



Universidade do Minho

Escola de Psicologia

Hélder Manuel Araújo Neto

**Memórias autobiográficas
desencadeadas por músicas positivas:
Estudo com homens heroinómanos,
abstinentes**



Universidade do Minho

Escola de Psicologia

Hélder Manuel Araújo Neto

**Memórias autobiográficas
desencadeadas por músicas positivas:
Estudo com homens heroinómanos,
abstinentes**

Dissertação de Mestrado

Mestrado Integrado em Psicologia

Trabalho realizado sob orientação do

Professor Doutor Pedro Barbas de Albuquerque

Índice

Introdução.....	6
Método	11
Estudo prévio.....	11
Participantes.....	12
Instrumentos e medidas	12
Procedimento	13
Resultados.....	13
Estudo de memória autobiográfica.....	14
Participantes.....	14
Instrumentos e medidas	14
Procedimento	15
Planeamento.....	16
Resultados	17
Especificidade das memórias autobiográficas elicítadas	17
Padrão de distribuição da memória autobiográfica ao longo do ciclo de vida.....	18
Valência e importância das memórias autobiográficas (grupo-alvo e de controlo)	18
Valência e importância das memórias autobiográficas (grupo-alvo).....	19
Discussão.....	19
Referências Bibliográficas	22

Agradecimentos

Ao Professor Doutor Pedro Albuquerque não só pela orientação e apoio prestados ao longo dos últimos anos mas também, e sobretudo, pela paciência de Job que teve comigo.

Ao Grupo de Investigação em Memória Humana da Universidade do Minho com o qual muito aprendi acerca desta fascinante área de investigação.

Aos meus colegas de curso que me ajudaram imenso. Embora me sentisse um outsider nunca me trataram como tal, muito pelo contrário. Em particular ao Israel, à Maggie, ao Pedro e ao André.

A todos os participantes do meu estudo principalmente aos utentes e ex-utentes da comunidade terapêutica de S. Francisco onde foi realizado o estudo com o grupo-alvo.

Um agradecimento especial à Maria João Miraldo. Sem o teu encorajamento, sem ti, nada disto teria sido possível.

À minha irmã pelo amor absolutamente incondicional, que me demonstra desde que nasci, para além disso deu-me uma sobrinha maravilhosa que se transformou no sol da minha vida. Sem vós a vida seria quase insuportável.

Ao António e à Cândida, meus pais, que queriam ter um filho doutor (ides ter um filho mestre e não digais que ides daqui). Foram-se embora durante este meu percurso académico mas continuam bem vivos na minha memória.

Por fim, gostaria de agradecer a todos aqueles que deveriam constar neste texto mas, pela pressão da data de entrega, olvidei de incluir nesta lista (perdoar-me-eis).

Memórias autobiográficas desencadeadas por músicas positivas: Estudo com homens heroínómanos, abstinentes.

Resumo: Os estudos na área da memória autobiográfica têm mostrado que o seu papel no funcionamento humano é extenso e de tal modo importante que auxilia na compreensão e definição do *self* dos indivíduos orientando-os no seu mundo íntimo e pessoal. Défices ou alterações nas suas funções, como a sobregeneralização da recuperação mnésica, foram observadas em muitos quadros patológicos. Investigações prévias sugerem que a sobregeneralização também está presente nos dependentes de heroína, mesmo abstinentes. O objetivo principal deste estudo foi explorar a tendência dos heroínómanos evocarem memórias autobiográficas sobregeneralizadas utilizando para esse fim uma metodologia diferente. No presente trabalho recorreu-se a músicas como estímulos elicitadores porque, enquanto estímulo, poderão permitir maior vividez e especificidade das memórias evocadas do que as conseguidas com outro tipo de estímulos. Durante o procedimento, os participantes ouviram excertos de músicas como pistas para a recuperação de memórias autobiográficas. Os resultados indicam que não há diferenças quanto à quantidade e especificidade das memórias elicitadas entre o grupo-alvo de homens heroínómanos abstinentes e um grupo de controlo, não se verificando a sobregeneralização no primeiro grupo.

Palavras-chave: memórias autobiográficas, sobregeneralização, música, homens heroínómanos.

Autobiographical memories elicited by positive musical stimuli: Study with abstinent male heroin addicts.

Abstract: Research on autobiographical memory has shown that its role on human functioning is vast and that it is vital to understand and define an individual's self, guiding them in their personal and intimate worlds. Changes and deficits in its function, such as the overgeneralization of mnemonic retrieval, were observed in several pathological situations. Previous research suggests that this overgeneralization is also present in heroin addicts, even if currently abstinent. The main aim of this study is to explore the tendency of heroin addicts to retrieve overgeneralized autobiographical memories by employing an unusual methodology. In this study, we have employed songs as triggering stimuli because, as stimuli, they may allow for a greater specificity and richness of evoked memories compared with other types of stimuli. During the experiment, participants listened to excerpts of songs as cues to retrieve autobiographical memories. Results show no difference as to the quantity and specificity of retrieved memories between the target-group of abstinent male heroin addicts and the control group, also showing no evidence of an overgeneralization effect in the first group.

Keywords: autobiographical memories, overgeneralization, music, heroin addicts

Introdução

Quando nos referimos à memória autobiográfica, referimo-nos às memórias de acontecimentos que ocorreram na vida de um indivíduo e que tiveram impacto no seu percurso pessoal, na compreensão e definição do seu *self* (Conway, 2005; Conway & Holmes, 2000). Estas memórias relacionadas com o *self*, possibilitam um sentimento de continuidade, permitindo construir uma história de vida coerente e compreensível, num dado contexto social e cultural, orientando os indivíduos no mundo íntimo e pessoal, bem como nas relações com os outros (Bluck, Alea, Habermas, & Rubin, 2005; Bluck & Liao, 2013).

O conceito memória autobiográfica refere-se à nossa memória para episódios específicos e ao conhecimento conceptual, genérico e esquemático que temos das nossas vidas, ou seja, refere-se em geral ao conhecimento autobiográfico (Conway & Williams, 2008). Para Rubin, Rahhal e Poon (1998) a memória autobiográfica reporta-se à capacidade de recordar conscientemente experiências individuais vividas no passado e à recuperação de eventos específicos na história de vida de uma pessoa. Ao permitir esta recuperação específica de episódios passados a memória autobiográfica é acompanhada por uma sensação de reexperiência do acontecimento original, permitindo assim integrar o *self* nas essas memórias. Tulving (2002) designou esta capacidade como “consciência auto-nóética”.

Para explicar os mecanismos de funcionamento da memória autobiográfica Conway e Pleydell-Pearce (2000) propuseram um modelo, que designaram por *Self-Memory System* (SMS). Este modelo é orientado para a construção do *working self* e organizado a partir de um sistema hierárquico que abrange todos os níveis de conhecimento autobiográfico: períodos de vida, eventos gerais e conhecimentos específicos de eventos. Esta base de conhecimento autobiográfico interage com o *working self* e desta interação resulta um guião de recordação autobiográfica que é utilizado na procura da informação relevante. Neste modelo de recordação autobiográfica a informação que poderia ser desestabilizadora para o *self*, por exemplo devido à sua incoerência com os objetivos atuais do indivíduo, seria bloqueada e atenuada. Nos processos de codificação e recuperação de memórias e do seu conteúdo o *working self* regula constantemente estes processos, gerindo um equilíbrio entre aquilo que de facto aconteceu e a coerência com os objetivos atuais do *self*.

Como foi referenciado, a maioria dos modelos de funcionamento da memória autobiográfica considera que esta está organizada em três níveis hierárquicos. Num primeiro nível estará a (a) informação relativa a eventos específicos, por exemplo, quando alguém

recorda ter recebido de presente a sua primeira bicicleta no dia do seu oitavo aniversário. De um segundo nível, intermédio, (b) fazem parte memórias gerais de eventos que se repetiram ao ponto de serem recordados como hábitos, por exemplo, quando alguém se recorda de frequentar determinado café quando andava no liceu. Finalmente, no nível mais elevado da hierarquia estão os (c) períodos extensos de vida que incluem e contextualizam tanto memórias gerais como eventos específicos, estes períodos incluem também critérios de organização temática e contextual, por exemplo, um indivíduo recordar os dez anos que viveu em determinada cidade ou os tempos que passou na Universidade.

Nestes três níveis organizados hierarquicamente a informação armazenada no nível superior, o mais geral e abstrato, é o ponto de partida para a procura de detalhes associados a uma memória específica. Conway, Pleydell-Pearce, Whitecross e Sharpe (2003) postularam que a recuperação de uma memória autobiográfica generalizada apresenta tempos de latência entre três e nove segundos após apresentação de um estímulo, enquanto que, a recuperação de uma memória autobiográfica específica demora, em média, mais quatro segundos (Addis, McIntosh, Moscovitch, Crawley, & McAndrews, 2004). Os resultados destes estudos parecem então suportar a hipótese de que a memória autobiográfica geral é onde tem início a busca de detalhes associados à memória. Ou seja, perante a apresentação de um estímulo elicitor, o indivíduo inicia a procura da memória autobiográfica relacionada, desde um nível geral de representação de conhecimento, até um momento específico e detalhado (Conway & Williams, 2008).

Tendo em conta esta organização das memórias autobiográficas e a sua relevância para a organização do *self* podemos interrogar-nos sobre outras funções que possam ser suportadas ou associadas a esta memória. As teorias acerca da memória autobiográfica apontam quatro funções específicas para este sistema mnésico: diretiva, social, autorrepresentativa (Bluck et al., 2005), às quais se acrescenta posteriormente a função adaptativa (Williams, Conway, & Cohen, 2008).

O papel da memória autobiográfica no funcionamento humano é extenso, e parece ser de tal modo importante que, défices ou alterações nas suas funções, como a sobregeneralização, que é um dos erros de funcionamento mais documentados na literatura, foi apontada por Harvey, Watkins, Mansell, e Shafran (2004) como sendo um possível processo transversal em muitos quadros patológicos.

Williams (2006) e Williams e colaboradores (2007), nos seus estudos com pessoas deprimidas, criaram um modelo explicativo deste fenómeno, juntando três processos independentes e anteriormente descritos na literatura por diferentes autores. Esse modelo, CaR-FA-X (a denominação do modelo resulta do acrónimo em inglês dos três processos) propõe que o efeito de sobregeneralização das memórias autobiográficas surge de mecanismos de ruminação, evitamento funcional, e dificuldades no controlo executivo por parte dos indivíduos com sintomatologia depressiva. O modelo CaR-FA-X evidencia que, mesmo que estes três mecanismos contribuam de forma independente para o efeito de sobregeneralização em indivíduos com depressão, os mesmos, podem interagir entre si e ser observáveis em conjunto (Sumner, 2012; Williams et al., 2007).

Como já foi referido, a sobregeneralização foi verificada em diferentes patologias, como na manifestação de quadros depressivos (Stange, Hamlat, Hamilton, Abramson, & Alloy, 2013; Williams et al., 2007), na interação social (Bluck et al., 2005), em perturbações do comportamento alimentar (Dalglish et al., 2003), e em alcoólicos (D'Argembeau, Van Der Linden, Verbanck, & Noël, 2006).

A sobregeneralização foi também verificada em consumidores de substâncias, mais concretamente nos consumidores de opiáceos, que é a população-alvo do presente estudo. A maior parte dos estudos sobre memória deste tipo de população, são neuropsicofisiológicos e mostraram défices na memória verbal e visual (Darke, Sims, McDonald, & Wickes, 2000; Prosser et al., 2006). De facto, apenas um pequeno número de estudos usaram outras medidas para quantificar esses défices nos consumidores de opiáceos.

No que diz respeito ao estudo da memória autobiográfica, esta foi raramente investigada neste tipo de população, não obstante, estudos conduzidos por Gandolphe, Nandrino, Hancart e Vosgien (2013) mostraram que os heroinómanos apresentavam memórias autobiográficas pouco específicas. Isto poderia dever-se ao uso de estratégias de evitamento emocional, tal como foi proposto por Williams (2006), no modelo CaR-FA-X. O modelo também pode explicar, através do mecanismo de controlo executivo e atencional, que sendo baixo, pode influenciar negativamente a recuperação de memórias autobiográficas, já que é consensual que a mesma requer controlo executivo, cujo comprometimento pode trazer dificuldades no acesso a memórias específicas. Estes défices cognitivos comuns, observados nos consumidores de opiáceos e em pacientes com sintomatologia depressiva, podem ser parte da explicação para a sobregeneralização.

Também Eiber, Puel e Schmitt (1999), no seu estudo de memórias autobiográficas em dependentes de opiáceos, observaram um número reduzido de eventos autobiográficos e uma menor especificidade da memória. Foi também verificado que a memória autobiográfica continua a apresentar alterações mesmo no período de abstinência (Ersche, Roiser, Robbins, & Sahakian, 2008), estes autores observaram, no seu estudo com consumidores de várias substâncias incluindo heroínómanos onde pediram aos participantes para fazerem uma “*probabilistic reversal-learning task*”, alterações nos receptores 5ht, no tempo de latência e na função executiva. Assim, um dos objetivos deste trabalho de investigação é explorar se a tendência dos dependentes de opiáceos evocarem memórias autobiográficas sobregeneralizadas, verificada na maior parte das investigações, também se encontra em homens heroínómanos abstinentes.

Outro dos objetivos do presente estudo é tentar perceber se o padrão de distribuição de memórias autobiográficas, ao longo do ciclo de vida, se mantém em homens heroínómanos abstinentes. Ao analisar o padrão de distribuição de memórias ao longo do ciclo de vida, quaisquer que sejam as características culturais, sociais e pessoais do participante neste tipo de estudos, observamos sempre um padrão composto por amnésia infantil, explosão reminiscente, e função de retenção para acontecimentos recentes das duas últimas décadas de vida (Conway, 1990; Rubin, 1998). Vamos agora procurar clarificar cada um destes efeitos.

De uma forma geral, os modelos linguísticos e sociais (Howe, Courage, & Edison, 2003; Conway, 2005) da memória autobiográfica postulam que, até alcançar a idade escolar, as crianças possuem narrativas fragmentadas e incoerentes sobre si mesmas e sobre a sua história de vida. Estas narrativas fragmentadas, são posteriormente trabalhadas e desenvolvidas à medida que a criança estabelece redes de interação e diálogo com os pais, ou outras pessoas da sua rede social, explicando-se assim o surgimento da memória autobiográfica ao longo da infância. O período anterior à emergência deste tipo de processos, é denominado de amnésia infantil (Nelson & Fivush, 2004).

A explosão reminiscente, também designada por explosão mnésica, é um conceito que designa um grande aumento na quantidade de memórias entre os dez e os trinta anos, verificado em todos os indivíduos com mais de trinta e cinco anos. A explicação contextual ou social propõe que é neste período que, tendencialmente, ocorrem os acontecimentos de vida mais significativos, bem como será neste período de vida que se processa a consolidação

da identidade. A combinação destes fatores permite a retenção das muitas memórias para os acontecimentos registados entre os dez e os trinta anos (Holmes & Conway, 1999).

Por último, na datação da memória autobiográfica verifica-se um considerável aumento de memórias para os últimos dez anos de vida. Este fenómeno resulta na diminuição das taxas de recordação consoante aumenta o intervalo de retenção (Conway, 1990). O esquecimento verificado para os períodos de vida que antecedem o intervalo referido é uma propriedade geral do sistema de memória, e pode ser explicado em função da idade do indivíduo ou pela presença de memórias autobiográficas concorrentes, que se destacam pela sua intensidade ou significância e como tal, mais repetidas e consolidadas na memória (Berntsen & Rubin, 2002).

A memória autobiográfica tem sido estudada com recurso a vários tipos de estímulos como palavras (Rubin & Schulkind, 1997), imagens (St Jacques, Conway, & Cabeza, 2011) ou odores (Herz, 2004). No presente trabalho incidimos no estudo dessas memórias com recurso a excertos de músicas, à semelhança do que já fizeram outros autores (Cady, Harris, & Knappenberger, 2008; Belfi, Karlan, & Tranel, 2015). Neste trabalho de investigação recorreremos aos excertos de músicas, como estímulos elicitadores de memórias autobiográficas, porque a música, como estímulo, tem a capacidade de permitir a evocação de memórias autobiográficas mais vívidas e específicas, do que as conseguidas com outro tipo de estímulos, como foi verificado no estudo de Belfi, Karlan e Tranel (2015), e como um dos objectivos deste trabalho é tentar perceber a especificidade das memórias produzidas pelos participantes, achamos que a música auxilia esse propósito.

Outra das razões para ter sido escolhida a música como pista elicitadora, é o facto de os estímulos musicais serem as pistas ideais para tarefas de evocação de memórias autobiográficas (Janata, Tomic, & Rakowski, 2007; Cady et al., 2008; Ford, Addis, & Giovanello, 2011), segundo estes autores, os estímulos musicais conseguem facilitar a evocação de memórias autobiográficas nos três níveis comumente aceites de organização da hierarquia de funcionamento da memória autobiográfica, sem instruções de recuperação explícitas.

Por fim, a escolha de música como elicitador, deveu-se também ao facto de ser um estímulo que providencia uma datação mais precisa do que outro tipo de estímulos, sendo que essa precisão é necessária para perceber a distribuição das memórias autobiográficas ao longo do ciclo de vida dos participantes no presente estudo, que é um dos objectivos deste trabalho.

Independentemente do estímulo, a memória autobiográfica pode ser estudada com recurso à técnica de Galton (1879), que consiste na apresentação de uma pista/estímulo pedindo-se ao participante que procure recordar um acontecimento da sua vida relacionado com essa pista/estímulo. Para que a memória seja autobiográfica têm de ser cumpridos três critérios: a memória evocada deve ser localizada no espaço (onde?); o indivíduo deve saber com quem estava, mas ser ele a figura central (com quem?); e o episódio deve ser datável (quando?). Deve ainda ser explicitamente relevante para os indivíduos (Galton, 1879, citado por Rubin & Schulkind, 1997).

Os objetivos principais deste estudo foram observar se existem diferenças relativamente à quantidade e especificidade das memórias autobiográficas elicitadas, entre homens heroinómanos abstinentes e o grupo de controlo. E também, , tentar perceber se o padrão de distribuição de memórias autobiográficas, ao longo do ciclo de vida, se mantém em homens heroinómanos abstinentes. Para tentar alcançar os objetivos a que se propõe este estudo, as hipóteses que foram tratadas neste trabalho foram quatro. (1) A quantidade e especificidade das memórias autobiográficas elicitadas por homens heroinómanos abstinentes, com idades entre os 35 e 45 anos é menor do que em homens não heroinómanos da mesma idade. (2) Não há diferenças no padrão de distribuição da memória autobiográfica ao longo do ciclo de vida, entre homens heroinómanos abstinentes com idades entre os 35 e 45 anos e homens não heroinómanos da mesma idade. (3) Não há diferenças quanto à valência e importância das memórias autobiográficas elicitadas por homens heroinómanos abstinentes com idades entre os 35 e 45 anos e homens não heroinómanos da mesma idade. (4) As memórias autobiográficas referentes a períodos de vida associados ao consumos de substâncias são avaliadas como mais negativas e menos importantes do que memórias autobiográficas que não estão associadas a esses períodos.

Estudo prévio

Começamos por apresentar os resultados de um estudo prévio em que procuramos determinar o grau de identificabilidade, a valência emocional e a data estimada de lançamento dos excertos musicais usados no estudo de memória autobiográfica.

Participantes

Os participantes do estudo foram 20 homens com idades entre os 35 e 45 anos. Metade dos participantes eram heroinómanos abstinentes que estavam ou estiveram em tratamento na

comunidade terapêutica de S. Francisco, em Celeirós, Braga. A outra metade fez parte do grupo de controlo e foi recolhido através de um processo de amostragem por conveniência.

Os critérios de inclusão no grupo-alvo foram: (1) terem sido dependentes de heroína; (2) estarem abstinentes há pelo menos um mês no momento do estudo; (3) não apresentarem sintomas de privação; (4) estarem, ou terem estado, em tratamento; (5) ausência de diagnóstico de depressão verificado através da aplicação do inventário de depressão de Beck (Versão Portuguesa de Vaz Serra & Pio Abreu, 1973); (6) e idade entre os 35 e 45 anos.

Os critérios de inclusão no grupo de controlo foram terem características semelhantes ao grupo-alvo, por exemplo idade, localização geográfica de residência e escolaridade, de forma a poderem ser emparelhados com o grupo-alvo (ver Tabela 1). Para além das características referidas os participantes deste grupo de controlo nunca consumiram heroína.

Tabela 1

Média de idade e escolaridade dos participantes dos dois grupos.

	Idade	Anos de escolaridade
Grupo-alvo	42.80	7.80
Grupo de controlo	40.30	11.80

Instrumentos e medidas

Começamos por seleccionar três músicas dos anos de 1970 até 2010. As músicas foram escolhidas a partir do top 20 das músicas mais vendidas e identificadas nas tabelas internacionais de música pop/rock de cada ano. Com este método pretendeu-se aumentar a probabilidade de cada música ter sido ouvida pelos participantes no ano do seu lançamento, pois tratando-se das músicas mais vendidas, terão sido bastante difundidas, e o estilo musical, sendo o pop/rock, ajudou a aumentar a probabilidade dos participantes as terem ouvido no momento em que foram lançadas.

Foram também utilizados um questionário para recolha de alguns dados biográficos dos participantes (idade, área de residência, escolaridade, nacionalidade); e uma escala de Likert de 5 pontos para avaliar a valência emocional do excerto musical apresentado, com valores que variaram entre (1) memória muito negativa e (5) memória muito positiva.

As músicas foram apresentadas com recurso a suporte digital em computador, através de colunas de som e as respostas dos participantes foram registadas através de um gravador áudio de forma a poderem ser mais tarde transcritas e analisadas.

Procedimento

Este estudo consistiu na apresentação da parte do refrão (com a duração de 20 segundos) de três excertos de músicas de cada ano, num total de 120 excertos. As músicas foram selecionadas entre os anos de 1970 (ano em que os participantes com 45 anos nasceram), até 2010 (o ano em que os participantes completaram os 30).

Foi também pedido a cada participante que identificasse os excertos musicais apresentados respondendo, sim ou não, à questão (consegue identificar o excerto de música que acabou de ouvir?), para além disso foi pedido que avaliasse a valência emocional dos excertos apresentados recorrendo a uma escala tipo Likert de 5 pontos (1) memória muito negativa a (5) memória muito positiva. Por fim foi também pedido ao participante que tentasse datar o excerto apresentado, caso o tivesse identificado, quanto ao ano de lançamento.

O procedimento demorou cerca de 90 minutos a ser implementado e foi dividido em duas sessões, atendendo à sua extensão temporal e características dos participantes.

Resultados

A preparação dos dados foi realizada utilizando a aplicação Microsoft Excel. O objetivo da análise de resultados deste estudo foi perceber quais os excertos que cumpriam os critérios para que pudessem ser incluídos no estudo de memória autobiográfica. Os critérios foram: ter pelo menos 80% de identificabilidade (8 em 10 participantes identificaram o excerto apresentado); apresentar valência positiva; e a datação de cada música apresentada não ter tido uma diferença maior do que 10 anos relativamente à data em que a música foi lançada. Tendo em conta estes critérios escolhemos uma música por cada ano, conseguimos selecionar 41 músicas que foram depois distribuídas em grupos de 15 por cada uma das 11 faixas etárias (dos 35 anos até aos 45) como pode ser observado na tabela 2. Em cada faixa etária os 15 excertos correspondem a músicas com data de lançamento entre o ano de nascimento, do participante daquela faixa, e o seu décimo aniversário; músicas lançadas entre o décimo aniversário do participante até ao vigésimo; e por fim, músicas lançadas entre o vigésimo e o trigésimo aniversário do participante (ver tabela 3).

Tabela 2.

Médias da identificabilidade, da valência e datação dos 15 excertos musicais selecionados para cada faixa etária.

Excertos selecionados	Identificabilidade (0-10)	Valência	Datação*
Faixa etária – 45 anos	9.77	3.79	2.459
Faixa etária – 44 anos	9.83	3.76	1.589
Faixa etária – 43 anos	9.76	3.81	1.788
Faixa etária – 42 anos	9.80	3.69	1.073
Faixa etária – 41 anos	9.77	3.75	1.566
Faixa etária – 40 anos	9.80	3.66	0.282
Faixa etária – 39 anos	9.70	3.75	0.994
Faixa etária – 38 anos	9.80	3.60	0.021
Faixa etária – 37 anos	9.68	3.74	0.472
Faixa etária – 36 anos	9.78	3.65	-0.625
Faixa etária – 35 anos	9.78	3.71	0.035
Média	9.76	3.72	0.878

* Os valores desta coluna correspondem à diferença entre o ano em que a música foi lançada e a média das datações propostas pelos participantes.

Tabela 3

Excertos de músicas apresentados a um participante com 44 anos.*

	Músicas lançadas até aos 10 anos: 1971; 1973; 1975; 1977; 1979
44 Anos	Músicas lançadas dos 10 aos 20 anos: 1981; 1983; 1985; 1987; 1989
	Músicas lançadas dos 20 aos 30 anos: 1991; 1993; 1995; 1997; 1999

* Exemplo para um participante que em 2015 (ano da recolha de dados deste estudo) teria 44 anos.

Os resultados mostram que a média de identificabilidade é muito alta ($M = 9.76$) apresentando um valor que é muito próximo do ponto máximo da escala (10). Podemos também observar que a média da valência é positiva e que não varia muito entre cada faixa etária o valor mais baixo é de 3.60 na faixa etária dos 38 anos e o mais alto é de 3.81 na faixa dos 43. Por fim podemos verificar também que não há muita diferença entre a data em que as músicas foram lançadas e a média da data, de lançamento das músicas, estimada pelos

participantes, com valores entre os - 0.625 e 2.459. O produto resultante deste estudo prévio foi utilizado como instrumentos e medidas no estudo sobre memórias autobiográficas que será apresentado de seguida.

Estudo de memória autobiográfica

Participantes

Participaram neste estudo 40 homens divididos em dois grupos: grupo-alvo (N = 20) e grupo de controlo (N = 20). Quanto às idades a média do grupo-alvo é de 41.25 e do grupo de controlo é de 40.35.

Instrumentos e medidas

Para o estudo de memória autobiográfica foram utilizados, com cada participante, 15 excertos musicais com a duração de 20 segundos, extraídos do estudo prévio de identificabilidade. Estes excertos musicais foram usados como desencadeadores ou elicitadores de memórias.

Foram usados ainda neste estudo: um questionário para recolha de alguns dados biográficos (idade, área de residência, escolaridade, nacionalidade); uma escala de Likert de 5 pontos, para avaliar a importância da memória elicitada (1) nada importante a (5) muitíssimo importante; uma escala de Likert de 5 pontos para avaliar a valência emocional das memórias elicitadas (1) memória muito negativa a (5) memória muito positiva; e, por fim, para garantir o cumprimento dos critérios propostos pela técnica de Galton para que as memórias sejam autobiográficas, foram apresentadas três questões: Onde ocorreu o episódio que está a recordar? Com quem estava no momento em que esse episódio ocorreu? E em que altura da sua vida o episódio foi vivido por si? Estes critérios ajudam a perceber se a memória evocada está localizada no espaço (onde?), se o indivíduo sabe com quem estava atribuindo-se um papel central (com quem?) e o episódio é datável (quando?). Deve ainda ser um episódio ou uma memória explicitamente relevante para os indivíduos (Galton, 1879, citado por Rubin & Schulkind, 1997).

Foram ainda utilizados um computador, colunas de som e um gravador áudio.

Procedimento

O procedimento foi administrado individualmente, apresentado num computador com recurso a um programa de música e colunas de som.

O procedimento iniciou-se com leitura das instruções, seguidas da assinatura do consentimento informado, sendo finalizado com o preenchimento de um questionário sociodemográfico. De seguida foram apresentados os estímulos elicitadores a cada participante: 15 excertos musicais selecionados para a sua idade, como o descrito nos instrumentos (ver Tabela 3). Foi apresentado um excerto de cada vez, numa ordem aleatória. Após cada recordação os participantes responderam às questões correspondentes à técnica de Galton (Onde? Com quem? Quando?), e por fim avaliaram a valência e importância de cada memória autobiográfica elicitada através das escalas de Likert de 5 pontos (descritas nos instrumentos). Este procedimento foi registado em áudio e demorou cerca de 30 minutos a ser implementado.

O procedimento com o grupo-alvo teve lugar nas instalações da comunidade terapêutica onde os participantes estavam, ou estiveram, em tratamento. O procedimento com o grupo de controlo ocorreu em vários locais garantindo-se que a diversidade destes locais não perturbou o processo de recolha de dados pois foram asseguradas condições para que o participante se concentrasse na tarefa sem distrações.

Planeamento

As variáveis independentes (VI) deste estudo são duas. A primeira é ter sido consumidor de heroína (grupo-alvo), ou não (grupo de controlo). No primeiro caso a condição de pertença ao grupo-alvo envolve também estar em abstinência há pelo menos um mês. Para avaliar as condições de pertença a cada grupo em estudo foram colocadas questões aos participantes do grupo de controlo e as mesmas questões e consulta de registos clínicos dos participantes do grupo-alvo.

A segunda variável manipulada foi o período de lançamento das músicas relativamente à idade dos respondentes. Assim foram apresentados a cada participantes excertos lançados nos seus primeiros 10 anos de vida; entre os 11 anos e os 20; e depois dos 21 anos. Como se constata esta variável tem três condições, numa manipulação intra-participante. Refira-se que os excertos de músicas foram retirados das tabelas de vendas de música internacionais e escolhidas após o estudo prévio.

As variáveis dependentes (VD) deste estudo são várias. A primeira é, tipo de memória autobiográfica elicitada podendo assumir dois valores: memória geral ou memória específica. A especificidade das memórias recordadas foi assegurada pelo cumprimento dos critérios da técnica de Galton, que consideram que a memória é autobiográfica e específica quando o

participante consegue localizá-la no espaço (“onde ocorreu o episódio recordado?”), datá-la (“quando ocorreu o episódio recordado?”) e identificar intervenientes (“com quem vivenciou o episódio recordado?”) É ainda relevante que o participante seja a figura central do episódio. A segunda VD considerada neste estudo foi a importância atribuída à memória elicitada, operacionalizada através do preenchimento de uma escala de tipo Likert de 5 pontos, em que a memória pode ser classificada como nada importante (1) até muitíssimo importante (5). A terceira VD foi valência atribuída à memória elicitada, medida através do preenchimento de uma escala de tipo Likert de 5 pontos, em que a memória pode ser classificada como muito negativa (1) até muito positiva (5). Outra VD considerada foi a data atribuída à memória recordada, tendo a data sido obtida através de uma pergunta fechada.

Resultados

A preparação dos dados foi realizada utilizando a aplicação Microsoft Excel e, posteriormente, na análise estatística recorreu-se ao software IBM SPSS Statistics v. 22 (IBM, Nova York). Foram feitos testes estatísticos paramétricos sempre que os pressupostos para a sua aplicação foram cumpridos.

O primeiro objetivo da análise de resultados foi perceber se os grupos em estudo - homens heroínómanos abstinentes, com idades entre os 35 e 45 anos (grupo-alvo) e homens não heroínómanos da mesma idade (grupo controlo) - apresentam diferenças quanto à quantidade e especificidade das memórias autobiográficas elicitadas, sendo os resultados apresentados na Tabela 4.

Tabela 4

Médias e desvios-padrão da frequência de memórias autobiográficas produzidas pelos grupos alvo e de controlo.

	Grupo-alvo	Grupo de controlo
	Média (DP)	Média (DP)
Memórias “total”	11.10 (2.79)	11.05 (2.58)
Memórias “específicas”	7.35 (2.56)	6.90 (2.85)
Memórias “gerais”	3.75 (2.00)	4.15 (3.05)

Como se constata da análise da Tabela 4, os participantes de ambos os grupos apresentam médias de memórias autobiográficas evocadas muito próximas. Para analisar as diferenças estatísticas entre as médias obtidas para o “total” de memórias elicitadas procedeu-se à realização de um teste-t para amostras independentes que revelou não existirem diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos, $t(38) = .059, p = .953$. Também se verificou que não existem diferenças estatisticamente significativas, para as médias de evocação de memórias autobiográficas “específicas” elicitadas, entre o grupo de controlo e o grupo-alvo, $t(38) = .526, p = .602$, resultado que é idêntico para as memórias autobiográficas “gerais” evocadas, $t(38) = .491, p = .626$.

De seguida procedemos à realização de uma ANOVA 2 (grupo: alvo, controlo) X 2 (tipo de memória: geral, específica). Os resultados mostram a presença de efeito principal “tipo de memória”, $F(1, 38) = 19.481, p < .005, \eta_p^2 = .339$, com os participantes a produzirem mais memórias específicas ($M = 7.13$) do que gerais ($M = 3.95$) (ver Tabela 4). Os resultados mostram ainda que não há diferenças estatisticamente significativas quanto à quantidade de memórias produzidas em função do “grupo”, $F(1, 38) = .003, p > .05$, nem efeito de interação entre as variáveis, $F(1, 38) = .349, p > .05$. Estas duas primeiras análises permitem-nos afirmar que o grupo-alvo e o grupo de controlo não diferem quanto às memórias autobiográficas elicitadas através da apresentação de trechos musicais.

O segundo objetivo da análise dos resultados foi examinar se há diferenças no padrão de distribuição da memória autobiográfica ao longo do ciclo de vida, entre homens heroínómanos abstinentes, com idades entre os 35 e 45 anos e homens não heroínómanos da mesma idade. Para alcançar este objetivo aplicamos uma ANOVA 2 (grupo: alvo, controlo) X 3 (idade das memórias: dos 0 aos 10 anos, dos 11 até aos últimos 5 anos, últimos 5 anos). Esta análise revelou a presença do efeito principal “idade das memórias”, $F(1, 38) = 367.043, p < .005, \eta^2 = .906$, com os participantes a evocarem significativamente uma maior proporção de memórias, no período “11- últimos 5 anos” ($M = 0.89$) do que nos outros dois períodos analisados, “0 – 10 anos” ($M = 0.06$) e “últimos 5 anos” ($M = 0.06$) (ver Tabela 6). Esta análise revela ainda que não há efeito principal “grupo”, $F(1, 38) = .218, p > .005, \eta^2 = .006$. Também se verificou que não há efeito de interação entre as variáveis “grupo” e “idade das memórias”, $F(1, 38) = .922, p > .05$.

Tabela 5

Médias e desvios-padrão da distribuição de memórias autobiográficas produzidas pelos grupos alvo e de controlo ao longo do ciclo de vida.

	Grupo-alvo	Grupo de controlo
	Média (DP)	Média (DP)
Memórias “0 aos 10 anos”	0.06 (0.13)	0.06 (0.10)
Memórias “11- até aos últimos 5 anos”	0.86 (0.20)	0.91 (0.10)
Memórias “últimos 5 anos”	0.08 (0.14)	0.03 (0.06)

O terceiro objetivo foi verificar se há diferenças na avaliação da valência e importância das memórias autobiográficas elicitadas pelo grupo-alvo e pelo grupo de controlo. Pretende-se igualmente observar se, dentro do grupo-alvo a valência e importância atribuída às memórias elicitadas referentes a dois momentos temporais (memórias que se reportam ao período de consumos; e memórias referentes ao período de abstinência) variava. Para tentar perceber se existiam diferenças entre os dois grupos quanto à importância e valência foram efetuados testes-t para amostras emparelhadas, e verificou-se que não existem diferenças estatisticamente significativas entre o grupo de controlo e o grupo-alvo, nem quanto à valência, $t(19) = .234$, $p = .818$, nem quanto à importância, $t(19) = .540$, $p = .596$. como se pode observar na Tabela 6.

Tabela 6

Média e desvio padrão da valência e importância das memórias autobiográficas evocadas pelo grupo-alvo e de controlo.

	Grupo-alvo	Grupo de controlo
	Média (DP)	Média (DP)
Valência	3.92 (0.73)	3.95 (0.50)
Importância	3.97 (0.51)	3.88 (0.49)

Finalmente a análise relativa às diferenças de médias das avaliações da valência e importância das memórias que se reportam ao período de consumo e de abstinência foram feitos testes-t para amostras emparelhadas mostram que não existirem diferenças com significado estatístico quanto à valência, $t(19) = .241$, $p = .813$. Também não foram

encontradas diferenças em relação à importância, $t(19) = .565$, $p = .579$, resultados que podem ser melhor observados na Tabela 7.

Tabela 7

Média e desvio padrão da valência e importância das memórias autobiográficas evocadas pelo grupo-alvo durante o período de consumos vs. período de abstinência.

	Consumos	Abstinência
	Média (DP)	Média (DP)
Valência	3.35 (1.52)	3.22 (1.75)
Importância	3.48 (1.59)	3.18 (1.74)

Discussão

Neste trabalho de investigação, utilizando música como estímulo elicitor de memórias autobiográficas, procurou-se verificar se os grupos em estudo - homens heroínómanos abstinentes com idades entre os 35 e 45 anos (grupo-alvo) e homens não heroínómanos da mesma idade (grupo controlo) - apresentavam diferenças quanto à quantidade e especificidade das memórias autobiográficas elicidadas. Outro dos objetivos foi tentar perceber se existiam diferenças no padrão de distribuição da memória autobiográfica ao longo do ciclo de vida entre os dois grupos estudados. O terceiro objetivo que foi objeto de análise neste estudo foi verificar se, o grupo-alvo e o grupo de controlo revelavam diferenças na avaliação da valência e importância das memórias autobiográficas elicidadas. Pretendeu-se igualmente observar se, dentro do grupo-alvo, havia diferenças quanto à valência e importância atribuída às memórias elicidadas referentes a dois momentos temporais (memórias que se reportam ao período de consumos e memórias referentes ao período de abstinência).

Neste estudo foram identificados quatro resultados principais. Os nossos dados mostram que, quanto ao principal objetivo, não se encontram diferenças quanto à quantidade e especificidade das memórias elicidadas entre os grupos em estudo. Assim, tanto o grupo-alvo como o grupo de controlo produzem mais memórias autobiográficas específicas do que gerais, sem contudo diferirem significativamente entre si. Em segundo lugar, não se verificam diferenças no padrão de distribuição de memórias autobiográficas ao longo do ciclo de vida entre o grupo-alvo e o grupo de controlo. O terceiro resultado identificado mostra que não há

diferença na valência das memórias elicitadas pelos grupos estudados, bem como na importância atribuída a essas memórias. Por fim, os participantes do grupo-alvo não pontuam com valores diferentes de valência ou importância as memórias autobiográficas elicitadas referentes a períodos de vida em que consumiam heroína por comparação com período em que se encontravam em abstinência.

A pouca investigação existente, no que diz respeito ao estudo de memória autobiográfica com este tipo de população, tem mostrado que os dependentes de opiáceos mostram uma maior tendência para evocarem memórias autobiográficas mais gerais do que específicas. No seu trabalho de investigação Gandolphe, Nandrino, Hancart e Vosgien (2013) concluíram que os heroinómanos apresentavam memórias autobiográficas com pouca especificidade. Também Eiber, Puel e Schmitt (1999), no seu estudo de memórias autobiográficas com dependentes de opiáceos, verificaram neste grupo a recuperação de uma quantidade reduzida de memórias e com pouca especificidade, Ersche, Roiser, Robbins, & Sahakian, (2008), observaram que a memória autobiográfica continua a apresentar alterações mesmo no período de abstinência. Ao contrário destes estudos, no presente trabalho de investigação, não foram encontradas diferenças com significado estatístico na quantidade e especificidade de memórias produzidas pelo grupo-alvo (heroinómanos, abstinentes) quando comparado com o grupo de controlo.

Uma explicação possível para os resultados obtidos pode ter sido a eficácia da terapia de que o grupo-alvo foi objeto que, do ponto de vista mnésico, passou a não haver distinção entre o grupo-alvo e o grupo de controlo. Outra explicação plausível para os resultados pode prender-se com o facto de termos utilizado uma metodologia diferente da dos estudos já referenciados, já que estes, na sua maioria, são neuropsicofisiológicos. No nosso estudo usamos música como estímulo elicitador de memórias autobiográficas porque várias investigações na área da memória autobiográfica sugerem que a música, como estímulo, aumenta a vividez e especificidade das memórias evocadas (Cady, Harris, & Knappenberger, 2008; Belfi, Karlan, & Tranel, 2015). A música consegue facilitar a evocação de memórias nos três níveis comumente aceites de organização da hierarquia de funcionamento da memória autobiográfica, sem instruções de recuperação explícitas (Janata et al., 2007; Ford et al., 2011). A utilização da música pode, contudo, constituir uma limitação porque, como só foram usadas músicas com valência positiva, a probabilidade de terem sido evocadas memórias com valência emocional positiva, devido a este facto, é muito elevada. A ser verdade, isto minimizou a hipótese de terem sido evocadas memórias com carga emocional

negativa o que impossibilita a corroboração da teoria de Williams (2006), que hipotetizou, no modelo CaR-FA-X, que a evocação de memórias autobiográficas negativas, por parte de consumidores de opiáceos e em pacientes com sintomatologia depressiva (que possuem défices cognitivos comuns ao nível do controlo executivo e atencional) tendem a ser mais gerais, e isto dever-se ao uso de estratégias defensivas de evitamento emocional. Ou seja, não tendo havido evocação de memórias negativas não houve necessidade desse evitamento emocional. Esta limitação pode constituir-se como orientação para investigações futuras, usando um método similar ao nosso mas usando músicas com valência emocional negativa, tentando perceber se a valência emocional da música é uma variável decisiva nos resultados. Tendo em conta esta possível explicação, podemos também tentar justificar os resultados obtidos com as variáveis importância e valência das memórias elicítadas, bem como dos resultados obtidos com o padrão de distribuição de memórias ao longo de ciclo de vida, já que não foram observadas diferenças significativas nestas medidas, entre o grupo-alvo e o grupo de controlo. Não existindo diferenças significativas na quantidade e especificidade das memórias elicítadas pelos dois grupos, seria previsível que também não se verificassem no padrão de distribuição de memórias, já que este padrão é observável em todos os indivíduos com mais de trinta e cinco anos (Conway, 1990; Rubin, 1998).

A sugestão que deixamos para investigação futura, para além da já referida utilização de músicas com valência emocional negativa, é a utilização de outro tipo de estímulos elicítadores de memórias autobiográficas com este tipo de população, heroinómanos abstinentes, para perceber se o estímulo elicítador música, utilizado no nosso estudo, é determinante para explicar os nossos resultados.

Referências bibliográficas

- Addis, D. R., Mcintosh, A. R., Moscovitch, M., Crawley, A. P., & McAndrews, M. P. (2004). Characterizing spatial and temporal features of autobiographical memory retrieval networks : a partial least squares approach. *NeuroImage*, *23*, 1460–1471.
<http://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2004.08.007>
- Belfi, A. M., Karlan, B., & Tranel, D. (2015). Music Evokes Vivid Autobiographical Memories. *Memory*, *24*, 1-11. <http://doi.org/10.1080/09658211.2015.1061012>
- Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2002). Emotionally charged memories across the life span : The recall of happy , sad , traumatic , and involuntary memories Emotionally Charged Autobiographical Memories Across the Life Span : The Recall of Happy , Sad , Traumatic , and Involuntary Memories. *Psychology and Aging*, *17*(February), 636–652.
<http://doi.org/10.1037/0882-7974.17.4.636>
- Bluck, S., Alea, N., Habermas, T., & Rubin, D. C. (2005). A Tale of Three Functions: The Self Reported Uses of Autobiographical Memory. *Social Cognition*, *23*(1), 91–117.
<http://doi.org/10.1521/soco.23.1.91.59198>
- Bluck, S., & Liao, H.-W. (2013). I Was Therefore I Am: Creating Self-Continuity Through Remembering Our Personal Past. *The International Journal of Reminiscence and Life Review*, *1*(1), 7–12. Retrieved from <http://www.ijrlr.org/ojs/index.php/IJRLR>
- Cady, E. T., Harris, R. J., & Knappenberger, B. (2008). Using music to cue autobiographical memories of different lifetime periods. *Psychology of Music*, *36*(2), 157–178.
- Conway, M. (1990). On Bias in Autobiographical Recall : Retrospective Adjustments following Disconfirmed Expectations. *The Journal of Social Psychology*, *130*, 183–189.
<http://doi.org/10.1080/00224545.1990.9924568>
- Conway, M. A. (2005). Memory and Language Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, *53*, 594–628. <http://doi.org/10.1016/j.jml.2005.08.005>
- Conway, M. A., & Williams, H. L. (2008). Autobiographical Memory. In *Learning and Memory: A Comprehensive Reference: Vol. 2: Cognitive Psychology of Memory* (pp. 893–909). Leeds UK: Elsevier Ltd.
- D'Argembeau, A., Van Der Linden, M., Verbanck, P., & Noël, X. (2006). Autobiographical memory in non-amnesic alcohol-dependent patients. *Psychological Medicine*, *36*(August), 1707–1715. <http://doi.org/10.1017/S0033291706008798>

- Dalgleish, T., Tchanturia, K., Serpell, L., Hems, S., De Silva, P., & Treasure, J. (2003). Self-reported parental abuse relates to autobiographical memory style in patients with eating disorders. *Emotion, 3*, 211–222. <http://doi.org/10.1037/1528-3542.3.3.211>
- Ersche, K. D., Roiser, J., Robbins, T. W., & Sahakian, B. J. (2008). Chronic cocaine but not chronic amphetamine use is associated with perseverative responding in humans. *Psychopharmacology, 197*(3), 421–431. <http://doi.org/10.1007/s00213-007-1051-1>. Chronic
- Ford, J. H. A., Addis, D. R., & Giovanello, K. S. (2011). Differential Neural Activity during Search of Specific and General Autobiographical Memories elicited by Musical Cues. *NEUROPSYCHOLOGIA, 49*(9), 2514–2526. <http://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2011.04.032>. Differential
- Herz, R. S. (2004). A Naturalistic Analysis of Autobiographical Memories Triggered by Olfactory Visual and Auditory Stimuli, *29*(3), 217–224. <http://doi.org/10.1093/chemse/bjh025>
- Holmes, A., & Conway, M. A. (1999). Generation Identity and the Reminiscence Bump : Memory for Public and Private Events. *Journal of Adult Development, 6*(1).
- Howe, M. L., Courage, M. L., & Edison, S. C. (2003). When autobiographical memory begins. *Developmental Review, 23*, 471–494. <http://doi.org/10.1016/j.dr.2003.09.001>
- Nelson, K., & Fivush, R. (2004). The emergence of autobiographical memory: a social cultural developmental theory. *Psychological Review, 111*(2), 486–511. <http://doi.org/10.1037/0033-295X.111.2.486>
- Rubin, D. C., & Schulkind, M. D. (1997). Psychology and Aging Distribution of Important and Word-Cued Autobiographical Memories in 20-, 35-, and 70-Year-Old Adults, *12*(3), 524–535.
- St Jacques, P., Conway, M. A., & Cabeza, R. (2011). events : Retrieval elicited by SenseCam Images vs . Verbal Cues. *Memory, 19*(7), 723–732. <http://doi.org/10.1080/09658211.2010.516266>. Gender
- Stange, J. P., Hamlat, E. J., Hamilton, J. L., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2013). Overgeneral Autobiographical Memory, Emotional Maltreatment, And Depressive Symptoms in Adolescence: Evidence of a Cognitive Vulnerability-Stress Interaction. *Journal of Adolescence, 36*(1), 201–208.

<http://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.11.001>

Sumner, J. A. (2012). The Mechanisms Underlying Overgeneral Autobiographical Memory: An Evaluative Review of Evidence for the CaR-FA-X Model. *Clinical Psychology Review*, 32(1), 34–48. <http://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.10.003>

Williams, H. L., Conway, M. A., & Cohen, G. (2008). Autobiographical memory. In *Memory in the Real World* (pp. 21–90).

Williams, J. M. G., Barnhofer, T., Crane, C., Herman, D., Raes, F., Watkins, E., & Dalgleish, T. (2007). Autobiographical Memory Specificity and Emotional Disorder. *Psychological Bulletin*, 133(1), 122–148. <http://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.122>