

ÍNDICE

	Pág.	
1.	Introducción	4
2.	Marco teórico	8
2.1.	Cambios en la función cognitiva	8
2.1.1.	Envejecimiento cognitivo	8
2.1.2.	Memoria	14
2.1.2.1.	Tipos de memoria	16
2.1.2.1.1.	Memoria episódica	18
2.1.2.2.	Procesos básicos de la memoria	20
2.1.2.2.1.	Codificación	21
2.1.2.2.2.	Almacenamiento	22
2.1.2.2.3.	Recuperación	23
2.1.2.3.	Quejas subjetivas	23
2.1.2.4.	Entrenamiento de la memoria	25
3.	Formulación del problema	34
4.	Hipótesis	37
5.	Variables	38
6.	Objetivos	40
6.1.	Objetivo(s) general(es)	40
6.2.	Objetivos específicos	40
7.	Metodología	42
7.1.	Tipo de estudio y diseño de la investigación	42
7.2.	Muestreo	42
7.3.	Sujetos: descripción del grupo en estudio	43
7.4.	Instrumentos	44
8.	Procedimientos	57
9.	Resultados	64
10.	Discusión	74
11.	Bibliografía	78
12.	Anexos	91