

---

## Conférence Santé en questions : Mémoire et oubli – un couple inséparable

---

Intervention de **Bruno Dubois**, professeur : « Comment fonctionne notre mémoire ? »

### Les deux grands systèmes de mémoire pour bien comprendre la mémoire humaine :

#### → **Le système des connaissances sémantiques :**

= connaissances acquises progressivement au cours de notre développement cognitif de façon cohérente et logique et que nous partageons. Il s'agit d'un répertoire de connaissances sur le monde qui va nous permettre, chaque fois que nous sommes confrontés à une situation nouvelle, de comprendre notre environnement. Ce savoir s'organise de façon cohérente ; il se met en place dans une région du cerveau où il va être structuré.

A un système de mémoire correspond une région du cerveau. On peut avoir une atteinte d'un système indépendamment de l'autre.

→ **Le système de nos événements personnels :** il s'agit de la mémoire de mon histoire personnelle, des événements que j'ai vécus.

Le premier système est commun à notre culture ; le deuxième système appartient à la dimension personnelle. Ces deux systèmes se structurent donc différemment : la voie anatomique est donc différente.

La porte d'entrée de la voie anatomique du système de nos événements personnels s'appelle l'hippocampe : c'est ce que je vis, ce que je perçois par mes systèmes sensoriels. Le souvenir va être distribué, pour être recomposé. Il s'agit de la mémoire épisodique qui repose sur l'enregistrement (niveau perceptif dépend des ressources attentionnelles mobilisées), le stockage (distribution dans l'ensemble du cerveau) et la récupération (réactiver des stratégies de réactivation – le souvenir).

On peut avoir un trouble du rappel, soit parce qu'on a une difficulté au niveau attentionnel soit parce qu'on a une maladie de l'hippocampe = maladie d'Alzheimer. L'info est perçue mais elle ne peut pas être stockée dans le disque dur – elle est perdue. Ce système est cassé : il s'agit du trouble du stockage. Une troisième possibilité est le trouble de la récupération rencontré au cours du vieillissement. L'info est gardée mais on a du mal à la récupérer.

Les médecins, avec différents tests, peuvent poser un diagnostic, faire la part des choses, rassurer et médicamenter le patient si nécessaire.

### Les deux types de mémoire :

**La mémoire de travail** : sa finalité est de perdre l'information, la mémoire vive, très courte. La mémoire de travail, c'est une mémoire immédiate dont la finalité n'est pas de garder l'information.

**La mémoire à long terme** : vise à garder l'information de façon plus ou moins définitive. Dans ce cas, un travail actif – cognitif est nécessaire pour mémoriser l'information.

L'oubli est un phénomène physiologique. Notre mémoire se mobilise pour des choses importantes ; elle ne se mobilise pas pour des choses secondaires. L'oubli est naturel ; on ne peut pas tout mémoriser surtout à notre époque où on est surinformé. Heureusement, il y a un système de filtre.