



## Treinamento da Memória Operacional através do Cogmed

Por Ana Paula Cuocolo Macchia



### Treinamento de Memória Operacional

A Memória Operacional, também chamada, Memória de Trabalho, é um sistema temporário de armazenamento de informações que são disponibilizadas para a realização de operações mentais. Ela faz parte de um grupo de tarefas das Funções Executivas do cérebro cuja função principal é atuar como um importante gerenciador de tarefas, ou seja, a base de nosso comportamento intencional, aquele comportamento que é direcionado a atingir uma meta, ou seja, realizar uma ação. Trata-se de processos cognitivos de alta ordem e de controle sobre nossos automatismos, que possibilitam o controle da atenção, a inibição de automatismos, o planejamento e a solução de problemas.

A Memória Operacional, ou Memória de Trabalho, é uma função essencial do cérebro e, atualmente se mostra como um importante prognóstico para o sucesso acadêmico, profissional e pessoal.

Muitas pessoas apresentam falhas na memória operacional e isto afeta sua capacidade de focar a atenção, controlar impulsos, manter-se organizado e resolver problemas. Estas falhas podem ser decorrentes de problemas do desenvolvimento, neurológicos.

O Cogmed é um conjunto de tarefas *on line*, que envolve a memória operacional, com grau de dificuldade ajustado ao usuário. Trata-se de um Software com um programa desenvolvido por Torkel Klingberg, professor de Neurociência Cognitiva no Instituto Karolinska - Suécia e atualmente tem aplicação em vários países.



Cogmed não é uma ferramenta de aprendizagem de novas habilidades, mas um programa que possibilita, através do treino da memória operacional, obter uma base cognitiva para aquisição de novas habilidades.



O Cogmed não é um tratamento, é um programa de treinamento da memória operacional, que se aplica a pessoas dos 4 aos 80 anos. Atualmente tem mostrado resultados significativos em pessoas com déficit na memória operacional; em pessoas com Transtorno do Déficit de Atenção e Hipertividade (TDA/H); pessoas

com Transtorno de Aprendizagem e pessoas que procuram otimizar resultados em vestibulares, concursos e aprendizagem de outro idioma. Além disso, pode constituir treinamento para pessoas que se recuperam de tratamentos contra o câncer e recuperam-se de traumatismos ou lesões cerebrais.

O programa pode ser aplicado individualmente ou pode ser aplicado a alunos nas escolas. O Instituto Ideia possui um grupo de Tutores Cogmed e está apto a realizar aplicações do treinamento no ambiente escolar.

Para saber mais acesse: [www.cogmed.com.br](http://www.cogmed.com.br)

**Maiores informações na secretaria do Instituto Ideia!**

**(11) 2759-7597 ou (11) 99230-4772**

Ana Paula Cuocolo Macchia é Psicóloga e Neuropsicóloga do Instituto Ideia. Graduada em Psicologia Clínica e Psicopedagoga Clínica e Institucional pela Universidade Metodista de São Paulo; Especialista em Aprendizagem pela Faculdade de Medicina do ABC; Neuropsicóloga pelo IC-HC- Faculdade de Medicina da USP; Tutora do Cogmed - Treinamento da Memória Operacional.