

memoria: modelo e estrutura

Autor(res)

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

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

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.