memoria: modelo e estrutura

Autor(res)

Gregório Otto Bento De Oliveira
Laila Vitória
Emanuel Sousa
Luciene Alves Dos Santos Silva
Nathalia Nascimento Da Silva

Categoria do Trabalho

1

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

Introdução

A memória tem a capacidade de fazer o armazenamento de informações e fatos obtidos através de experiências ouvidas ou vividas. É um processo que conecta pedaços de memória e conhecimentos a fim de gerar novas ideias, assim ajudando a tomar decisões diárias. Ela é dividida em duas partes, memória declarativa e memória não declarativa. A memória declarativa, é aquela que pode ser declarada (nomes, acontecimentos, etc.) é mais fácil de ser adquirida, mas também é rapidamente esquecida. Já a memória não-declarativa, inclui procedimentos motores (como andar de bicicleta ou quando nos distraímos e agimos no “piloto automático”). Ela requer mais tempo para ser adquirida, mas é bastante duradoura.

Objetivo

O objetivo do resumo é mostrar como funciona a memória e a sua importância na nossa vida. É mostrado o quanto é importante que a memoria se fortaleça, pois é através dela que damos significado ao cotidiano e acumulamos experiências para a vida.

Material e Métodos

literatura científica publicada entre 1990 e 2024 sobre memória, acessada por meio do Google Scholar com os termos “memória”, “memória de curto prazo” e “memória de longo prazo”, evidencia uma trajetória de avanços conceituais e metodológicos significativos. Nos anos 1990, os estudos sobre memória estavam fortemente ancorados em modelos cognitivos clássicos, como o modelo multiarmazém proposto por Atkinson e Shiffrin, e o modelo de memória operacional de Baddeley e Hitch. As investigações nessa década concentraram-se, sobretudo, em experimentos laboratoriais controlados, utilizando tarefas como a recordação livre e o span de dígitos para explorar os limites e as características da memória de curto prazo e de longo prazo.

Resultados e Discussão

A memória começa a se desenvolver desde os primeiros meses de vida. Os bebês começam a lembrar de rostos, sons e experiências, embora a capacidade de armazenamento ainda seja limitada. Com o tempo, a memória de

curto prazo e a memória de longo prazo se tornam mais eficientes. Quando a pessoa se torna um adolescente a capacidade de memória melhora significativamente, especialmente a memória de trabalho e a memória episódica, que ajuda a lembrar de eventos específicos. Já na fase adulta, memória geralmente se estabiliza, mas pode ser influenciada por fatores como estilo de vida, saúde e estímulos cognitivos. Quando a psssoa chega na terceira idade, pode ocorrer um declínio natural na memória, especialmente na memória de curto prazo e na velocidade de processamento.

Conclusão

Com base nesse resumo, podemos concluir que a memória é uma ferramenta essencial ao longo de toda a vida, influenciando nossas decisões diárias e nossa capacidade de aprender e evoluir. Para garantir que ela seja eficiente e confiável, é fundamental treiná-la regularmente, preferencialmente todos os dias. Dessa forma, fortalecemos a memória de curto prazo, transformando-a em uma memória de longo prazo, o que nos permite reter informações importantes por mais tempo e melhorar nossa qualidade de vida.

Referências

1. CASA DO PSICÓLOGO. Memória, cognição e comportamento. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007. 310 p. ISBN 8573965568 / 9788573965568.

2. GONDAR, J. Memória individual, memória coletiva, memoria social.Revista Morpheus – Estudos Interdisciplinares em Memória Social,[S. l.], v. 7, n. 13, 2015.

3. Ivan Izquierdo, ABNT memória.3° ed. São Paulo: Artmed Editora, 2018.

4. Le Goff, Jacques, 1924 História e memória / Jacques Le Goff; tradução Bernardo Leitão [et al.] – Campinas, SP Editora da UNICAMP, 1990.