

RECUPERACIÓN DE LA INFORMACIÓN MEDIANTE ESTRATEGIAS MNEMOTÉCNICAS

• INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas se han ampliado los conocimientos sobre los procesos de envejecimiento y sus consecuencias funcionales sobre la salud (Recio Saboya, P., et al., 2000).

Uno de los problemas de mayor relevancia en edad avanzada lo constituyen los trastornos cognitivos dentro de los que destaca la pérdida de memoria por diversas causas: demencia, depresión, ansiedad o simplemente, pérdida de memoria debido a la edad (Cohen, 1991). Se pueden observar diferencias en esta capacidad cognitiva entre personas jóvenes y ancianos, lo que induce a pensar que se produce un deterioro progresivo de la memoria debido a la edad. La mayor parte de los fallos de memoria de los ancianos se producen en la ejecución de tareas automáticas, lo que evidencia un problema de atención añadido (Recio Saboya, P., et al., 2000).

Este trabajo se enmarca en el modelo de recuperación de la información. Este proceso se considera clave en el sentido de que es posible que determinada información esté en nuestra memoria y tengamos problemas para recuperarla. La activación de un registro aumenta al aumentar el número de claves asociadas a ese registro; y el recuerdo también va a depender de nuestra capacidad para recordar esas claves.

Los sujetos mayores muestran algunas dificultades en el aprendizaje y la rememoración de material que ya había sido pasado a la memoria secundaria (Poon, 1985). En cambio no se ha encontrado un deterioro significativo ni en el funcionamiento de la memoria sensorial ni en la primaria.

El recuerdo de la información almacenada en la memoria secundaria es más difícil en el anciano porque éste no organiza habitualmente la información de manera espontánea, no repite la información y no agrupa en categorías los temas que se relacionan con la misma (Recio Saboya, P., et al., 2000). Su disminución en la rememoración puede estar influenciada por la falta de actividad.

Para aplacar esta dificultad en la memoria de los ancianos sería oportuno utilizar estrategias mnemotécnicas basadas en la representación del material a recordar y en la mejor organización del mismo. Se va a utilizar la prueba de reconocimiento que hace que los sujetos asocien las palabras con el contexto de la lista, pero además se les proporciona la palabra, que es una clave más potente de recuperación.

• MÉTODO

• Sujetos:

Se van a utilizar veinte sujetos, tanto hombres como mujeres, entre 70 y 72 años. Todos ellos han tenido una vida activa social y laboral. Ninguno de ellos ha tenido ningún trastorno psicológico ni neural. Todos gozan de buena salud.

• Material:

- Una lista de veinte palabras (La misma para todos los sujetos).
- Una cuartilla con instrucciones para ser leída a los sujetos antes de realizar el experimento.
- Una prueba de reconocimiento con las veinte palabras de la lista y veinte distractos.
- Papel, lápices y goma de borrar.
- Cronómetro

• Problema, hipótesis y variables:

- Problema: ¿Mejorará el proceso de recuperación en los ancianos después de haberles sido aplicado el aprendizaje con estrategias mnemotécnicas?
- Hipótesis: Si la utilización de estrategias mnemotécnicas consigue una mayor representación del material a recordar y una mejor organización de la misma, entonces los ancianos obtendrán una mejora en la memoria, especialmente a la hora de la recuperación de la información.
- VI: Tipo de prueba con dos niveles: prueba de recuerdo (a1) y prueba de reconocimiento (a2).
- VD: Capacidad de recuerdo medido por las pruebas.
- VC: Sexo: controlado por aleatorización.
- VC: Nivel sociocultural: controlado por eliminación.

- Procedimiento:

El experimento consta de dos fases:

La primera fase es la de aprendizaje en la cual se les presenta a los sujetos una lista de veinte palabras con una razón de un minuto y medio. Esta fase es igual para todos los sujetos.

La segunda fase es la de la prueba, pero esta no es la misma para todos los sujetos. A una mitad de los sujetos se les pide que recuerden todas las palabras que puedan en cualquier orden. A la otra mitad de los sujetos se les aplica una prueba de reconocimiento en la cual se les presenta las veinte palabras de la lista más veinte distractoras.

- BIBLIOGRAFÍA.

Cohen, G. D. (1991). Envejecimiento cerebral. Bilbao: Desclée de Brower.

Poon, L. W. (1985). Differences in human memory with age: Nature, causes and clinical implications. En J.E. Birren y K.W. Schaie (eds.), Handbook of the Psychology of Aging. Nueva York: Van Nostrand Reinhold, 427–462.

Recio Saboya, P., Rodríguez Fernández, R., & García Jiménez, M. V. (2000). Mejora de la memoria en un caso mediante aprendizaje de estrategias mnemotécnicas (Vol. 12). *Psicothema*, 2, 496–499.