



APRENDIZAJE INTEGRAL Y COGNICIÓN EN CONTEXTOS EDUCATIVOS

# MEMORIA Y APRENDIZAJE

## MEMORIA Y APRENDIZAJE

Por otra parte, Cerdán (2011) sustenta que, la memorización no es sinónimo de aprendizaje. No se puede aplicar conocimientos, información o experiencias pasadas sin recordar. Vivir implica recordar, y nuestro conocimiento se basa en lo que somos capaces de retener. La memoria no solo interesa a estudiantes, docentes y padres en el contexto académico; también juega un papel fundamental en nuestra vida diaria. Sin embargo, es en el ámbito educativo donde se evalúa y considera con mayor frecuencia.

En las escuelas, la forma en que los docentes abordan este tema ha generado debates apasionados, con defensores y críticos. En ciertas épocas, ha habido una tendencia a valorar excesivamente la memorización, a veces incluso a costa de la comprensión y el análisis crítico de la información aprendida.



En nuestra vida diaria, entendemos la memoria como una habilidad mental que nos permite recordar eventos o información del pasado. La memoria es la capacidad de la mente para retener, evocar y reconocer experiencias y estados de conciencia pasados. Es la habilidad de conservar procesos conscientes, retener representaciones de experiencias anteriores y reproducirlas cuando sea necesario.

Moose citado por Cerdán, (2011). definió la memoria como “la conservación de experiencias pasadas y su uso posterior a medida que surgen oportunidades para aplicarlas”, además Genovard Roselló, mencionado por Cerdán (2011), se denomina memoria “al proceso de recordar contenidos o materiales previamente aprendidos que se mantienen almacenados para ser utilizados en etapas posteriores”.

En este sentido, Maragall (2024), la memoria es esencial para dar sentido a lo que percibimos y para adquirir nuevos conocimientos. Para que la información nueva se mantenga en nuestro cerebro y podamos recuperarla cuando la necesitemos, es necesario que se sigan correctamente las tres fases de la memoria según este autor:

### Primera Fase: Registro y Codificación

Esta fase, conocida también como fase de adquisición, es el momento en que la información ingresa a través de nuestros sentidos. En este punto, se analizan las características del estímulo para poder identificarlas y darles significado. Para lograr esto, la información debe ser procesada, lo que implica convertirla en una representación mental comprensible; por ejemplo, identificando el sonido, la apariencia o el significado del estímulo. Cuantos más detalles se capten y más conexiones se hagan, más rica y accesible será la información.

### Segunda Fase: Almacenamiento y Consolidación de la Información

Esta fase implica mantener la información a largo plazo para poder acceder a ella cuando sea necesario. Lo que nos llama la atención primero se almacena en la memoria a corto plazo, y si se procesa correctamente, luego pasa a la memoria a largo plazo. Al conectar nueva información con memorias y conocimientos previos, el cerebro crea asociaciones que facilitan la recuperación posterior. Cuantas más conexiones se establezcan, mejor será el recuerdo. Además, las emociones juegan un papel importante en la consolidación de los recuerdos, ayudando a que perduren en el tiempo.

## Tercera Fase: Recuperación o Evocación de la Información

Esta fase se refiere a la capacidad de recuperar la información que ha sido registrada y almacenada. Existen diferentes formas de evocación:

- ✓ **Evocación Libre:** Recordar información de manera espontánea, como el número de teléfono de alguien o el abecedario.
- ✓ **Evocación por Reconocimiento:** Se facilita la elección de la respuesta correcta al presentar opciones. Por ejemplo, al ver los artículos en un supermercado, podríamos recordar lo que necesitamos.
- ✓ **Evocación Facilitada:** Se logra un mejor recuerdo al organizar la información de manera estructurada. Por ejemplo, al hacer una lista de compras categorizada.
- ✓ **Evocación Inducida:** Ocurre cuando un estímulo específico, como un olor o una canción, evoca recuerdos de forma involuntaria. La carga emocional de estos recuerdos puede intensificar la evocación.



El proceso de memorización es una función compleja que exige esfuerzo cognitivo, el cual puede variar según la naturaleza del contenido y su grado de conexión con los saberes previos. En algunos casos, el interés genuino por un tema o una atención intensa a ciertos detalles puede facilitar el recuerdo de manera espontánea, fenómeno conocido como memoria incidental. Sin embargo, este tipo de memoria no siempre garantiza un aprendizaje duradero, ya que recordar eficazmente suele requerir un compromiso consciente: lo que se conoce como memoria intencional. (Cerdán, 2011)

Además, es importante tener presente que la memoria no es un archivo infinito. Nuestro sistema cognitivo descarta gran parte de la información que considera irrelevante o redundante, en un proceso adaptativo que favorece la eficiencia mental. En este sentido, aprender a gestionar lo que deseamos retener implica reconocer que la memoria es selectiva, dinámica y profundamente influida por factores como la emoción, la atención y la organización del conocimiento.

Comprender cómo interactúan estos elementos nos permite ser más estratégicos y conscientes en la forma en que abordamos el aprendizaje, no solo para recordar más, sino para aprender mejor y de manera significativa.

## Bibliografía

- 🔗 Cerdán, L. L. (2011). La memoria en el proceso de enseñanza/aprendizaje. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3629232>
- 🔗 Maragall, F. P. (2024, 11 junio). Fases de la memoria: ¿cómo memorizamos y recordamos? Fundación Pasqual Maragall. <https://blog.fpmaragall.org/fases-memoria>