

O impacto das crenças metacognitivas na memória de adultos jovens e idosos

The impact of metacognitive beliefs in young and old adults' memory

Carmem Beatriz Neufeld ✉

Doutora em Psicologia pela PUCRS, Coordenadora do Laboratório de Pesquisa e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Professor Doutor 2 do Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Departamento de Psicologia da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, Presidente da Federação Brasileira de Terapias Cognitivas (Gestão 2011-2013/ 2013-2015).

Priscila Goergen Brust-Renck

Mestre em Psicologia, ênfase em Cognição Humana, pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Mestre e doutoranda em Developmental Psychology, pelo Departamento de Human Development, Cornell University, USA.

Paola Passareli-Carrazzoni

Doutora em Psicobiologia pela Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo.

Laís Raicyk

Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina.

RESUMO

O presente trabalho visa compreender os processos relacionados à crença na memória (juntamente com sua autoeficácia) e ao real desempenho da memória ao longo do desenvolvimento, bem como da produção de falsas memórias (i.e., lembranças de eventos que, na realidade, não ocorreram). A amostra foi composta por 82 adultos, com idade entre 30 e 35 anos, e 79 idosos, com idade entre 65 e 70 anos. Foi utilizada a versão brasileira do procedimento de palavras associadas (com palavras neutras e emocionais) seguida de um teste de reconhecimento para avaliação do desempenho da memória e o Questionário de Crenças Metacognitivas para avaliação das crenças na memória para as palavras do teste. Os resultados indicaram que quanto mais os adultos jovens acreditam em sua memória, menos falsas memórias foram produzidas para informações neutras.

Palavras-chave: metacognição; memória; memória falsa; envelhecimento.

✉ cbneufeld@usp.br, lapicc@usp.br
APOIO FINANCEIRO: Fundação Araucária

ABSTRACT

The present study aims to understand the processes related to how good one's memory is (along with its self-efficacy) and the actual memory performance throughout human development, as well as false memories' production (i.e., remembering events that did not actually occur). The experiment was conducted with 82 young adult participants, with ages ranging from 30 to 35 years, and 79 old adult participants, with ages ranging from 65 and 70 years. We used the Brazilian version of the word associate procedure (with neutral and emotional words) followed by a recognition test to assess memory performance and the metacognitive beliefs questionnaire to evaluate memory beliefs for the words of the test. Results indicate that the more young adults believe in their memory, the fewer false memories were produced for neutral information.

Keywords: metacognition; memory; false memory; aging.

As crenças que os indivíduos têm sobre suas habilidades cognitivas e sobre sua própria memória podem afetar de maneira significativa sua vida. Isto porque a idéia de que não se consegue fazer algo bem feito, muitas vezes, faz com que pessoas prefiram não se expor a situações que talvez confirmem esta idéia inicial. Os indivíduos aprendem a ter expectativas de acordo com estas crenças, aprendendo que é normal e até mesmo esperado perder competência com o passar dos anos até a velhice, o que faz com que muitas vezes passem a se comportar de acordo com estas crenças sem necessariamente ter evidências que as confirmem (Neri, 2006).

O conhecimento que os indivíduos têm sobre seus próprios processos cognitivos é denominado metacognição (Flavell, 1979; Koriat, 2002). O conceito de metacognição, segundo Jou e Sperb (2006) está centrado na capacidade do ser humano de monitorar e autorregular seus processos cognitivos. Em uma definição mais ampla, Koriat (2002) enfatiza que metacognição também se refere a cognições sobre a cognição em geral, ou seja, como um processo de autorregulação dos processos cognitivos em direção a um objetivo.

Segundo Flavell, Miller e Miller (1999), o monitoramento ativo dos processos de pensamento e sua regulação para alcançar um determinado objetivo concreto depende de três dimensões da metacognição: o conhecimento das suas próprias habilidades, o monitoramento, e o controle sobre elas. Os autores sugerem que a metacognição, por meio do conhecimento, monitoramento, e controle dos próprios processos cognitivos tem uma importante influência sobre as próprias atividades cognitivas. Verifica-se, desta maneira, o papel ativo que cada indivíduo teria em seus processos cognitivos, entre eles a memória. A memória é um dos processos cognitivos responsáveis pelo conhecimento de si mesmo, da sua própria história e existência.

MEMÓRIA E METACOGNIÇÃO

O conhecimento metacognitivo sobre a memória foi inicialmente estudado por Flavell com o nome de metamemória (Flavell, 1979). Yassuda, Lasca e Neri (2005) definem metamemória como o conjunto de idéias e sentimentos a respeito da própria memória. A metamemória muitas vezes é referida

como consciência metacognitiva, para dar um entendimento de conhecimento consciente, ou seja, sobre as crenças sobre a memória. Esse conhecimento sobre a memória está diretamente relacionado à memória declarativa, que é a memória sobre fatos e eventos sobre os quais se tem conhecimento.

Uma das dimensões mais amplas da metamemória é a autoeficácia. A autoeficácia, definida por Bandura (1997) como a percepção que uma pessoa tem de suas capacidades, é um determinante crítico de como os indivíduos regulam o seu pensamento e o seu comportamento. Segundo Bandura (1997) “o nível de motivação, os estados afetivos e as ações das pessoas baseiam-se mais no que elas acreditam do que no que é objetivamente verdadeiro” (p. 2). Desta maneira, considerando que as percepções de autoeficácia ajudariam a determinar o que os indivíduos fazem com o conhecimento e as habilidades que possuem, poder-se-ia ter uma previsão mais precisa acerca de como os indivíduos agiriam através das crenças que estes têm em suas próprias capacidades do que por aquilo que seriam realmente capazes de realizar (Bandura, Azzi, & Polydoro, 2008).

Existe uma grande diferença entre possuir conhecimento e habilidade para executar determinada ação e estar apto a utilizá-los. Cada vez mais estudos têm sido realizados buscando compreender a memória e as variáveis envolvidas neste processo. Segundo Bandura (1993), o desempenho (pobre, adequado, ou extraordinário) em tarefas de memória está diretamente relacionado à maneira como cada indivíduo interpreta sua autoeficácia. A interpretação e o conhecimento a respeito da memória não necessariamente significam que as pessoas utilizam estratégias eficazes de memorização e recuperação da informação memorizada. A me-

tamemória depende também de monitoramento e controle metacognitivos.

É relativamente fácil recuperar informações sobre as quais se está pensando, sobre um assunto em debate, mas nem sempre essa informação é correta. Uma das preocupações da ciência atualmente com o desempenho em tarefas de memória tem sido compreender como ocorrem as falhas nos processos mnemônicos (Schacter, 2003). Uma das falhas conhecidas da memória é o fenômeno das falsas memórias, ou seja, o fenômeno de recordar-se de algo que não ocorreu ou que na realidade não foi vivenciado (Brainerd & Reyna, 2005; Neufeld, Brust, & Stein, 2010). Falsas memórias podem ocorrer mesmo imediatamente após uma informação ter sido apresentada, sem que a pessoa saiba que a informação é incorreta. Em função disso, é importante monitorar a realidade (imaginada ou experimentada) durante o armazenamento e durante a recuperação da informação.

O monitoramento muitas vezes deve vir acompanhado pelo controle metacognitivo, uma vez que, em geral, as falsas lembranças estão associadas a altos níveis de confiança na recuperação da informação (Schnitzspahn, Zeintl, Jäger, & Kliegel, 2011; ver também Brainerd & Reyna, 2005). O controle sobre a decisão de inferir se uma memória é verdadeira ou falsa depende da análise que acontece tanto enquanto se estuda uma informação como durante a recuperação dessa mesma informação.

O procedimento mais utilizado para estudar as falsas memórias é o uso de palavras associadas (Deese, 1959; Roediger & McDermott, 1995), também conhecido por Paradigma DRM (em referência aos autores Deese-Roediger-McDermott). Estudos uti-

lizando esse procedimento para avaliar o desempenho da memória em geral demonstram que altos níveis de falsas memórias são produzidos (Stein & Pergher, 2001; Stein, Feix, & Rohenkohl, 2006).

Uma das teorias mais estudadas para compreender o fenômeno das falsas memórias é a teoria do traço difuso (Reyna & Brainerd, 1995). Para essa teoria, a memória não é um sistema unitário e, sim, dois sistemas de memória: a memória de essência e a memória literal. Segundo os autores, a memória de essência armazena somente o significado do fato ocorrido, enquanto a memória literal contém a lembrança dos detalhes específicos da informação original.

Uma das formas mais utilizadas para testar a memória segundo o procedimento de palavras associadas é por meio de testes de memória de reconhecimento (Gallo, Weiss & Schacter, 2004; Stein & Pergher, 2001). Esses testes são compostos por itens alvos e distratores (Stein et al., 2006). Os itens alvos referem-se a informações condizentes com o material alvo e têm a função de medida de memórias verdadeiras nos teste de memória. Os distratores, por sua vez, podem ser de dois tipos: a) um item novo semanticamente relacionado com o alvo (se “dedos” e “sapato” fossem alvos, “pé” seria um distrator relacionado); b) um distrator não relacionado semântica ou acusticamente com o alvo, ou seja, uma distrator inconsistente (“dormir” seria um distrator não relacionado para os itens alvo acima).

Considerando a teoria do traço difuso (Reyna & Brainerd, 1995) os testes de memória são constituídos para suscitar dois tipos de reações: (1) a recordação ou o sentimento de lembrança ou memória explícita (memória de ter encontrado este item específico anteriormente no experimento) e (2) a fa-

miliaridade ou sentimento de conhecer (impressão de ter experienciado certos sentidos ou relações antes no experimento, não baseados em itens específicos). Traços literais dão suporte à recordação de itens específicos e sentimentos de familiaridade não específicos são suportados pela recuperação de memórias de essência (Brainerd, Reyna, & Poole, 2000; Brainerd, Yang, Reyna, Howe, & Mills, 2008). A recuperação das memórias literal e de essência é dissociada e, portanto itens alvos são melhores pistas para traços literais do que para traços de essência, que por sua vez são relacionados a distratores relacionados (Reyna & Brainerd, 1995).

Tendo como ponto de partida os estudos sobre falsas memórias, Neufeld, Brust e Stein (2008) demonstraram a importância do estudo dos mecanismos envolvidos na recuperação de memórias, o que favoreceria o desenvolvimento e aprimoramento de técnicas de entrevista jurídica e de intervenção terapêutica. As autoras investigaram o efeito da emoção na recuperação de informações envolvidas em eventos com conteúdo emocional neutro e negativo. Em uma revisão, Santos e Stein (2008) ressaltaram que pesquisas que avaliam a influência das emoções no reconhecimento verdadeiro e na produção de falsas memórias, representam uma grande contribuição no estudo de falsas memórias e no estudo do funcionamento da memória.

Memória, Metacognição e Envelhecimento

De acordo com Sternberg (2008), existe uma visão que é estereotipada entre velhice e perda de memória, sendo que esta visão é compartilhada também pelos indivíduos idosos, que costumam se considerar menos eficazes em atividades que envolvam a cognição e pensam que não possuem capacidade para aprender. Segundo Yassuda et al. (2005), al-

terações na metamemória do idoso, como crenças mais negativas sobre sua própria memória, poderiam influenciar importantes variáveis moduladoras do desempenho, tais como o esforço despendido, a motivação e o uso de estratégias (ver também Volz-Sidiropoulou & Gauggel, 2012).

O efeito do processo de envelhecimento nas funções cognitivas, envolvendo tanto seu declínio como sua estabilidade, podem ser influenciados por aspectos sociodemográficos, genéticos, de estilo de vida e de saúde física (Ribeiro, Oliveira, Cupertino, Neri, & Yassuda, 2010). O processo de envelhecimento envolve múltiplos fatores, tanto individuais, sociais como ambientais, sendo estes tanto determinantes como modificadores da saúde (Teixeira & Neri, 2008).

Entretanto, os processos cognitivos podem sofrer algumas mudanças no decorrer do processo de envelhecimento. É fato que, com o aumento da idade, o processamento das informações torna-se mais lento e dispendioso (Salthouse, 1991). A maioria dos estudos transversais sugere um declínio nas funções cognitivas quando comparados jovens e idosos (Salthouse, 2004, 2009), indicando que a memória sofre um curso de enfraquecimento com o passar do tempo (Neufeld & Stein, 2003). Durante o processo de envelhecimento normal observa-se um declínio de funções cognitivas como a memória episódica e as funções executivas (Charchat-Fichman, Caramelli, Sameshima, & Nitrini, 2005; Parente, 2006; Paulo & Yassuda, 2010).

O desempenho dos idosos em tarefas de memória pode também ser negativamente influenciado por suas atitudes e crenças a respeito de sua capacidade de memorizar (Yassuda, Lasca, & Neri, 2005; Al-

meida, Beger, & Watanabe, 2007; Souza, Borges, Vitoria, & Chiappetta, 2010). Porém, estudos longitudinais sustentam que grande parte da população idosa não apresenta declínio cognitivo, ou seja, apresenta trajetória evolutiva estável e benigna (Bennett, Wilson, Schneider, Evans, & Beckett, 2002; Charchat-Fichman et al., 2005). Alguns autores indicam que seria importante perceber o envelhecimento como mais uma fase do desenvolvimento humano, considerando que nesta etapa ocorre tanto a disposição a perdas como também ao fortalecimento de capacidades.

Justificativa

A partir de todos os dados apresentados acerca das diferenças individuais acerca da memória, torna-se importante compreender os processos relacionados à crença na memória (juntamente com sua autoeficácia) e ao real desempenho da memória, bem como da produção de falsas memórias, especificamente na comparação entre possíveis diferenças de desempenho de adultos e idosos.

OBJETIVOS

O presente estudo visa investigar a relação entre desempenho individual em tarefas de memória e a crença metacognitiva sobre a capacidade de cada indivíduo em desenvolver tais atividades. Em especial, uma questão a ser discutida é o quanto o conhecimento acerca da própria memória (i.e., metamemória) é um preditor do desempenho em tarefas mnemônicas. Acrescenta-se a isso a comparação entre as crenças de adultos e idosos sobre sua memória e seu real desempenho mnemônico, bem como diferenças metacognitivas relacionadas à recuperação de informações com conteúdo emocional neutro, negativo, e positivo.

Hipóteses

Este estudo é baseado em duas principais hipóteses sobre o prejuízo da memória dos idosos em relação aos adultos jovens. Em primeiro lugar, há um declínio da qualidade da memória com o passar dos anos e idosos lembram menos informações verdadeiras do que adultos jovens (Charchat-Fichman, Caramelli, Sameshima, & Nitrini, 2005; Neufeld & Stein, 2003; Parente, 2006; Paulo & Yassuda, 2010; Salthouse, 2004, 2009). A segunda hipótese refere-se ao desempenho dos idosos em tarefas de memória que parece estar negativamente associado a atitudes e crenças a respeito da própria capacidade de memorizar (Yassuda, Lasca, & Neri, 2005; Almeida, Beger, & Watanabe, 2007; Souza, Borges, Vitoria, & Chiappetta, 2010).

MÉTODO

Delineamento

O presente estudo utilizou um delineamento fatorial 2 (idade) x 2 (sexo) x 3 (item do teste) x 3 (conteúdo emocional do item) com medidas repetidas para as duas últimas variáveis. Os participantes foram selecionados segundo sua faixa etária, de forma a constituírem um grupo de adultos e outro de idosos, dentre os quais havia tanto homens como mulheres. As duas últimas variáveis se referem aos itens do teste de memória de reconhecimento, que foram divididos conforme o tipo em alvos, distratores críticos e distratores não relacionados, bem como segundo seu conteúdo emocional em positivos, negativos e neutros. As variáveis dependentes foram o desempenho da memória no teste de memória de reconhecimento e o nível de credibilidade que os participantes exibiram sobre sua memória no questionário de crenças metacognitivas. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética

da Faculdade Assis Gurgacz sob protocolo número 726/2007.

Participantes

Participaram do estudo 82 adultos, com idade entre 30 e 35 anos ($M = 32,91$; $DP = 1,83$), sendo 45 do sexo feminino e 37 do masculino, e 79 idosos, com idade entre 65 e 70 anos ($M = 66,92$, $DP = 1,64$), sendo 49 do sexo feminino e 30 do masculino, os quais foram selecionados por conveniência em uma cidade no interior do estado do Paraná. A amostra foi composta por conveniência.

Instrumentos

Os instrumentos utilizados no presente estudo foram:

1. Oito listas de dez palavras (selecionadas do Estudo I de Stein et al., 2006, por exemplo, dedos, sapatos, unha, chulé, meia, calçado, tênis, sustentação, chinelo, calo), todas elas semanticamente associadas, e tendo uma palavra que representava o tema de cada uma das listas (sendo o distrator crítico, nesse caso, a palavra pé).
2. O teste de memória de reconhecimento, constituído por uma nova lista de palavras a ser lida pelo experimentador, na qual haveria palavras que estavam presentes no material original e outras novas. O teste foi composto por 48 palavras, das quais 24 eram itens alvo, 8 eram distratores críticos e 16 eram distratores não relacionados. Os itens alvo eram informações que realmente estavam presentes no material original, representando lembranças verdadeiras; os distratores críticos eram palavras representando os temas de cada uma das listas, ou seja, sua essência semântica, porém que não haviam sido apresentados na lista original, representando as falsas memórias, e os distratores não relacionados eram informa-

ções que não estavam presentes no material original nem estavam semanticamente relacionadas às listas, representando as respostas de viés ou respostas não mnemônicas.

3. O Questionário de Crenças Metacognitivas autoadministrado desenvolvido para fins desta pesquisa. O questionário era composto por 13 perguntas de múltipla escolha, sendo que cinco relacionam-se com a metacognição e oito relacionadas à saúde dos participantes. Eram oferecidas quatro opções de escolha para cada uma das respostas, que variavam em dois níveis relacionados a uma crença de boa memória (1 e 2) e outros dois (3 e 4) relacionados a uma crença de dificuldades de memória. As perguntas de saúde foram inseridas no questionário com o intuito de diminuir possíveis influências das perguntas no teste de memória realizando anteriormente sobre as crenças dos participantes, atuando como uma forma de *buffer* e preenchimento do questionário. Somente foram computadas respostas referentes às crenças que os participantes tinham sobre sua memória, as perguntas referentes à saúde não foram utilizadas.

Procedimentos

A coleta de dados foi realizada individualmente com todos os participantes em sala silenciosa. Foram explicados todos os procedimentos aos participantes, bem como assegurado o caráter ético da pesquisa, que teve início apenas após sua aprovação pelo Comitê de Ética em pesquisa com seres humanos da Faculdade Assis Gurgacz. Todos que concordaram em participar da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Informado, Livre e Esclarecido. Em um primeiro momento foi apresentada uma lista de palavras semanticamente associadas a um mesmo tema, baseada no trabalho de Stein et al. (2006).

As listas eram apresentadas de forma aleatória, e variavam em termos de conteúdo emocional (sendo 2 negativas, 2 positivas e 4 neutras). Os participantes foram instruídos de que sua memória seria testada para uma série de palavras e, portanto, deveriam prestar atenção ao ouvir cada palavra que fora gravada em CD. Cada palavra foi apresentada em intervalos de 2 segundos.

Em seguida, os participantes responderam ao Questionário de Crenças Metacognitivas e, por fim, foi aplicado o Teste de Memória de Reconhecimento. Os participantes foram instruídos de que uma nova lista de palavra seria lida pelo experimentador, na qual haveria palavras que estavam presentes no material original e outras seriam novas. Solicitou-se então ao participante que informasse se se lembrava de que a palavra estava ou não estava presente no material original.

Análise Estatística

Os dados foram analisados com o auxílio do programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) versão 16.0. Todos os tratamentos estatísticos utilizaram um $\alpha=0,05$ para o teste de hipóteses. Foram realizadas análises *post hoc* e comparações pareadas com correção de Bonferroni, a fim de se evitar erros provenientes de comparações múltiplas.

RESULTADOS

Indicadores de Memória

Considerando-se os resultados de memória geral, as respostas para o teste de memória foram analisadas através de uma Análise de Variância (ANOVA) para tipo de item e idade dos participantes. Os resultados evidenciaram um efeito principal para tipo de item $F(2, 158) = 64,06, p < 0,001$, uma vez que os índices

de reconhecimento de memória verdadeira foram superiores aos de falsas memórias e de respostas não mnemônicas ($p < 0,05$), e os índices de falsas memórias foram superiores aos de respostas não mnemônicas ($p < 0,001$). De um modo geral, a baixa produção de respostas não mnemônicas sugere que as respostas dos participantes foram baseadas na memória para as palavras do material original e, portanto, esses índices não serão incluídos nas demais análises.

O efeito principal da ANOVA foi qualificado por uma interação entre tipo de item do teste e idade dos participantes $F(2, 158) = 3,75; p < 0,05$. Uma comparação entre faixa etária ($p < 0,05$), sugere que os adultos lembram mais informações verdadeiras ($M = 0,64; DP = 0,15$) do que os idosos ($M = 0,59; DP = 0,17$). Por outro lado, os adultos produzem mais falsas memórias ($M = 0,61; DP = 0,19$) do que os idosos ($M = 0,52; DP = 0,22$). Verificou-se assim que memória dos idosos apresenta precisão, uma vez que os participantes lembram mais informações verdadeiras do que produzem falsas memórias ($p < 0,05$).

Esses resultados foram explorados em uma ANOVA para a memória verdadeira entre a idade dos participantes (adultos vs. idosos) com medidas repetidas para o conteúdo emocional da lista (positiva vs. negativa vs. neutra). A análise evidenciou uma interação entre o conteúdo emocional dos itens e a idade dos participantes $F(2, 158) = 4,44; p < 0,05$, sugerindo que os adultos lembram mais informações positivas ($M = 0,63; DP = 0,25$) do que os idosos ($M = 0,51; DP = 0,21; p < 0,01$). Os idosos, por sua vez, lembram mais informações negativas ($M = 0,6; DP = 0,27$) e neutras ($M = 0,62; DP = 0,21$) do que positivas ($p < 0,001$).

Indicadores de Crenças Metacognitivas

De um modo geral, os adultos demonstram acreditar mais na sua memória do que os idosos. Esse achado é resultado de um teste t de hipótese entre as faixas etárias dos participantes para os itens referentes a crenças na memória do Questionário de Crenças Metacognitivas $t(159) = 9,63; p < 0,001$. Os adultos obtiveram médias inferiores ($M = 1,93; DP = 0,44$) do que os idosos ($M = 2,62; DP = 0,46$) no questionário, ao escolher itens que se aproximam de uma crença de boa memória em oposição a crenças de dificuldades de memória.

Nesta mesma linha, uma correlação de Spearman para os indicadores de memória e sua crença indicou que quanto mais os adultos acreditam em sua memória, menos falsas memórias são produzidas para informações neutras ($rho = -0,23; p < 0,05$). A correlação de Spearman fornece uma medida mais fidedigna das variáveis crença na memória e desempenho em um teste de memória, uma vez que são medidas em intervalos diferentes. Esse resultado foi corroborado por uma análise de regressão que testou o poder preditivo das crenças no desempenho da memória. Os resultados indicaram uma tendência da crença na memória em prever a correta rejeição de informações falsas neutras ($R^2 = 0,02, f(1,80) = 2,91, p < 0,1; \beta = -1,19, p < 0,1$) e negativas ($R^2 = 0,03, f(1,80) = 3,36, p < 0,1; \beta = -0,20, p < 0,1$).

DISCUSSÃO

Através dos resultados alcançados pelo presente estudo foi possível verificar, em uma comparação entre faixas etárias, que os adultos lembram mais informações verdadeiras do que os idosos, sendo que este resultado vai ao encontro das teorias de envelhecimento que preveem um declínio na capacidade

cognitiva com a idade (Salthouse, 1991; Neufeld & Stein, 2003; Charchat-Fichman et al., 2005; Parente, 2006; Paulo & Yassuda, 2010). Por outro lado, os adultos produzem mais falsas memórias do que os idosos, indicando assim que a memória dos idosos apresenta maior precisão, uma vez que os participantes lembram mais informações verdadeiras do que produzem falsas memórias.

Ainda, notou-se uma interação entre o conteúdo emocional dos itens e a idade dos participantes, sugerindo que os adultos lembram mais informações positivas do que os idosos, e estes resultados corroboram a literatura da área que sugere que as informações positivas são mais lembradas de maneira acurada do que informações negativas e neutras (Ávila & Stein, 2006). De maneira oposta, neste estudo foi possível observar que os idosos, por sua vez, lembraram mais informações negativas e neutras do que positivas.

De um modo geral, os adultos demonstraram acreditar mais em sua memória do que os idosos. Estes resultados concordam com a sugestão de Yassuda, Lasca e Neri (2005) de que os idosos têm atitudes e crenças de que sua performance é inferior a dos adultos no que tange a sua capacidade de memorizar, e essas crenças tendem a influenciar negativamente o desempenho dos idosos em tarefas de memória. Desta forma, os resultados apresentados neste trabalho reforçam a hipótese dos autores de que acreditar na memória influencia os índices de desempenho. Neste caso, porque a memória foi testada por meio de um teste de reconhecimento, pode-se inferir que os participantes adultos que acreditavam mais em sua memória fizeram julgamento de correta rejeição de informações falsas diretamente relacionadas ao conteúdo original.

Neste sentido, considerando tais resultados, pode-se supor que adultos são auxiliados na performance da sua memória pelas suas crenças de autoeficácia positivas em relação ao seu desempenho. Já os idosos, apesar de exibirem declínio nos índices de memórias verdadeiras, também apresentam menos distorções de memória, o que sugere que a qualidade da memória dos idosos era boa, mas sua crença na sua performance não acompanha tal evidência. Beck (1997) refere que a visão negativa sobre si, sobre os outros e sobre o futuro tem forte influência sobre nosso humor. Considerando isso, pode-se prever que a falta de abrangência das informações que os idosos possuem sobre sua memória, pode ser um forte fator de aumento de risco de pensamentos negativos sobre si, e em última instância poderiam contribuir para sintomas depressivos exacerbados pelo envelhecimento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados indicaram que os adultos lembram mais informações verdadeiras do que os idosos, o que poderia estar relacionado ao declínio de funções cognitivas, entre elas a memória, devido à idade. Poder-se-ia inferir que, por confiarem mais em sua memória, os adultos apresentariam um melhor desempenho nestas tarefas, o que também os levaria a cometer mais erros, e a apresentarem mais falsas memórias do que os idosos.

Por outro lado, as crenças metacognitivas dos idosos relacionadas a dificuldades de memória poderiam estar relacionadas a um pior desempenho destes nas tarefas. Tal desempenho pode ser diretamente afetado por crenças relacionadas de que sua performance não é mais a mesma, gerando falta de motivação para tentar lembrar ou até mesmo desatenção.

Além disso, a metacognição parece ter um papel fundamental sobre nossos esquemas motivacionais, bem como sobre nosso desempenho. No entanto, os mecanismos envolvidos neste processo continuam demandando esclarecimento. Neste sentido, sugere-se que em estudos futuros sejam investigados conceitos referentes à fonte, buscando compreender como nossas crenças metacognitivas são influenciadas pelas características distintivas das palavras como cores, localização, associação com outras palavras.

Outro ponto que merece destaque refere-se à necessidade de investigar características psicológicas em associação com as crenças metacognitivas e a performance da memória. Considerando os dados que exibem influência de sintomas como depressão e desesperança sobre as crenças metacognitivas, investigar o efeito de tais variáveis poderia auxiliar na apresentação de formas mais eficazes de intervenção na autoeficácia dos idosos e suas implicações sobre o processamento cognitivo dos mesmos.

REFERÊNCIAS

- Almeida, M. H. M., Beger, M. L. M., & Watanabe, H. A. W. (2007). Oficina de memória para idosos: Estratégia para promoção da saúde. *Interface: Comunicação, Saúde, Educação*, 11(22), 271-80. doi: 10.1590/S1414-32832007000200007.
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychologist*, 28(2), 117-148. doi: 10.1207/s15326985ep2802_3.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bandura, A., Azzi, R. G., & Polydoro, S. (2008). *Teoria Social Cognitiva: Conceitos básicos*. Porto Alegre: Artmed.
- Beck, J.S. (1997). *Terapia Cognitiva – teoria e prática*. Porto Alegre: Artmed.
- Bennett, D. A., Wilson, R. S., Schneider, J. A., Evans, D. A., Beckett, L. A., & Aggarwal, N. T. (2002). Natural history of mild cognitive impairment in older persons. *Neurology*, 59(2), 198-205. <http://www.neurology.org/content/59/2/198.full.html>.
- Brainerd, C. J., & Reyna, V. F. (2005). *The science of false memory*. New York: Oxford University.
- Brainerd, C. J., Reyna, V. F., & Forrest, T. J. (2002). Are young children susceptible to the false-memory illusion? *Child Development*, 73, 1363-1377. doi: 10.1111/1467-8624.00477.
- Brainerd, C. J., Reyna, V. F., & Poole, D. A. (2000). Fuzzy-trace theory and false memory: Memory theory in the courtroom. In D. F. Bjorklund (Ed.), *False memory creation in children and adults: Theory, research, and implications* (pp. 93-127). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Brainerd, C. J., Yang, Y., Reyna, V. F., Howe, M. L., & Mills, B. A. (2008). Semantic processing in “associative” false memory. *Psychonomic Bulletin & Review*, 15(6), 1035-1053. doi:10.3758/PBR.15.6.1035.
- Charchat-Fichman, H., Caramelli, P., Sameshima, K. & Nittrini, R. (2005). Declínio da capacidade cognitiva durante o envelhecimento. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 27 (1), 79-82. doi: 10.1590/S1516-44462005000100017.
- Deese, J. (1959). On the prediction of occurrence of particular verbal intrusions in immediate recall. *Journal of Experimental Psychology*, 58, 17-22. doi: 10.1037/h0046671.
- Flavell, J. H. (1997). *Metacognitive aspects of problem solving*. In Resnik, L. B. (Ed.), *The Nature of intelligence*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive- developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906-911. doi: 10.1037//0003-066X.34.10.906.
- Flavell, J. H., Miller, P. H., & Miller, S. (1999). *Desenvolvimento Cognitivo*. Porto Alegre: Artmed.

- Frost, P. (2000). The quality of false memory over time: Is memory for misinformation "remembered" or "known"? *Psychonomic Bulletin & Review*, *7*(3), 531-536. doi: 10.3758/BF03214367.
- Gallo, D. A., Weiss, J. A., & Schacter, D. L. (2004). Reducing false recognition with criterial recollection tests: distinctiveness heuristic versus criterion shifts. *Journal of Memory and Language*, *51*, 473-493. doi: 10.1016/j.jml.2004.06.002.
- Jou, G. I., & Sperb, T. M. (2006). A metacognição como estratégia reguladora da aprendizagem. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, *19*, 2, 177-185. doi: 10.1590/S0102-79722006000200003.
- Koriat, A. (2002). Metacognition research: an interim report. In T. J. Perfect, & B. L. Schwartz (Orgs.), *Applied Metacognition*. Cambridge: Cambridge University.
- Neri, A. L. (2006). O senso de auto-eficácia como mediador do envelhecimento bem-sucedido no âmbito da cognição, das competências para a vida diária e do autocuidado à saúde. In R. G. Azzi & S. Polydoro (Orgs.), *Auto-eficácia em diferentes contextos*. Campinas: Alínea.
- Neufeld, C. B., Brust, P. G., & Stein, L. M. (2008). Adaptação de um método de investigação do impacto da emoção na memória. *Psico-USF*, *13*(1), 21-29. doi: 10.1590/S1413-82712008000100004.
- Neufeld, C. B., Brust, P. G., & Stein, L. M. (2010). Compreendendo o fenômeno das falsas memórias. Em L. M. Stein & cols. (Ed.), *Falsas memórias: Fundamentos científicos, aplicações clínicas e jurídicas* (pp. 21-41). Porto Alegre: Artmed.
- Neufeld, C. B., & Stein, L. M. (2003). Falsas memórias em pré-escolares: Uma investigação experimental e suas implicações clínicas. In M. Z. S. Brandão, F. C. S. Conte, F. S. Brandão, Y. K. Ingermann, C. B. Moura, V. M. Silva, & S. M. Olliane (Orgs.), *Sobre comportamento e cognição: Clínica, pesquisa e aplicação* (vol. 12, pp. 453-468). Santo André: ESETec.
- Parente, M. A. M. P. (2006). *Cognição e envelhecimento*. Porto Alegre: Artmed.
- Paulo, D. V. L., & Yassuda, M. S. (2010). Queixas de memória de idosos e sua relação com escolaridade, desempenho cognitivo e sintomas de depressão e ansiedade. *Revista Psiquiatria Clínica*, *37*(1), 23-26. doi: 10.1590/S0101-60832010000100005.
- Reyna, V. F., & Brainerd, C. J. (1995). Fuzzy-trace theory: An interim synthesis. *Learning and Individual Differences*, *7*, 1-75. doi: 10.1016/1041-6080(95)90031-4.
- Ribeiro, P. C. C., Oliveira, B. H. D., Cupertino, A. P. F. B., Neri, A. L., & Yassuda, M. S. (2010). Desempenho de idosos na bateria cognitiva CERAD: Relações com variáveis sociodemográficas e saúde percebida. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, *23*(1), 102-109. doi: 10.1590/S0102-79722010000100013.
- Roediger, H. L., III, & McDermott, K. T. (1995). Creating false memories: Remembering words not presented in lists. *Journal of Experimental Psychology: Learning Memory, and Cognition*, *4*, 803-814. doi: 10.1037/0278-7393.21.4.803.
- Santos, R. F., & Stein, L. M. (2008). A influência das emoções nas falsas memórias: uma revisão crítica. *Psicologia USP*, *19*(3), 415-434. doi: 10.1590/S0103-65642008000300009.
- Salthouse, T. A. (1991). *Theoretical perspectives on cognitive aging*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Salthouse, T. A. (2004). What and when of cognitive aging. *Current Directions in Psychological Science*, *13*(4), 140-145. doi: 10.1111/j.0963-7214.2004.00293.x.
- Salthouse, T. A. (2009). When does age-related cognitive decline begin? *Neurobiology of Aging*, *30*, 507-514. doi: 10.1016/j.neurobiolaging.2008.09.023.
- Schacter, D. L. (2003). *Os sete pecados da memória: Como a mente esquece e lembra*. Rio de Janeiro: Rocco.

- Schnitzspahn, K. M., Zeintl, M., Jäger, T., & Kliegel, M. (2011). Metacognition in prospective memory: are performance predictions accurate? *Canadian Journal of Experimental Psychology*, *65*(1), 19-26. doi:10.1037/a0022842.
- Souza, V. L., Borges, M. F., Vitoria, C. M. S., & Chiappetta, A. L. M. L. (2010). Perfil das habilidades cognitivas no envelhecimento normal. *Revista CEFAC*, *12*(2) 186-192. doi: 10.1590/S1516-18462009005000056.
- Stein, L. M., Feix, L. F., & Rohenkohl, G. (2006). Avanços metodológicos no estudo das falsas memórias: Construção e normatização do procedimento de palavras associadas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, *19*(2), 196-176. doi: 10.1590/S0102-79722006000200002.
- Stein, L. M., & Pergher, G. K. (2001). Criando falsas memórias em adultos por meio de lista de palavras associadas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, *14*(2), 353-366. doi: 10.1590/S0102-79722001000200010.
- Sternberg, R. J. (2008). *Psicologia Cognitiva*. 4 ed. Porto Alegre: Artmed.
- Teixeira, I. N. D. A. O., & Neri, A. L. (2008). Envelhecimento bem-sucedido: Uma meta no curso da vida. *Psicologia USP*, *19*(1), p. 81-94. doi: 10.1590/S0103-65642008000100010.
- Volz-Sidiropoulou, E., & Gauggel, S. (2012). Do subjective measures of attention and memory predict actual performance? Metacognition in older couples. *Psychology and Aging*, *27*(2), 440-450. doi:10.1037/a0025384.
- Yassuda, M. S., Lasca, V. B., & Neri, A. L. (2005). Meta-memória e auto-eficácia: Um estudo de validação de instrumentos de pesquisa sobre memória e envelhecimento. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, *18*(1), 78-90. doi: 10.1590/S0102-79722005000100011.

Recebido em 2 de outubro de 2013
Encaminhado para revisão em 24 de janeiro de 2014
Aceito em 31 de janeiro de 2014