud descubrió que los recuerdos desagradables se olvidan porque son dolorosos para el sujeto.
19. La memoria es un sistema como el corazón o los pulmones, por eso podemos realizar ejercicios físicos para mejorarla.
20. El recuerdo aumenta si el material que debemos memorizar lo organizamos jerárquicamente.
21. La memoria forma la identidad, tanto de los individuos como de los grupos.
22. La interferencia proactiva se produce cuando un aprendizaje reciente interfiere en el recuerdo de la información pasada.
23. La amnesia o pérdida de la memoria es un trastorno neurológico causado por una enfermedad, un accidente o las drogas.
24. La amnesia retrógrada es la incapacidad para formar nuevos recuerdos después del traumatismo o de una lesión cerebral.
25. Cuando los recuerdos se han formado en circunstancias de catástrofe, miedo o riesgo de la propia vida dejan una huella mnésica difícil de eliminar.

**Parte 3. Cuestionario final**

1. ¿Por qué la memoria es un proceso cognitivo básico?
2. ¿Existe una memoria o varios sistemas de memoria?
3. ¿Cuáles son las diferencias entre la memoria sensorial, memoria a corto plazo (MCP) y memoria a largo plazo (MLP)?
4. Explica las diferencias entre la memoria declarativa (explícita) y la memoria no declarativa (implícita)
5. Compara el modelo estructural de la memoria de Atkinson y Shiffrin con la perspectiva de los niveles de procesamiento.
6. ¿Qué relación existe entre memoria y aprendizaje?
7. ¿Qué es el olvido y por qué olvidamos? ¿Qué sucedería si no pudiéramos olvidar?
8. Explica las características de la amnesia retrógrada y la amnesia anterógrada.
9. ¿En qué consiste la enfermedad de Alzheimer? ¿Cuáles son los primeros síntomas?
10. ¿Qué daños producen en la memoria las lesiones en la corteza cerebral?
11. ¿Cuáles son los "pecados de la memoria" según Daniel Schacter?
12. Describe los principales tipos de paramnesias.

**Solución****Parte 1. Marca la opción correcta**

1a, 2c, 3b, 4c, 5a, 6b, 7c, 8b, 9a, 10b, 11a, 12c, 13c, 14a, 15b, 16b, 17c, 18b, 19a, 20c.

**Parte 2. ¿Verdadero o falso?**

1v, 2v, 3f, 4f, 5f, 6v, 7f, 8f, 9v, 10f, 11f, 12v, 13v, 14f, 15v, 16f, 17v, 18v, 19f, 20v, 21v, 22f, 23v, 24f, 25v.

**Parte 3. Cuestionario final**

1. ¿Por qué la memoria es un proceso cognitivo básico?

La memoria es la capacidad de adquirir y guardar información, desde detalles de la vida cotidiana hasta complejas abstracciones matemáticas o filosóficas. Los seres humanos construimos y renovamos nuestra representación del mundo gracias a dos procesos cognitivos básicos como la percepción y la memoria.

Los psicólogos se preguntan ¿para qué sirve la memoria? ¿Por qué algunos recuerdos son imborrables? ¿Qué funciones cumple la memoria en la mente humana? La memoria es el proceso cognitivo fundamental para adquirir un aprendizaje, y es la base de la inteligencia y de nuestra identidad.

La psicología cognitiva investiga sobre la memoria, cómo la mente humana es capaz de adquirir conocimientos, retenerlos durante un tiempo, y utilizarlos para guiar nuestras acciones.

La memoria no es igual que un disco duro donde guardamos los recuerdos tal y como sucedieron. Si fuera así, nuestra capacidad de recuerdo se vería desbordada y no sería útil ni adaptativa. La memoria elimina lo que quiere y, sin embargo, guarda la tabla de multiplicar que aprendimos en la infancia.

Aunque con frecuencia es minusvalorada, la memoria es un proceso necesario para desarrollar el aprendizaje y el pensamiento y además todas nuestras acciones están guiadas por la memoria de experiencias pasadas.

## 2. ¿Existe una memoria o varios sistemas de memoria?

La memoria no es una entidad unitaria sino que existen varios sistemas de memoria que se distinguen por la información que procesan, las reglas de funcionamiento y los mecanismos cerebrales que los soportan. La memoria se puede definir como un conjunto de sistemas y procesos que consta de tres fases:

- Registro de la información.
- Retención de la información durante un tiempo.
- Recuerdo de la información para guiar nuestra conducta.

Sólo los seres humanos se interesan por su memoria. Con frecuencia nos preguntamos: ¿Son fiables los recuerdos de los niños? ¿es verdadera la declaración de este testigo en el juicio? ¿Cambia nuestra memoria con el tiempo? ¿Qué relación existe entre la memoria individual y la colectiva?

Hoy en día, sabemos que la memoria no es un almacén, ni una biblioteca, ni siquiera una capacidad indivisible. Es una facultad humana que conserva, pero que elabora, es una memoria creativa. La investigación científica de la memoria ha conseguido avances importantes, por ejemplo, distinguir numerosos sistemas de memoria que dependen de áreas específicas del cerebro.

## 3. ¿Cuáles son las diferencias entre la memoria sensorial, memoria a corto plazo (MCP) y memoria a largo plazo (MLP)?

La memoria es un proceso psicológico básico que nos permite conocernos a nosotros mismos y al mundo en el que vivimos. Atkinson y Shiffrin defienden la existencia de tres niveles en la memoria:

- a) Memoria sensorial. Los psicólogos utilizan este término para referirse al hecho de que la percepción de un objeto se mantiene durante un tiempo muy breve (hasta dos segundos) después de desaparecer los estímulos que la han producido.
- b) Memoria a corto plazo (MCP). Puede contener una cantidad limitada de información durante un tiempo breve (de 15 a 20 segundos), después dicha información se olvida rápido.
- c) Memoria a largo plazo (MLP). Posee una capacidad ilimitada (la cantidad de información que puede contener no está bien definida) y el recuerdo puede perdurar durante mucho tiempo (meses e incluso años). Se olvida lentamente.

## 4. Explica las diferencias entre la memoria declarativa (explícita) y la memoria no declarativa (implícita)

La memoria explícita contiene elementos aprendidos de forma consciente y recuperables (desde el preámbulo de la Constitución hasta el PIN del móvil), y la memoria implícita (memoria procedimental o memoria sin consciencia) guarda las capacidades o habilidades que se recuerdan de forma inconsciente. Ambos tipos de memoria se hallan separadas desde un punto de vista funcional y anatómico.

El hipocampo, en el lóbulo temporal, funciona como centro del aprendizaje consciente. Por el contrario, la adquisición de conocimientos no declarativos requiere de más áreas cerebrales: la amígdala, los ganglios basales, la corteza prefrontal, así como parte de la corteza parietal.

Atarse los cordones, conducir un vehículo o nadar son procesos que, una vez automatizados, ya no necesitan de un control consciente. Lo aprendido explícitamente también puede trasladarse a la memoria implícita. Esto sucede, sobre todo, en la coordinación de movimientos.

**5.** Compara el modelo estructural de la memoria de Atkinson y Shiffrin con la perspectiva de los niveles de procesamiento.

Atkinson y Shiffrin consideran que la memoria está compuesta por tres estructuras o almacenes independientes, cada uno con sus características propias (los registros sensoriales, la memoria a corto plazo y la memoria a largo plazo) y una serie de procesos activos de control (repaso, codificación, estrategias de recuperación, etc.).

En cambio, los teóricos de los niveles de procesamiento no están conformes con la idea de múltiples memorias. Plantean que la memoria es una y lo que existe son diferentes niveles de procesar la información: el nivel superficial (atiende a los rasgos sensoriales), el nivel fonológico o acústico (atiende a los rasgos acústicos) y el nivel profundo (atiende al significado). Cada uno de estos niveles de procesamiento deja una huella en la memoria. La huella del nivel profundo es más duradera porque se ha procesado con mayor esfuerzo mental.

**6.** ¿Qué relación existe entre memoria y aprendizaje?

La memoria es la huella que el aprendizaje deja en el cerebro, es la capacidad humana de adquirir información, almacenarla y volverla a recuperar cuando sea necesario. A veces, juega malas pasadas y se desvanece, pero hay técnicas para mejorarla

La memoria tiene un papel fundamental en el aprendizaje, gracias al cual adaptamos nuestra conducta al ambiente. Sin memoria, sería imposible recordar algo y, por tanto, no habría una evolución del lenguaje, ni comprensión de la realidad que vivimos.

Sin memoria todo sería nuevo, sorprendente e inexplicable. La memoria es la que nos aporta sentido de continuidad, permite reconocer el pasado y proyectar el futuro.

Por lo tanto, la memoria es producto del aprendizaje, y éste no puede permanecer en el tiempo sin memoria. Sin memoria no tendríamos normas o guías para regular nuestra conducta.

**7.** ¿Qué es el olvido y por qué olvidamos? ¿Qué sucedería si no pudiéramos olvidar?

El olvido consiste en la pérdida de información contenida en la memoria. Se produce por tres causas: a) la información se ha borrado del lugar donde estaba almacenada; b) puede ocurrir un fallo en la recuperación del material guardado, y c) se produce por una deficiencia en la codificación (interferencias).

Las interferencias se originan por la competencia entre las informaciones o experiencias del sujeto. Hay dos tipos:

- Interferencia proactiva: el aprendizaje de una materia interfiere con un aprendizaje posterior.
- Interferencia retroactiva: Cuando una información o experiencia interfiere con el recuerdo de una anterior.

Es cierto que si no pudiéramos olvidar millones de recuerdos inútiles estarían presentes en la mente, impidiéndonos pensar y atender al presente. Además, hay recuerdos dolorosos contra los que tenemos que defendernos con el olvido. Una persona que sufra "obsesiones" sabe muy bien lo que significa "no poder olvidar".

**8.** Explica las características de la amnesia retrógrada y la amnesia anterógrada.

La memoria es la capacidad de actualizar los hechos pasados, permite almacenar experiencias y recuerdos para evocarlos después. Cuando aparece la amnesia debido a una lesión cerebral se produce la incapacidad de aprender nueva información o de recordar información aprendida con anterioridad. Existen dos tipos de amnesia en relación con el tiempo:

- La amnesia retrógrada o de evocación es la incapacidad de recordar información ocurrida antes de la lesión. En la amnesia retrógrada, el afectado no recuerda su vida antes del suceso, aunque la MCP funciona y puede aprender nuevas habilidades.

- La amnesia anterógrada o de fijación se caracteriza por la incapacidad para fijar nueva información. Esta incapacidad para recordar después de una lesión cerebral, impide aprender nuevos conocimientos.

En la amnesia anterógrada, el paciente recuerda su pasado pero no logra aprender nada nuevo. Esto significa que las dos amnesias tienen distintas ramificaciones nerviosas y residen en diferentes sistemas del cerebro.

**9.** ¿En qué consiste la enfermedad de Alzheimer?

La enfermedad de Alzheimer es la causa más frecuente de demencia, y se define como un deterioro progresivo de tres funciones superiores: la memoria, el lenguaje y la orientación espacial y temporal. La prevalencia se incrementa con la edad y afecta al 5% de las personas de más de 65 años hasta alcanzar el 25% de la población de más 80 años.

Los primeros síntomas del Alzheimer son:

1. Pérdida de memoria: olvido de citas, de fechas, de encargos. Por ejemplo, ¿quién vino a verme ayer?
2. Repetición frecuente de preguntas: ¿qué hora es?
3. Colocación de las cosas fuera de lugar: encontrar las llaves de casa en el baño.
4. Dificultad para recordar el nombre de objetos usuales.
5. Pérdida del sentido de la orientación con respecto al tiempo y el lugar: ¿qué día es hoy?
6. Dificultades para realizar gestos simples y familiares.
7. Pérdida de interés por las actividades que antes disfrutaba.
8. Dificultades para realizar tareas fáciles.
9. Cambios bruscos de humor sin razón.
10. Dificultad para manejar objetos familiares: utilizar mal los cubiertos cuando come.

**10.** ¿Qué daños producen en la memoria las lesiones en la corteza cerebral?

Las lesiones en la corteza cerebral suelen afectar a la memoria, pero hay daños más localizados en determinadas áreas cerebrales, que desempeñan un papel clave en el almacenamiento de recuerdos. Veamos dos ejemplos.

En primer lugar, la enfermedad de Alzheimer es un proceso degenerativo que afecta a la corteza cerebral. Quienes la sufren pierden la memoria de modo gradual y con el tiempo pierden la MCP y la MLP. Estas personas pueden recordar sucesos lejanos de la infancia o

recordar alguna habilidad, como tocar un instrumento, pero son incapaces de asimilar nueva información.

Otro ejemplo de un daño más localizado es el que produce la encefalitis, una infección vírica en el cerebro. Esta enfermedad ataca a los lóbulos temporales y provoca la pérdida de la capacidad de adquirir nuevos recuerdos. Los afectados viven en el presente, conservan sus recuerdos anteriores, saben quiénes son y dónde están, pero no cómo llegaron allí y olvidan todo en pocos minutos.

Todo lo que hacemos depende de que podamos mantener el sentido de continuidad entre el pasado y el presente, así que la pérdida de MCP impide ser independiente.

### **11. ¿Cuáles son los “pecados de la memoria” según Daniel Schacter?**

Siempre nos parece asombrosa la importancia de la memoria cuando nos falla, no recordamos el nombre de una persona o nos olvidamos dónde dejamos las llaves. D. Schacter divide los pecados de la memoria en dos grupos: a) pecados de omisión (transcurso, distractibilidad y bloqueo) cuando somos incapaces de acordarnos de una idea o un suceso, y b) pecados de comisión (atribución errónea, sugestionabilidad, propensión y persistencia), ya que conservamos cierta memoria, pero es incorrecta.

Pecados de omisión:

a) Transcurso: tiene que ver con la fragilidad o pérdida de la memoria por el paso del tiempo. Recordamos lo que hemos hecho esta mañana, pero los recuerdos del mes pasado se desvanecen.

b) Distractibilidad: se origina cuando olvidamos una cita o dónde hemos dejado el móvil, porque estamos preocupados por asuntos que nos despistan.

c) Bloqueo: se produce cuando buscamos una información y no lo conseguimos, por ejemplo, nos encontramos con un amigo por la calle y no recordamos su nombre (el fenómeno de lo tengo en la punta de la lengua).

Pecados de comisión:

d) Atribución errónea: asignamos un recuerdo a una fuente equivocada, al confundir la fantasía con la realidad. Por ejemplo, recordar que un amigo nos ha contado una noticia cuando en realidad nos hemos enterado por el periódico.

e) Sugestionabilidad: es la tendencia del individuo a incorporar información engañosa procedente de fuentes externas - medios de comunicación- a los recuerdos personales. Es importante en el sistema judicial, donde se interroga a testigos oculares de un suceso y se intenta influir en ellos, para que lleguen a creer que pasó algo concreto.

f) Propensión: se refiere a la influencia de nuestros conocimientos y creencias actuales en la forma de recordar el pasado. En general, recordamos las experiencias según lo que ahora sabemos o creemos.

g) Persistencia: recordamos cosas que no podemos olvidar, como un accidente o un suceso traumático. La persistencia de sucesos traumáticos es una característica de las personas que sufren trastorno de estrés postraumático, como las víctimas de la guerra o las catástrofes naturales.



**12.** Describe los principales tipos de paramnesias.

La paramnesia es una alteración de la memoria por la que el sujeto cree recordar situaciones que no han ocurrido o modifica algunas circunstancias de aquellas que se han producido.

1. Alteraciones en el recuerdo:

- Confabulaciones: consiste en mezclar recuerdos falsos y verdaderos. El paciente relata hechos que no han sucedido, para compensar la pérdida de memoria cuando está intentando recordar algo.
  - Falsos recuerdos delirantes: el paciente manifiesta falsos recuerdos de tipo delirante (esquizofrenia).
  - Pseudología fantástica: es un relato inventado de experiencias que le han acontecido al sujeto (están bien tramadas y parecen verosímiles). A diferencia de la confabulación que es compensatoria, ésta es intencional, se intenta buscar a toda costa el aprecio del interlocutor.
  - Fenómeno "en la punta de la lengua": consiste en creer que lo que queremos recordar está almacenado en nuestra memoria, aunque no podamos acceder a dicho recuerdo.
  - Chequeo: es característico de las personas obsesivas que tratan de comprobar reiteradamente si han efectuado tareas rutinarias (cerrar la llave del gas).

2. Alteraciones en el reconocimiento:

- *Dejá Vú* ("ya visto"): consisten en la sensación de que lo que estamos experimentando en el presente (imágenes) ya lo hemos vivido alguna vez.
  - *Jamais Vú* (jamás visto): el sujeto sabe que ha experimentado antes el suceso, lo recuerda, pero no le resulta familiar.  
Es un caso de recuerdo sin reconocimiento.
  - Síndrome de Capgras o ilusión de sosias: el paciente no reconoce a sus amigos o a su cónyuge como tales sino que piensa que son dobles de dichas personas.