

# Resenha do livro: Memória

## De Baddeley, A., Eysenck, M. W. & Anderson, M. C.

### Book Review: Memory

*Flávia Lage Pessoa da Costa\**

*Viviane Aparecida Carvalho de Moraes\*\**

A memória é um domínio cognitivo imprescindível para o processo de aprendizagem e para o nosso convívio social. É por meio dela que o ser vivo pode evitar ou repetir determinados comportamentos, os quais são importantes para a sobrevivência. O conhecimento sobre esse constructo, suas classificações, quais áreas cerebrais estão envolvidas no processo de sua formação e consolidação, bem como quais as doenças ou traumas que podem afetá-la é indispensável para diversos profissionais da saúde, dentre eles os psicólogos.

A obra “Memória” dos autores Alan Baddeley, Michael W. Eysenck e Michael C. Anderson discute o que é memória, como pode ser classificada e sua relação com a aprendizagem. Além disso, aborda, ao longo dos dezesseis capítulos, o esquecimento, as amnésias, a relação com o envelhecimento e como pode ser aprimorada.

No capítulo inicial, discorre-se sobre como a memória é importante para a vida do indivíduo e quais são os seus tipos. É discutido como o comprometimento de determinadas áreas encefálicas pode levar o indivíduo a apresentar um quadro clínico variável ou até mesmo perder a independência na execução das atividades cotidianas. A memória explícita, ou declarativa, pode ser subdividida em: de curta e de longa duração. A memória de curta duração é importante para o armazenamento de pequenas quantidades de informação por um curto período. Enquanto a memória de longa duração está relacionada ao armazenamento de informações por longos intervalos de tempo.

O capítulo dois tem como foco a memória de curta duração. É feita a distinção dessa com a memória opera-

cional e a sua classificação em memória visual e espacial. Nesse capítulo, apesar de ser apresentado e explicado, em detalhes, modelos e teorias acerca da memória de curta duração não são discutidas quais são as áreas cerebrais envolvidas com esse tipo de constructo. No capítulo seguinte, os autores discutem as áreas envolvidas com a memória de trabalho, em especial, enfatizando a função dos lobos frontais.

A aprendizagem é o tema do capítulo quatro. Caracteriza-se por ser um processo contínuo que demanda várias habilidades cognitivas, dentre elas a atenção, a motivação e a memória. Discutem-se as bases biológicas da aprendizagem de longa duração especificando-se que essa se baseia na estimulação simultânea e repetida de conjuntos de células, o que acarreta o fortalecimento de conexões sinápticas. São apresentadas estratégias que facilitam o processo de aprendizagem tais como a técnica de espaçamento, a qual consiste na realização de sessões de estudo intervaladas em detrimento do estudo contínuo da matéria e a estratégia da repetição.

Classifica-se a memória de longo prazo ou duração em implícita (demonstrada mais pelo desempenho em uma tarefa do que pela evocação consciente) e em explícita (a qual, de acordo com os autores, “depende da consciência consciente”). Ressalta-se que a formação da memória envolve diversas áreas cerebrais, com destaque para a amígdala e para o hipocampo, e enfatiza-se que a sua consolidação promove alterações na estrutura sináptica de várias redes neuronais.

---

\* ORCID iD <https://orcid.org/0000-0001-8316-0955>

Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. [flavialage@pucminas.br](mailto:flavialage@pucminas.br)

\*\* ORCID iD <http://orcid.org/0000-0003-3441-0254>

Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. [vivi.carvalhomorais@gmail.com](mailto:vivi.carvalhomorais@gmail.com)

A memória explícita pode ser categorizada em episódica e semântica e é respectivamente apresentada nos capítulos cinco e seis. A primeira está relacionada à nossa capacidade de recordar experiências vivenciadas e, também, autobiográficas. Por sua vez, a memória semântica, diz respeito ao nosso conhecimento sobre o mundo e é armazenada em diversas áreas cerebrais, formando as redes hierárquicas. Por exemplo, quando pensamos em um animal (cachorro) ativamos distintas regiões, ao pensar na cor, na raça, no latido, nas brincadeiras que costuma fazer, dentre outras características.

A memória autobiográfica é tema do capítulo sete, e relaciona-se com os fatos e acontecimentos que ocorreram em nossas vidas, dependendo das memórias episódica e semântica. É ressaltado como acontecimentos com alta carga emocional são registrados mais facilmente em nossa memória. Ao fim desse capítulo, são apresentadas as possíveis bases neurobiológicas e neuroanatômicas da memória autobiográfica.

Sabendo-se que qualquer sistema de memória requer, para funcionar, três qualidades: a capacidade de codificação, a qual consiste na introdução da informação; a capacidade de armazenamento; e a capacidade de evocação da informação. Com isso, aborda-se, no capítulo subsequente, esse último processo. A evocação é o fenômeno de resgatar informações que estão registradas na memória.

Contrastando com a evocação ao esquecimento, surge o capítulo nove. Esquecer consiste na impossibilidade de resgatar uma informação que estaria armazenada nas nossas redes neuronais. O esquecimento pode ser incidental ou pode ser motivado. Ao longo dos capítulos nove e dez, os autores explicitam que alguns registros acabam sendo apagados da nossa memória porque, com o passar do tempo, as informações não são evocadas com frequência.

No capítulo onze é discutida a amnésia, o que é um tipo de esquecimento. Essa pode ser classificada em anterógrada e em retrógrada. A primeira se refere à dificuldade em se lembrar de ocorrências recentes. Já a amnésia retrógrada diz respeito à dificuldade em evocar memórias anteriores a uma cirurgia ou a um trauma. Complementando o estudo da amnésia, no capítulo doze, é discutida a amnésia infantil, a qual consiste na dificuldade apresentada pelos adultos de recordar eventos anteriores aos três ou quatro anos de idade.

Com o processo de envelhecimento é comum aparecerem queixas de déficit de memória. Tentativas de explicar como o declínio cognitivo associado ao envelhecimento promove déficits de memória são apresentadas no capítulo treze, dentre elas: velocidade reduzida de processamento, déficit crescente quanto às capacidades

sensoriais e atencionais; e atrofia de regiões cerebrais, por exemplo, os lobos frontais.

Quanto à confiabilidade de nossas memórias, é refletida no capítulo quatorze, sobre a fragilidade do depoimento de testemunhas oculares. É discutido que em situações criminais é comum que a vítima mantenha o foco atencional na arma de fogo, por exemplo, em detrimento das características periféricas, dificultando a recordação real da ocorrência vivenciada. Além disso, coloca-se em perspectiva reflexiva as informações extraídas de tais depoimentos ao ressaltar que as memórias podem ser distorcidas na direção da lembrança do que se espera ver e não do que aconteceu efetivamente.

No capítulo quinze, é feita a distinção entre as memórias prospectiva e retrospectiva e sugere-se que a memória prospectiva é menos desenvolvida em adultos mais velhos do que em adultos jovens. Por fim, no capítulo dezesseis, são abordadas algumas técnicas mnemônicas e são discutidas estratégias que podem ser utilizadas a fim de aprimorar a memória. Destaca-se que, independentemente da técnica utilizada para se memorizar, há três itens comuns à maioria delas: a codificação significativa, a qual consiste em relacionar o que se deve aprender ao conhecimento preexistente; a estrutura de evocação, a qual corresponde ao armazenamento dos estímulos para ajudar na evocação subsequente; e a aceleração, ou seja, a prática que permite que os circuitos envolvidos nos processos de codificação e evocação funcionem cada vez mais rapidamente.

A obra em análise permite ao leitor compreender melhor e detalhadamente os tipos de memória e a sua importância para a vida. No decorrer do livro são expostos casos clínicos, e esses são associados com os temas discutidos, assim como são, também, apresentados resultados de pesquisas científicas os quais são relacionados a situações cotidianas, facilitando a compreensão dos diversos e densos conceitos e conteúdos aprendidos.

Todavia, ressalta-se que, para um público não especialista em aspectos neuroanatômicos, a leitura do texto, apesar de compreensível em termos informacionais, torna-se, em alguns trechos, dificultosa. Isso porque, ao longo do livro, são citados nomes de diversas áreas do sistema nervoso, em especial, do cérebro, as quais são pouco conhecidas pelos leigos e que, devido à ausência de imagens representativas e correlatas aos conhecimentos apresentados, reduzem a fluidez da leitura.

## Referência

Baddeley, A., Eysenck, M. W. & Anderson, M. C. (2011). *Memória*. (Cornélia Stolting, Trad.). Artmed.

Submetido em: 29-1-2021

Aceito em: 4-12-2021