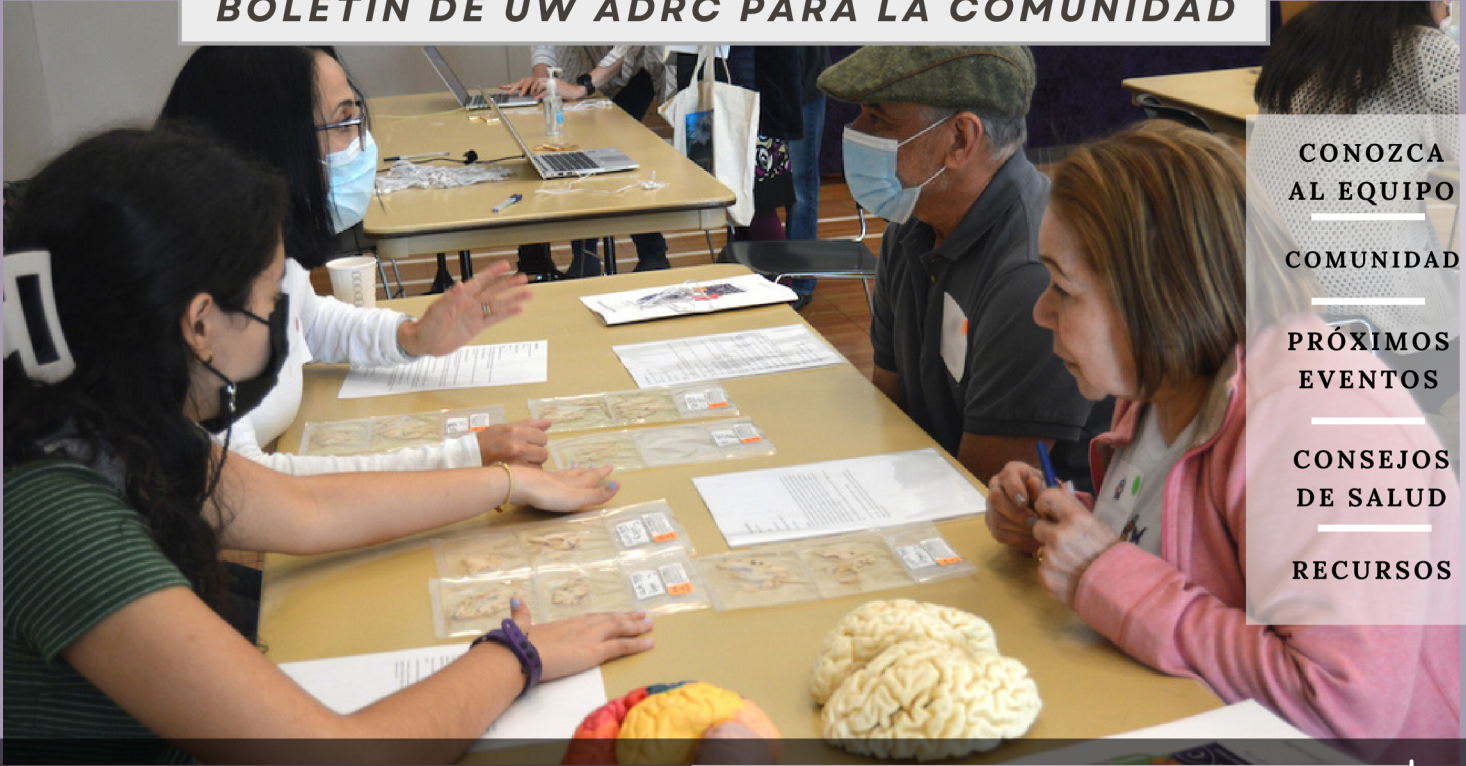


# BOLETÍN DE UW ADRC PARA LA COMUNIDAD



- CONOZCA AL EQUIPO
- COMUNIDAD
- PRÓXIMOS EVENTOS
- CONSEJOS DE SALUD
- RECURSOS

## ¡HEMOS ESTADO OCUPADOS EN SU COMUNIDAD!

### EN LA COMUNIDAD:

#### La Feria de la Salud del Cerebro en Sumner

El Centro de Investigación de la Enfermedad de Alzheimer de la Universidad de Washington (UW ADRC) organizó recientemente una Feria de la Salud del Cerebro en Sumner, WA, el sábado 8 de octubre de 2022. Este evento estuvo dirigido a adultos latinos e hispanos de habla hispana e inglés de 55 años o más. Este evento tuvo como objetivo crear conocimiento sobre la enfermedad de Alzheimer y brindar al mismo tiempo información acerca de investigaciones científicas. Agradecemos a todas las personas que asistieron el evento y esperamos verlos en eventos futuros.



"Un evento que mostró realmente el interés de la gente por aprender acerca de la salud del cerebro y hábitos saludables." - **Israel Anaya Carmona**



"Estamos muy agradecidos al Padre Jerry y los miembros de la iglesia católica de St. Andrew por permitirnos brindar la Feria de la Salud de Cerebro para proveer educación acerca de la importancia de la salud del cerebro y el cuidado de la memoria en la comunidad hispana y latina."

- **Sonia K. Bishop**



"Este evento se sintió como una culminación del trabajo y la colaboración que comenzamos hace un año y medio con la iglesia católica de St. Andrew. Estamos muy agradecidos con la iglesia por seguir invitándonos a enseñar sobre la enfermedad de Alzheimer y sus intervenciones. Estos eventos nos han demostrado que las personas están motivadas en participar en las investigaciones científicas que nos ayudarán a encontrar mejores tratamientos y terapias para la enfermedad de Alzheimer." - **Theresa Kehne**

### COMO NOS SENTIMOS ACERCA DEL EVENTO



# FOCO DE ATENCION A UN MIEMBRO DEL EQUIPO



## Karen Torres, psi. D., ABPP-CN, Neuropsicólogo

Dra. Karen Torres es una neuropsicóloga licenciada, bilingüe (inglés y español) en el Centro de Bienestar Cerebral y Memoria de UW. Ella trabaja junto con un equipo interdisciplinario para evaluar las personas que informan cambios en la memoria. La Dra. Torres ha hecho evaluaciones neuropsicológicas en la comunidad hispano parlante desde 2007 en Los Ángeles, Detroit, Boston y Seattle. Sus intereses incluyen mejorar la calidad de cuidado médico en los hispanos parlantes que padecen de enfermedades neurodegenerativas, brindar educación e intervenciones enfocadas para mejorar y mantener la salud del cerebro y trabajar en colaboración con las comunidades para mejorar la salud del cerebro. Fuera del trabajo, la Dra. Torres le gusta la jardinería, acampar, cocinar y llevar a su perro Rusty a sus aventuras.

## PRÓXIMOS EVENTOS



Para encontrar eventos locales sobre el Alzheimer y la salud del cerebro, visite el calendario en línea de UW Medicine Memory & Brain Wellness Center. El enlace a nuestro sitio es:



Agradecemos la hospitalidad del Padre Jerry de la iglesia católica de St. Andrews por darnos la oportunidad de hospedar La Feria de la Salud del Cerebro. También agradecemos a la señora Rosa Molinero, una voluntaria de la Iglesia, que nos ayudó en organizar nuestra visita!

[depts.washington.edu/mbwc/calendar](https://depts.washington.edu/mbwc/calendar)

# INFORMACION SOBRE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

## Lo que necesita saber

- Muchas personas mayores olvidan el nombre de alguien o pierden cosas de vez en cuando. Este tipo de olvido es normal. Pero olvidar cómo volver a casa, confundirse en lugares que una persona conoce bien o hacer preguntas una y otra vez pueden ser signos de un problema más grave.
- La persona puede tener la enfermedad de Alzheimer (pronunciado Al-zai-merz). Esta es una enfermedad cerebral que comienza lentamente y empeora con el tiempo. El Alzheimer trae desafíos, pero no quita la creatividad o la capacidad de sentir alegría.
- Es posible vivir bien con la pérdida de memoria, en una comunidad de apoyo. La familia y los amigos pueden ayudar a su ser querido a mantenerse involucrado en pasatiempos y actividades sociales. Crear estas oportunidades para las personas que viven con pérdida de memoria es parte del trabajo que se está realizando en el Centro de Bienestar Cerebral y Memoria de la UW conjunto al UW ADRC.

## ¿Qué es la enfermedad de Alzheimer?

- **La enfermedad de Alzheimer** es un trastorno cerebral que afecta la memoria y la capacidad de pensar.
- **Más de 6 millones de personas** en los Estados Unidos, en cual la mayoría es de 65 años o más, pueden tener demencia causada por la enfermedad de Alzheimer.
- **Los problemas de memoria son** uno de los primeros signos de disminución de la capacidad de pensamiento relacionados con la enfermedad de Alzheimer.

## ¡Nuevo recurso educativo sobre el Alzheimer de la UW!

Un video de educación comunitaria en español:  
**¡Alzheimer 101!**

> con subtítulos en español o inglés!

ESCANÉAME



memoria.uw.edu

## 5 signos tempranos de la enfermedad de Alzheimer

- Tener problemas para recordar fechas y eventos importantes
- Hacer la misma pregunta una y otra vez
- Tener problemas para pagar las facturas o resolver problemas matemáticos simples
- Ser más difícil manejar un automóvil o caminar a lugares familiares, como la tienda de comestibles.
- Extraviar o perder objetos o ponerlos en lugares extraños

## ¿Que puedo hacer?

- **Infórmese sobre cómo participar en la investigación.** Usted puede ayudar a los científicos a entender mejor la enfermedad de Alzheimer para encontrar formas de prevenir la enfermedad. Para más información: [tinyurl.com/adrc-research](https://tinyurl.com/adrc-research) (en inglés)
- **¡Mejora la salud del cerebro!** Los estudios demuestran que llevar un estilo de vida saludable puede ayudar a su cerebro a resistir la enfermedad de Alzheimer. Para obtener más información, visite: [www.alzheimers.gov/es/puedo-prevenir-demencia](https://www.alzheimers.gov/es/puedo-prevenir-demencia)

## RECURSOS



### **Asociación de Alzheimer**

Teléfono: 1-800-272-3900

Correo electrónico: [info@alz.org](mailto:info@alz.org)

Sitio web (en español):

[www.alz.org/?lang=es-MX](http://www.alz.org/?lang=es-MX)

**La Asociación de Alzheimer** es un grupo sin fines de lucro que brinda información y servicios de apoyo a personas con la enfermedad de Alzheimer, cuidadores y sus familias.

Llame la línea de ayuda las 24 horas para hablar con un trabajador social de nivel de maestría, en cualquier día o hora (la llamada es gratis).

---

### **Visite [Alzheimers.gov/es](http://Alzheimers.gov/es)**

para obtener información de salud para los cuidadores, las personas que viven con demencia y los profesionales.

**In English: [Alzheimers.gov](http://Alzheimers.gov)**



## Contacte con nosotros

Preguntas sobre este boletín:

Sonia Bishop: [skbishop@uw.edu](mailto:skbishop@uw.edu)

---

Centro de Bienestar Cerebral y Memoria  
de la Universidad de Washington

Web: [depts.washington.edu/mbwc](http://depts.washington.edu/mbwc)

En español: [memoria.uw.edu](http://memoria.uw.edu)

---

Centro de Investigación de la Enfermedad de  
Alzheimer de la Universidad de Washington

Web: [uwadrc.org](http://uwadrc.org)

Teléfono: 206-744-0588 o

Llamada gratuita al 855-744-0588

Correo electrónico: [uwadrc@uw.edu](mailto:uwadrc@uw.edu)