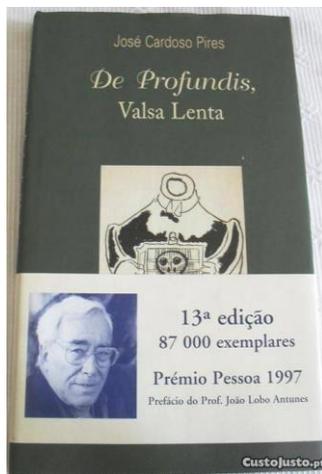


É preciso começar a perder a memória para perceber que é ela que faz a nossa vida. Uma vida sem memória não seria uma vida.

Luis Buñuel



De Profundis, Valsa Lenta

1.ª edição - Publicações Dom Quixote, Lisboa, Maio de 1997, com prefácio de Professor João Lobo Antunes

Todos os acontecimentos têm uma data e um local precisos. Este deu-se em "Janeiro de 1995, quinta-feira" (assim começa o relato), quando o José Cardoso Pires, ele mesmo, à mesa do pequeno-almoço, se começa a sentir mal e faz uma pergunta estranha à mulher - "*Como é que tu te chamas?*" - que lhe responde devolvendo-lhe a pergunta: "*Eu Edite. E tu?*". Resposta: "*Parece que é Cardoso Pires*".

Começava assim, no uso de indicadores linguísticos de alteridade, o "*é*" em vez de "*sou*", um processo que o levaria rapidamente à perda total da memória e, conseqüentemente, da identidade

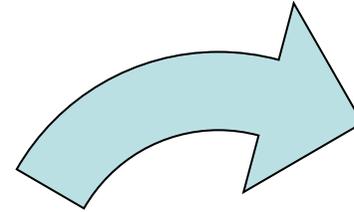
e de tudo aquilo que ela implica: a relação afetiva e intelectual com o mundo e com os outros, em suma, a razão e a paixão que comandam cada gesto e pensamento do ser falante.

Memória

[..\O T. C. É U. P. - Memória.mp4](#)

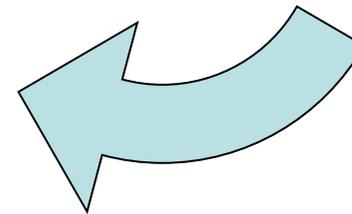
O que é?	Processo cognitivo de armazenamento e, posterior, recuperação de conteúdos, previamente, aprendidos
Relação com a	

aprendizagem



Aprendizagem

Memória



Importância

- Essencial às aprendizagens e ao desenvolvimento cognitivo.
- Essencial à nossa adaptação ao meio físico e social.
- Permite atribuir um significado às nossas experiências.
- Ao ligar o passado ao presente, dota-nos de um sentimento interior de continuidade essencial para desenvolvermos um sentimento de identidade pessoal.
- Projetar/imaginar o futuro

[O hipocampo, a memória e a identidade.mp4](#)

<h1>Fases</h1>	<h2>Receção e codificação</h2>	<p>Corresponde ao momento de entrada da informação no sistema mnésico e respetiva preparação (codificação) para o armazenamento.</p> <p>Codificação, corresponde à representação do material sob uma forma com a qual o sistema de armazenamento possa lidar</p> <p>Podemos codificar a informação de várias maneiras:</p> <ul style="list-style-type: none">• Pelo som: “rainha”• Pelo grafismo da palavra: R A I N H A• Pela imagem: • Pelo significado: feminino de rei - poderá corresponder diretamente à monarca, como a rainha soberana• Por associação com outras ideias: 
----------------	--------------------------------	---

		As várias memórias não codificam tudo da mesma maneira		
		Memória sensorial MS	Memória a curto prazo MCP	Memória a longo prazo MLP
		O material é codificado de modo paralelo à modalidade da experiência sensorial	1º Foneticamente (pelo som)	1º Semanticamente
			Iconicamente (imagem/aparência)	Foneticamente
		Visão Ícone	Audição Eco	Semanticamente (significado)
		0,20 seg.	1-4 seg.	<30 seg. / 1> se se prestar atenção
				Iconicamente (imagem/aparência)
				Dias, meses, anos, a duração da vida
		A atenção é um fator crucial para a entrada dos dados no sistema marcos meier fases da aprendizagem e memória.mp4.mp4		
	Armazenamento retenção	Processo pelo qual mantemos na memória a informação que foi adquirida e codificada		

Fatores envolvidos

- **Atenção (processamento da informação)**

- **Superficial: repetição simples**
- **Profundo: repetição elaborada**

- **Repetição**

- **Repetição simples:** processamento superficial e mecânico dos dados

(a ideia subjacente é **adquirir uma certa automaticidade** que nos possibilite o domínio de certas habilidades necessárias a vários desempenhos. Ex: aprender a tabuada, o alfabeto. etc)

Por vezes isto **pode acarretar consequências indesejáveis**. Pesquisa mostram que a **repetição sem intenção de aprender** produz poucos resultados (ex. lembrar a face de uma moeda de 1 cêntimo).

Quanto mais repetimos algo **mais automático** se torna e **menos atenção consciente** lhe prestamos

- **Repetição elaborativa:** processamento mais profundo e significativo dos dados

- Extrair o significado da nova informação

E

- Relacioná-lo com o máximo de informação já existente na memória

Por exemplo: estaciono o carro no lugar G47 (meu tio Gregório tem 47 anos)



- **Da complexidade e da quantidade da informação**
- **Da significação da informação**

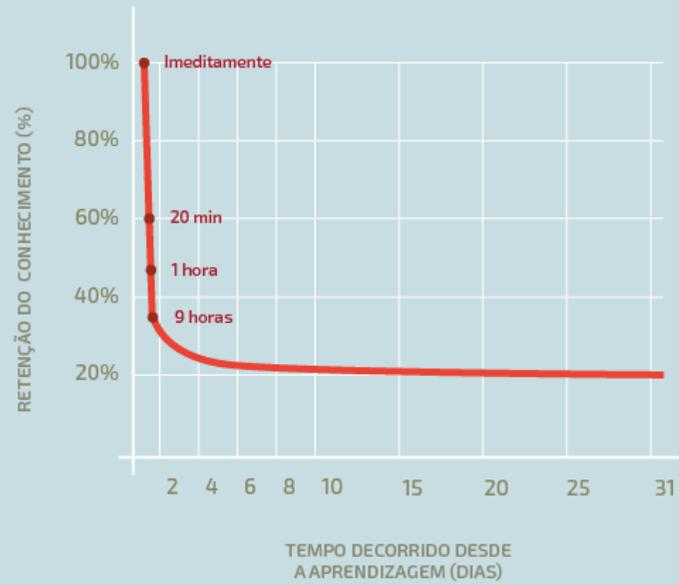
EFT	GYR	HJG	TER	MAR	IRA
TBF	SFT	LKJ	LUA	JFK	SOL

- **Novidade do material** (reaprende-se melhor do que aprender pela primeira vez. Por ex: para os alunos de ciências o tema da genética pode ser reaprendido mais facilmente que para os de humanidades)

		 <ul style="list-style-type: none">• Tempo disponível• Dormir bem Benefícios de uma boa noite de sono\The benefits of a good night's sleep - Shai Marcu.mp4
	Recuperação reactualização	<p>Evocação/recuperação do material adquirido e armazenado</p> <p>Depende de uma série de fatores:</p> <ul style="list-style-type: none">• Da atenção inicial e nível de processamento• Do tempo• Da seriação• Do modo como o codificámos e armazenámos.• Do contexto em que ocorreu a memorização.• De pistas apropriadas

Tempo

CURVA DE ESQUECIMENTO:



Posição serial

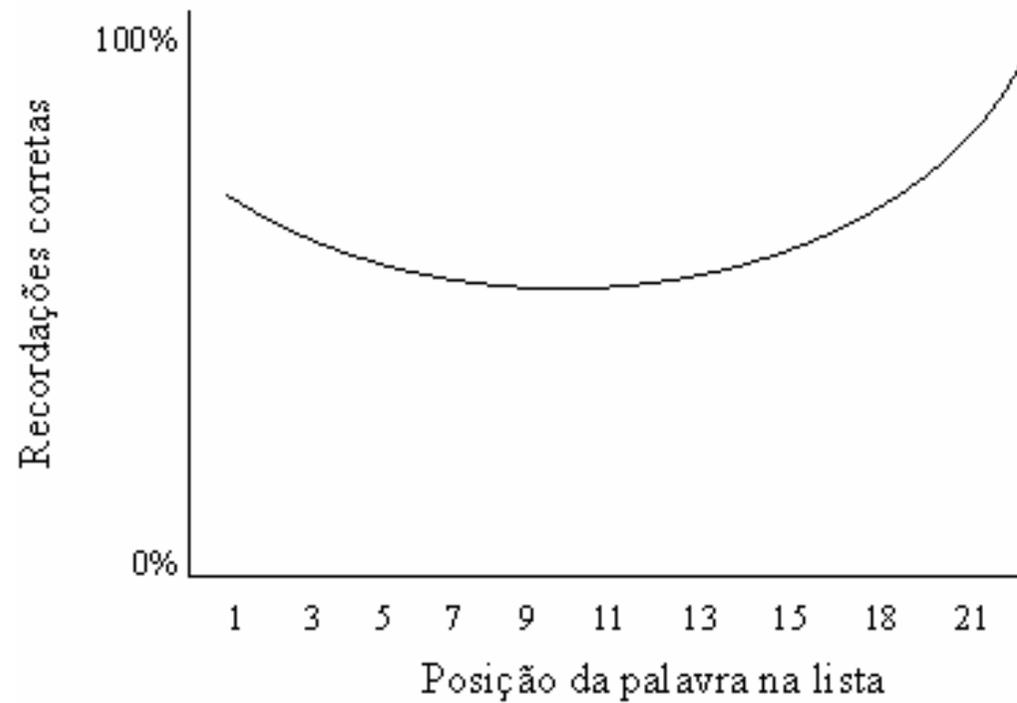


Figura 2: Curva teórica do efeito da posição serial. As primeiras e as últimas palavras de uma lista são recordadas com mais facilidade quando comparadas com as palavras do meio da lista.

**Do modo como
codificámos e
armazenámos**



**Do contexto
Externo e
interno**

Memória dependente do estado



Capacidade de se lembrar de informações também é afetada pelo estado fisiológico em que a pessoa se encontrava quando aprendeu tais informações



Quando fatores do ambiente que estavam presentes durante a aprendizagem se ausentam na

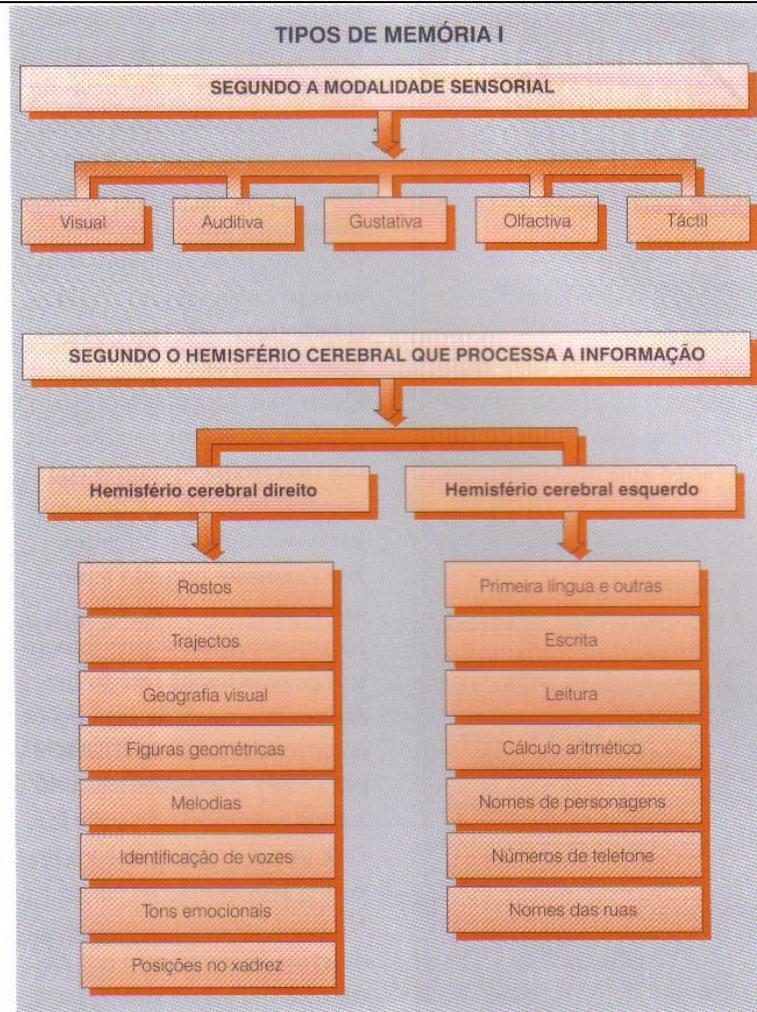
recuperação, pode haver esquecimento dependente do estado.

Isto está relacionado com o modo como codificámos o material armazenado

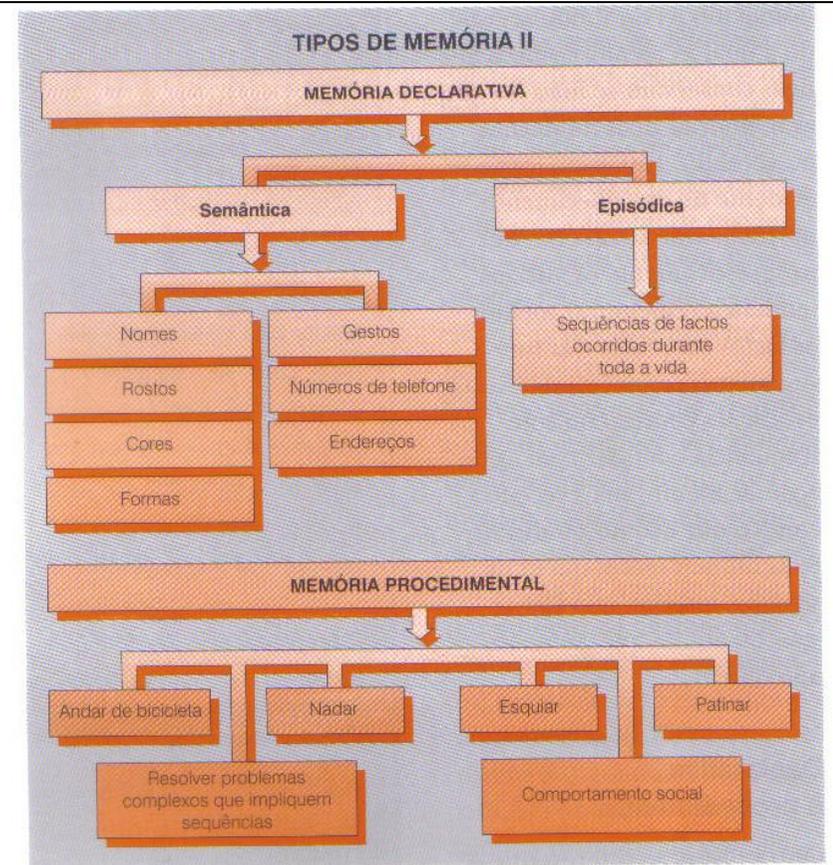
**Pistas
apropriadas**



Tipos de memória



VIAS DE ENTRADA. A informação chega até nós pelos sentidos. Depois, cada hemisfério cerebral encarrega-se de processar os diferentes tipos de informação.



UMA MEMÓRIA PARA CADA COISA. A memória declarativa refere-se a um conjunto de recordações facilmente evocáveis, aos factos ou dados que acedem directamente à consciência, como os nomes das pessoas, os seus rostos... Esta memória divide-se em episódica, que se refere à informação de um tempo e de um espaço concretos (por exemplo, o que comemos hoje), e semântica, que se refere ao conhecimento geral do mundo (como saber qual é a capital da França). A memória procedimental inclui os hábitos ou procedimentos, como nadar, conduzir...

CLASSIFICAÇÃO DA MEMÓRIA DE ACORDO COM A SUA DURAÇÃO

MEMÓRIA A CURTO PRAZO



A memória a curto prazo é como uma mão cheia de ovos; só consegue agarrar ao mesmo tempo um número limitado de elementos.

MEMÓRIA IMEDIATA

Forma de memória com fraca capacidade de armazenamento e de reduzida durabilidade. É um «armazém» de capacidade limitada (7 itens ou peças de informação) que consegue manter a informação captada (sem repetição) durante 20 a 30 segundos.

MEMÓRIA DE TRABALHO

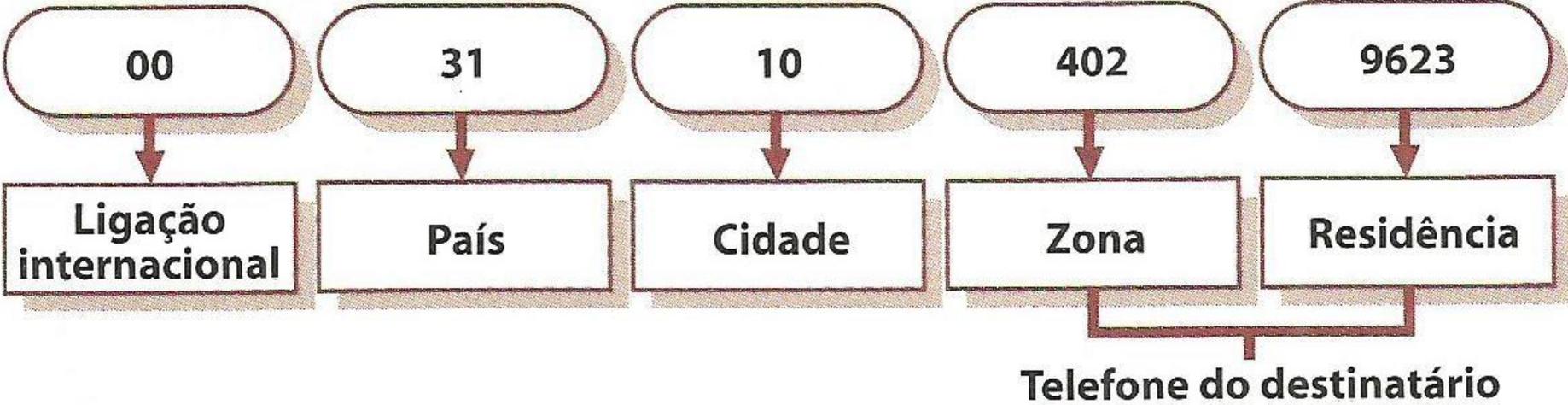
Forma de memória caracterizada por ser um espaço activo de trabalho onde a informação está acessível para uso temporário.

É com ela que trabalhamos sempre que conversamos, realizamos uma tarefa (a informação seleccionada para determinados efeitos pela memória de trabalho encontra-se na M.L.P.). Tal como uma secretária é uma área de trabalho onde utilizamos determinados materiais (caneta, caderno, livros, etc.), a memória de trabalho é a área onde se actualizam e são utilizados os conteúdos mnésicos necessários em dados momentos.

0031104029623

Tentem memorizar

crunching



MEMÓRIA A LONGO PRAZO

PROCEDIMENTAL

Memória de aptidões motoras. É o nosso conhecimento do modo como fazer as coisas. Forma-se pela prática e pela observação.

Exemplo: andar de bicicleta, tocar um instrumento musical, escrever à máquina.

DECLARATIVA

Memória de factos e de conhecimentos gerais.

SEMÂNTICA

Tipo de memória declarativa na qual se armazenam factos sem conteúdo autobiográfico, conhecimentos gerais (relações entre factos) tais como regras, conceitos, normas e leis.

Exemplo: saber qual a capital da Rússia, os nomes dos meses, fórmulas químicas, significados de palavras, regras gramaticais, estratégias para resolver problemas.

A memória semântica tem um conteúdo informativo mais geral e menos vivencial do que a memória episódica. A diferença essencial consiste no facto de a memória episódica estar ligada a momentos e lugares particulares, ao passo que a memória semântica abstrai dessa relação espaço-temporal.

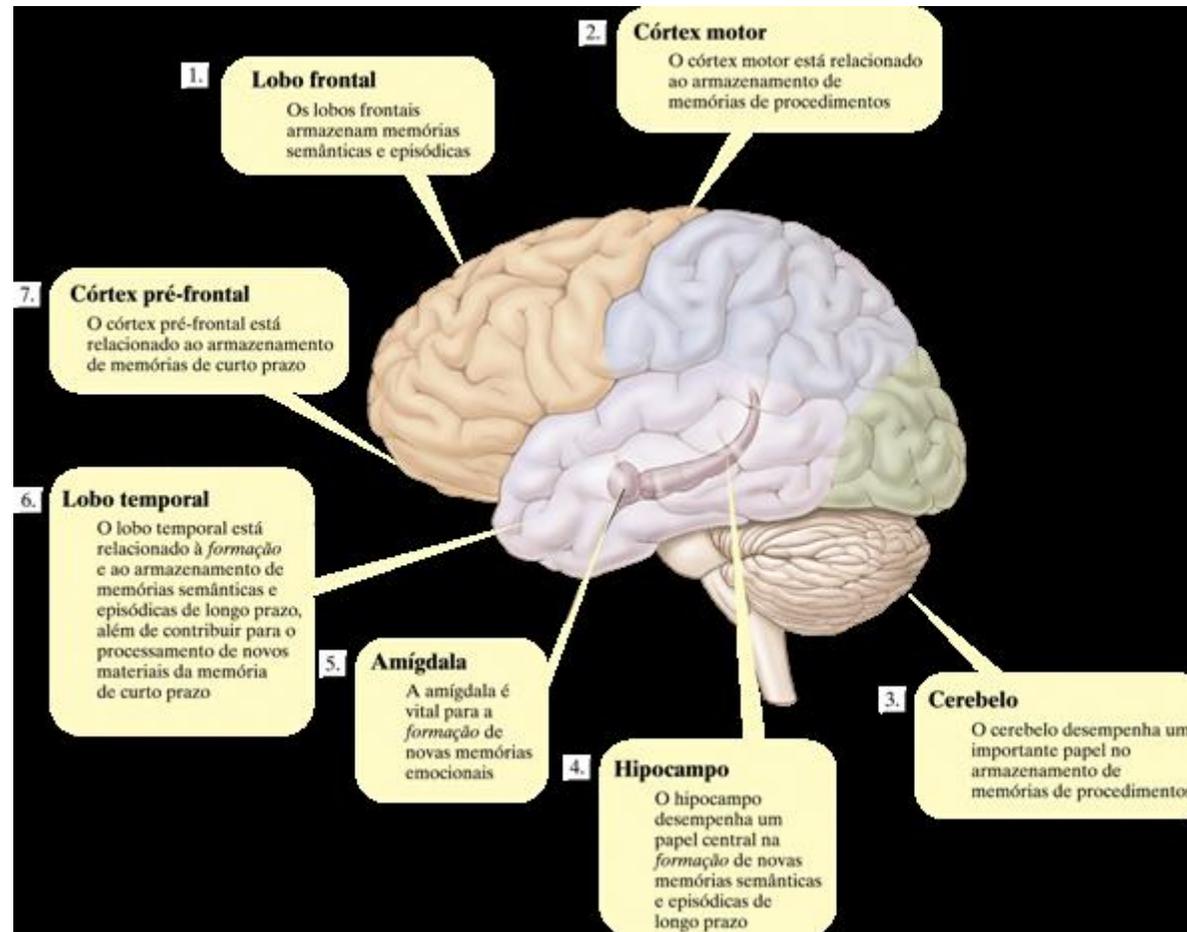
EPISÓDICA

Tipo de memória declarativa na qual se armazenam informações e factos de carácter essencialmente autobiográfico. É a memória dos acontecimentos da nossa vida.

Exemplo: o primeiro beijo, um determinado aniversário, uma viagem de férias, o nascimento de um filho, que filme vimos a semana passada, quando começámos a aprender a falar uma língua estrangeira, etc.

Permite-nos saber quando e onde um evento ou episódio das nossas vidas aconteceu.

Biologia da memória

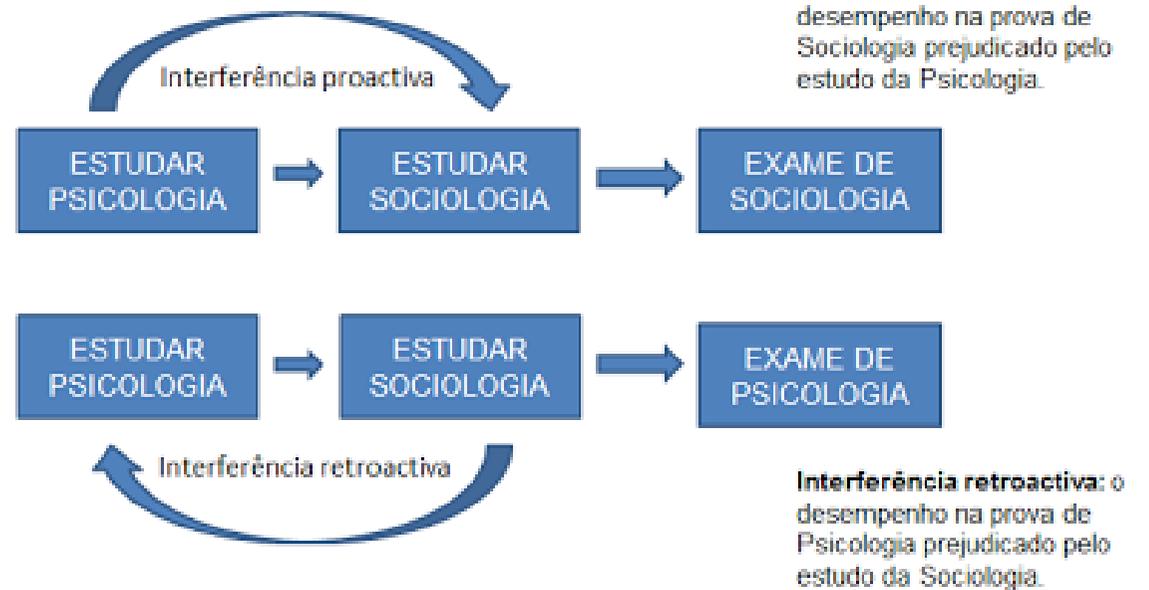


Esquecimento

[Esquecimento\El hombre con siete segundos de memoria I.wmv.mp4](#)

O que é?	Incapacidade de evocar o que foi anteriormente armazenado	
Tipos?	<ul style="list-style-type: none">• Antero-retrógrado: incapacidade em formar novas memórias (Alzheimer)• Retrógrado: Incapacidade de recordar antigas informações	
Causas?	<ul style="list-style-type: none">• Processo natural	<p>Seleção/depuração: não nos podemos lembrar de tudo, a memória fasta a informação que não é útil nem necessária, de modo a haver disponibilidade para armazenar novas e úteis informações.</p> <p>Esquecimento\Necessidade de esquecer.mpg</p>
	<ul style="list-style-type: none">• Degenerescência	<p>Os tecidos cerebrais, sob ação de certas doenças, traumas, sofrem perdas por morte dos neurónios e das suas ligações</p> <ul style="list-style-type: none">• Doenças neurodegenerativas (Parkinson, Huntington, Alzheimer) <p>Esquecimento\As fases da doenÃça de Alzheimer.mp4</p> <ul style="list-style-type: none">• Infecções do tecido neural (como, por exemplo, encefalites);• Neurotoxinas• Acidente vascular cerebral (AVC)• Traumas físicos (pancadas na cabeça, por exemplo) e psicológicos.• Alcoolismo e o uso de drogas.

- **Interferência de informações**



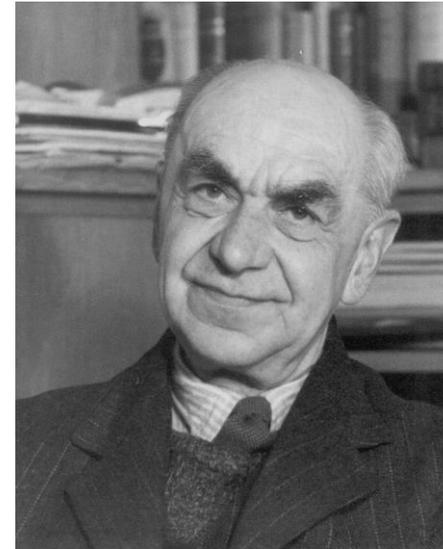
- **Distorção do traço mnésico**

Às vezes, nós "reconstruímos" as memórias afim de realizarmos nossa autodefesa social ou pessoal, conforme se demonstrou em pesquisas sobre testemunhas oculares.

O material armazenado pode sofrer modificações devidas:

- À passagem do tempo
- À interferência de novas informações
- Ao caráter seletivo da percepção/aprendizagem
- Ao caráter dinâmico e adaptativo da memória que transforma a informação

Teoria da memória reconstitutiva (1932)



Frederic Bartlett(1886-1969)

- A **precisão** da memória deve ser **medida em qualidade** e não em quantidade.
- **O objetivo:** como a **memória é afetada pelo conhecimento anterior?**
- **A hipótese: a memória é reconstrutiva:** armazenamos e recuperamos informações de acordo com as expectativas formadas de acordo com os nossos esquemas culturais.

Nivelamento = simplificação das coisas

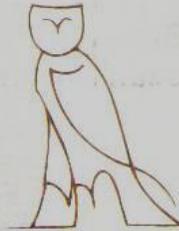
Burilamento = focalização e ênfase de determinados aspectos e detalhes

Assimilação = alterar detalhes de modo a compatibilizá-los com o nosso fundo cultural

Conclusão: A memória não é um mecanismo passivo, mas sim um processo ativo, onde a informação é recuperada e alterada para caber em esquemas existentes

Isto significa que as **memórias não são cópias de experiências, mas sim reconstruções**

Isso não significa que a memória não é confiável, mas sim que a memória pode ser alterada por esquemas existentes



Desenho original



Reprodução 1



Reprodução 2



Reprodução 3



Reprodução 4



Reprodução 5



Reprodução 6



Reprodução 7



Reprodução 8



Reprodução 9



Reprodução 10

Num estudo, Frederick Bartlett mostrou o desenho de uma coruja estilizada (marcada como "desenho original") a um participante, que foi convidado a redesenhá-lo de memória. O processo continuou. Como esses desenhos mostram, a coruja estilizada transformou-se gradualmente num gato. Estudos feitos com outros materiais chegaram a resultados idênticos.

O Capitão para o Sargento

Amanhã haverá um eclipse do sol, o que raro acontece. Mande formar os soldados na parada para assistirem ao eclipse. Se chover, mande-os para a caserna, onde eu irei dar-lhes a explicação acerca do fenómeno.

O Sargento para o Furriel

Por ordem do nosso capitão, amanhã haverá um eclipse do sol, o que raro acontece; todos os soldados irão assistir ao eclipse na parada. Se chover, o nosso capitão irá dar-lhes a explicação na caserna.

O Furriel para o 1.º Cabo

Por ordem do nosso capitão, amanhã, se chover, haverá um eclipse na parada. Se houver sol, o que raro acontece, iremos para a caserna ouvir explicações do nosso capitão.

O 1.º Cabo para o 2.º Cabo

Amanhã o nosso capitão vai fazer um eclipse, à chuva, na parada. Se o sol for para a caserna, o que raro acontece, vamos ouvir a explicação do nosso capitão.

O 2.º Cabo para o Soldado

Amanhã o nosso capitão vai fazer chover um eclipse na parada. Se o sol for para a caserna, o que raro acontece, vamos ouvir a explicação.

O Soldado para o Recruta

Amanhã, se o sol for para a parada e se chover na caserna, iremos eclipsar o nosso capitão e depois ouvir as suas explicações, o que raro acontece.

	<ul style="list-style-type: none">• Motivado/afetivo (recalcamento)	<p>Segundo Freud, esquecemos, inconscientemente, o que nos convém, de modo a evitar a angústia e ansiedade que a recordação de certos eventos- traumatizantes e pensosos – provoca, de modo a garantir o equilíbrio psicológico:</p> <ul style="list-style-type: none">• Guerra• Assaltos• Agressões
--	--	--

Falsas memórias

[Falsas memórias Elisabeth Loftus.mp4](#)

Fase de estudo



FASE DE TESTE

TESTE 1 (CONTRASTE) (MAIORIA ACERTA)

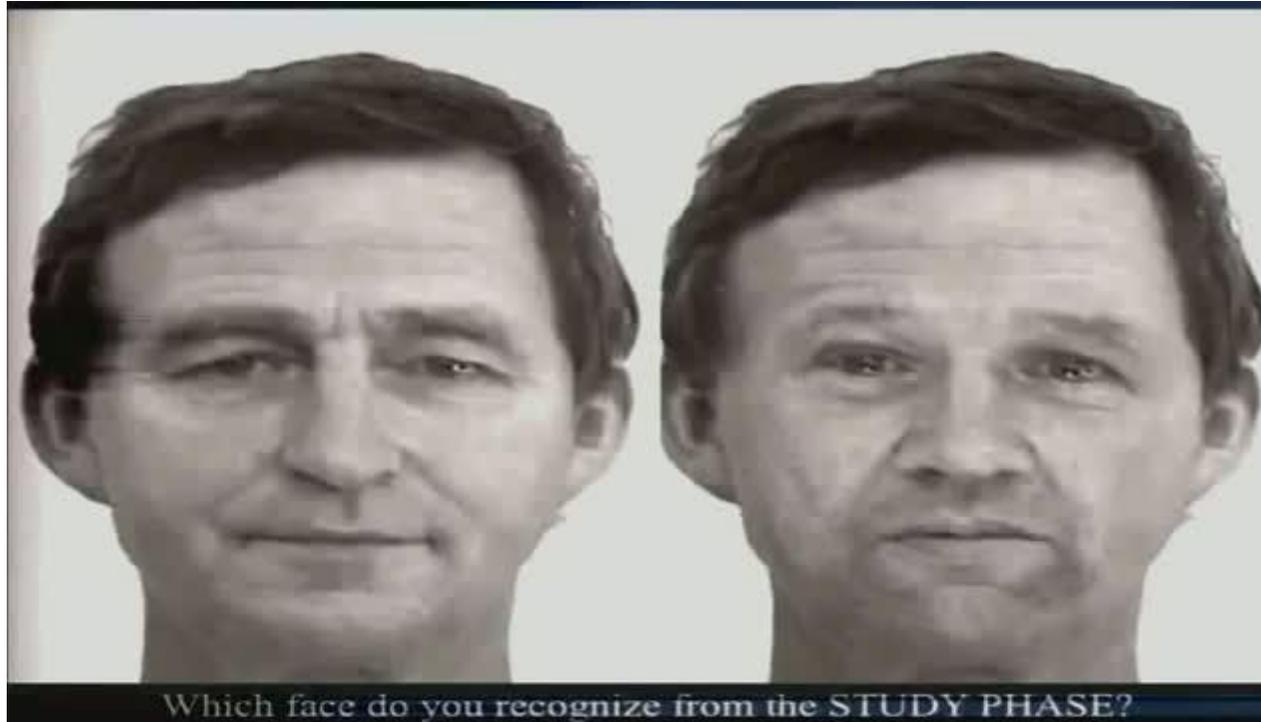


TESTE 2
(CONTAMINAÇÃO DA MEMÓRIA)

(MAIORIA ACERTA)



TESTE 3
(MAIORIA CONSEGUE DETETAR A FACE INICIAL)



TESTE 4
(MESMO SEMCONTAMINAÇÃO A MAIORIA ERRA)



TESTE 5
(MAIORIA ERRA DEVIDO Á CONTAMINAÇÃO)

