

Cuestionario de Evaluación

01. ¿Qué autor comienza hacia 1870 el estudio científico de la memoria?

- ☒ Herman Ebbinghaus
- ☐ Baddeley
- ☐ Freud
- ☐ Neisser

02. Una recomendación para mejorar nuestra memoria es, simplemente,...

- ☐ Realizar estimulación cognitiva desde edades tempranas
- ☐ Utilizar ayudas externas
- ☒ Conocer cómo funciona nuestra memoria y descartar ideas falsas
- ☐ Ninguna de las anteriores es cierta

03. Señale la respuesta correcta:

- ☒ La recuperación tiene que ver con las condiciones bajo las que la información puede ser extraída de un nivel concreto de memoria y pasar a otro nivel o iniciar una respuesta
- ☐ La codificación es la retención o permanencia de la información en un sistema concreto de memoria
- ☐ El almacenamiento se refiere a la forma que la información debe de tomar para permanecer en un nivel determinado de memoria, es la transformación del estímulo en un símbolo o código interno
- ☐ Ninguna de las anteriores es cierta

04. ¿Qué componentes principales contiene el Programa de Entrenamiento, realizado por LEPONCIN en Francia (1992)?

- ☐ Relajación, Atención y Percepción
- ☒ Atención, Percepción, Lenguaje y Categorización

- ☐ Asociación, Categorización y Ayudas Externas
- ☐ Lenguaje, Visualización y Asociación

05. Para que el éxito nos acompañe, en la ejercitación de la memoria, es decisivo

- ☒ Que el profesor sea capaz de transmitir a los participantes una cierta seguridad
- ☐ Que el participante acuda a todas las sesiones del entrenamiento
- ☐ La A y la B
- ☐ Ninguna de las anteriores es cierta

06. Diga cuáles son los momentos o fases que se pueden diferenciar en el proceso de recordar:

- ☐ Análisis sensorial, Análisis fonético y Análisis semántico
- ☐ Memoria Sensorial, Memoria a Corto Plazo y Memoria a Largo Plazo
- ☒ Codificación, Almacenamiento y Recuperación
- ☐ Visual, Auditivo, Háptico

07. ¿Cuál es la proposición de Tulving en 1985?

- ☒ Añadir a la memoria episódica y semántica otro tipo de memoria, llamada procedimental, más básica, relacionada con la acción
- ☐ Distinguir entre dos sistemas de memoria de larga duración: La memoria implícita y la memoria explícita
- ☐ El modelo de la memoria operativa como alternativa a la memoria a corto plazo
- ☐ El enfoque de los niveles de procesamiento

08. Trastornos de memoria. Las alteraciones de memoria apreciables clínicamente se concretan en los procesos de la memoria a largo plazo y son calificados como amnesia. Las causas del olvido suelen atribuirse a:

- ☐ Bajos niveles de atención y a falta de codificación

- ☐ A déficit en la capacidad de almacenamiento o a fallos en la recuperación
- ☒ La A y la B son ciertas
- ☐ Ninguna de las anteriores es cierta

09. La edad produce en la memoria una serie de alteraciones que dificultan la actividad cotidiana de los mayores, numerosos estudios han comprobado el declive cognitivo por la edad, especialmente en la memoria. A pesar de los estudios realizados no están suficientemente probadas las hipótesis que relacionan memoria y envejecimiento. ¿Cuáles son las más importantes según Light (1991)?

- ☐ Fallos en la metamemoria
- ☐ Hipótesis del déficit semántico y Disminución por recuerdo deliberado
- ☐ Recursos de procesamiento reducidos
- ☒ Todas las anteriores son ciertas

10. Debemos tener en cuenta que la mayoría de los problemas de memoria relacionados con la edad no están asociados a una patología orgánica específica, sino que son debidos a:

- ☐ Otros factores, como los motivacionales
- ☐ Otros factores, como los afectivos o simplemente el no ejercitar las habilidades cognitivas
- ☒ La A y la B
- ☐ Ninguna es cierta

11. ¿Qué dos conceptos se necesitan conocer para comprender la Psicología Cognitiva?

- ☐ La informática y la metáfora del ordenador
- ☐ La metáfora del ordenador y la teoría computacional
- ☒ La metáfora del ordenador y el procesamiento de la información
- ☐ La teoría computacional y los procesos cognitivos

12. Felicidad y Optimismo. Los expertos en esta materia defienden que la felicidad viene determinada no tanto por las circunstancias de la vida, sino por....

- ☐ Poder alcanzar las metas propuestas
- ☐ Tener un tejido de amistad lo más completo posible
- ☒ El modo en que se perciben esas circunstancias
- ☐ Ninguna de las anteriores

13. Los entrenamientos de memoria debemos considerarlos incluidos en una actividad de “rango superior” ¿A qué nos estamos refiriendo?

- ☐ Al arte de la memoria
- ☒ La estimulación cognitiva
- ☐ La A y la B
- ☐ Ninguna de las anteriores

14. En el entrenamiento de la memoria ¿Cuáles son las bases de la intervención cognitiva?

- ☐ La intervención cognitiva se sustenta en unas bases a nivel neuroanatómico: la capacidad de reserva cerebral y la neuroplasticidad
- ☐ La intervención cognitiva se sustenta en unas bases a nivel psicológico: la capacidad de aprendizaje, la motivación, el estado de ánimo, nivel de ansiedad y la personalidad
- ☒ La A y la B
- ☐ Ninguna de las anteriores

15. Trastornos de memoria. Demencia y memoria. Señale la respuesta correcta:

- ☐ Hay una importante afectación de la memoria reciente, con incapacidad para aprender nueva información.
- ☐ La memoria remota en las primeras fases se altera poco pero con el avance de la enfermedad va deteriorándose.

- ☐ La alteración progresiva de la memoria es lo más característico y suele ser el primer síntoma en la demencia tipo Alzheimer.
- ☒ Todas las anteriores son ciertas

16. Memoria y rendimiento cognitivo. Actualmente hay un material suficiente para poder afirmar que con la edad hay una disminución de la habilidad para realizar tareas que dependen del aprendizaje y la memoria. Diversos autores, entre ellos Wechsler (1955), afirman basándose en el rendimiento de los tests de inteligencia, que el máximo logro en las medidas de la inteligencia general se consigue antes de los 35 años. Señale la respuesta correcta:

- ☐ A los 50 años se observa, en la mayoría de la población un declinar de las funciones intelectuales
- ☐ Algunos hablan de que hay un deterioro en la llamada inteligencia “fluida” o genética, mientras que se mantiene la inteligencia “cristalizada” que opera fundamentalmente con elementos que provienen del aprendizaje y la cultura
- ☐ La mayoría de los autores están de acuerdo en que las diferencias interindividuales son muy marcadas y de que al lado del declive por el acontecer biológico de la senescencia intervienen otros factores de tipo educativo, laboral, social, afectivo, etc.,
- ☒ Todas las anteriores son ciertas

17. Podríamos decir que el proceso de envejecimiento implica, en realidad, varios tipos de “edades”:

- ☐ La edad cronológica: Que se refiere al número de años vividos
- ☐ La edad biológica: Que se refiere a la posición del individuo con respecto a su potencia vital, es decir, con respecto a las modificaciones que sufre la estructura celular, el sistema óseo, los tejidos musculares o el metabolismo basal
- ☐ La edad psicológica: Que se refiere a la edad del sujeto en cuanto a su capacidad de adaptación y autocontrol, así como al estado de sus habilidades cognitivas, su sistema afectivo y su personalidad
- ☒ Todas son ciertas

18. Señale la respuesta correcta

- ☐ La memoria episódica (o autobiográfica) es la memoria de los hechos que han sucedido

- ☐ La memoria semántica se refiere al almacenamiento del conocimiento en general, del mundo exterior y del lenguaje
- ☐ La memoria explícita es el recuerdo consciente de experiencias pasadas
- ☒ Todas son ciertas

19. Uno de los campos más fecundos de la neurociencia del siglo XX ha sido el estudio de las bases fisiológicas y los mecanismos nerviosos que hacen posible la memoria y el aprendizaje. En el siglo XXI la neurociencia y la Psicobiología están en disposición de ofrecer una teoría capaz de explicar cómo se representa el aprendizaje en el sistema nervioso. Los cimientos de los que proceden los postulados anteriores hay que buscarlos en Karl Lashley y la equipotencialidad cortical, por un lado, y en Donald Hebb y el fortalecimiento sináptico, por otro.

- ☐ Falso
- ☒ Cierto
- ☐ Cierto, pero sólo en la teoría de Karl Lashley y la equipotencialidad cortical
- ☐ Cierto, pero sólo en la teoría de Donald Hebb y el fortalecimiento sináptico

20. Eficacia de la intervención. Aunque es un hecho bien comprobado que existe un declive en la actuación en pruebas de memoria declarativa o explícita con la edad, también se sabe, y esto es lo importante, que la memoria de los mayores puede mejorarse cuando:

- ☐ La actuación en tareas de memoria mejora cuando el apoyo ambiental se proporciona tanto durante la codificación de la información que se desea almacenar en la memoria como durante el proceso de recuperación
- ☐ Se proporciona información contextual que pueda servir de apoyo tanto durante el proceso de codificación como durante la recuperación de la información previamente codificada.
- ☒ La A y la B
- ☐ Ninguna de las anteriores