

# ¿qué estamos haciendo contra la enfermedad de alzheimer?



más de lo que se imagina.



somos la alzheimer's association,  
organización líder en la investigación  
y el apoyo en la lucha contra la  
enfermedad de alzheimer, y trabajamos  
para que usted no pierda la esperanza.

## ¿Por qué tener esperanza?

---

Hasta hace poco, la enfermedad de Alzheimer era considerada como una condición médica sin esperanza, prácticamente desconocida por los médicos, investigadores y oficiales del gobierno. Las personas con la enfermedad y quienes los atendían tenían pocos recursos para obtener información o apoyo.

Hoy, existe una red de científicos, médicos y líderes del sector que colaboran con la Alzheimer's Association tanto para descubrir los misterios de la enfermedad, así como para encontrar mejores formas de apoyo y tratamiento para aquellos afectados por los síntomas. Cada día se efectúan más progresos en la investigación. Lo que antes se consideraba algo sin remedio, ahora se ve como algo esperanzador.

## ¿Cómo afecta el Alzheimer a los hispanos?

---

Existe un alarmante incremento de las distintas formas de demencia senil en la comunidad latina. Las causas de esta situación son complejas y se deben a distintas razones:

- La diabetes y las enfermedades vasculares: estas condiciones tienen una incidencia mayor entre los hispanos en comparación con los blancos no hispanos. La diabetes y las enfermedades vasculares se vinculan con un riesgo mayor de desarrollar Alzheimer.
- La expectativa de vida: se calcula que para el 2050 la expectativa de vida latina se elevará a 87 años, sobrepasando a la de todos los otros grupos étnicos de los Estados Unidos. Por eso, los hispanos se encontrarán entre la población más afectada por la enfermedad.
- Factores educativos: al parecer, la educación tiene un efecto protector contra el Alzheimer, ya que a mayor educación hay menor riesgo. Desafortunadamente, los ancianos hispanos tienen los niveles más bajos de educación formal en el país.

Dentro de los subgrupos latinos existen diferencias cuyas razones no son claras. Los estudios demuestran que los centroamericanos de California poseen índices similares a los que se podría esperar de la población blanca anglosajona; pero en el caso de los hispanos caribeños de Nueva York el Alzheimer supera ampliamente el promedio general, independientemente de la presencia de enfermedades vasculares y el nivel de educación.

## ¿Cómo puedo reducir el riesgo de desarrollar el Alzheimer?

---



La enfermedad de Alzheimer es un trastorno que destruye las células del cerebro. Causa una severa pérdida de la memoria, confusión y otros cambios importantes en la manera en que funciona la mente. Estos síntomas fueron alguna vez considerados como una parte normal del envejecimiento, pero ahora sabemos que esto no es así. Muchas personas encuentran más difícil recordar cierta información a medida que se hacen mayores, pero cuando los problemas al pensar y recordar se vuelven severos, no son cambios normales. Cada día, los científicos aprenden más acerca del cerebro y las cosas que pueden hacerse para mantenerlo sano. Hay evidencia de que el estilo de vida puede afectar la salud mental y de que puede haber medidas que contribuirían a reducir el riesgo de adquirir la enfermedad de Alzheimer.

Aún no tenemos todas las respuestas y todavía no hay una manera garantizada para prevenir el Alzheimer. Pero ha habido progresos en la investigación tan sustanciales que podemos anticipar ahora importantes acontecimientos en el campo de la prevención y la reducción de riesgos durante la próxima década.

Los investigadores informan que la enfermedad de Alzheimer comparte muchos de los mismos factores de riesgo de las enfermedades del corazón: alta presión arterial, colesterol, diabetes (azúcar en la sangre) y el peso.

Las conclusiones de los estudios indican que una dieta saludable y ejercicio regular favorecen tanto su salud física como mental, ya que manteniéndose mental y socialmente activo puede también darle más vigor a la mente.

La campaña de concientización de la Alzheimer's Association Mantenga Su Mente Activa™ nos urge a tomar la salud mental en serio y convertirla en una de nuestras metas generales para tener un envejecimiento saludable.

## ¿Qué acciones se están tomando en estos momentos?

---

Hay iniciativas nuevas y prometedoras que atraen los fondos necesarios y generan ideas innovadoras para controlar esta enfermedad.

La Alzheimer's Association tiene una sólida asociación con el National Institute on Aging (NIA) y la industria farmacéutica para promover el descubrimiento y la experimentación de medicamentos. Como catalizador para el cambio, la Asociación también colabora con los legisladores, dirigentes empresariales y el sector médico para avanzar en el conocimiento y la práctica del tratamiento y la investigación del mal de Alzheimer. Para la fomentación de estas fructíferas iniciativas de cooperación, organizamos foros de investigación científica, educación y políticas públicas sobre el tratamiento de la demencia senil, en los cuales se cuenta con la participación de los mejores investigadores, profesionales de la salud y activistas del mundo.

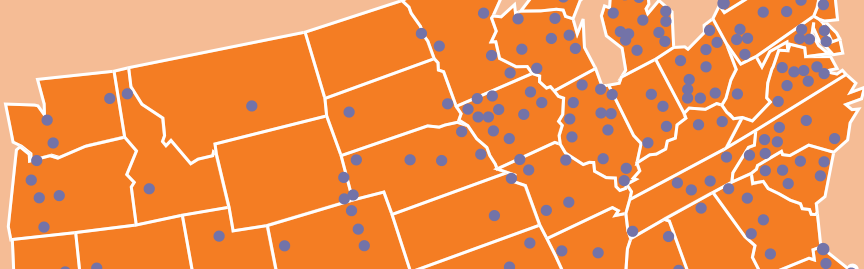
## ¿Cuándo habrá una cura para el Alzheimer?

Todavía no sabemos qué causa el Alzheimer, ni esperamos una cura para un futuro cercano. Pero ésta es la primera vez en que se presenta evidencia de que las personas pueden reducir el riesgo de desarrollar la demencia senil y de que es posible encontrar formas para tratar y limitar los efectos y los costos asociados con la enfermedad.

La urgencia de esta crisis venidera, de carácter social, financiero y de salud pública, ha atraído a algunas eminencias que a su vez han logrado avances innovadores en el entendimiento de la enfermedad, los factores de riesgo, el tratamiento y las técnicas de atención médica.

Desde 1982, hemos recaudado fondos y otorgado más de \$185 millones en subvenciones para proyectos de investigación. Solamente el gobierno federal, a través de la NIA, invierte más dinero en la investigación del Alzheimer. La Alzheimer's Association es la fuente privada de financiamiento más grande del mundo para la investigación de la enfermedad, que ha logrado lanzar las carreras de científicos que hacen descubrimientos significativos en el campo de la prevención, tratamiento y cuidado de la demencia senil.





## ¿Dónde puedo obtener apoyo?

La Alzheimer's Association está para ayudarle. Somos una reconocida y confiable fuente de información, educación, referencia y apoyo para millones de personas afectadas por la enfermedad, así como para sus familias y los profesionales de la salud.

Nuestra red representa cerca de 300 puntos de servicio de costa a costa y es el corazón de nuestra actividad. Dedicados profesionales y personal administrativo que asesoran a las personas a tratar con las difíciles decisiones e incertidumbres de la enfermedad.

- Nuestra Línea Telefónica Nacional de Ayuda ofrece información, referencia y consultas sobre cuidado médico las 24 horas del día, los 7 días de la semana en más de 140 idiomas.
- Nuestro sitio de Internet [www.alz.org](http://www.alz.org), ganador de premios, es un recurso rico de información, con contenido que ayuda a mantener informadas a sus diversas audiencias.
- Más de la mitad de las personas con Alzheimer pueden terminar deambulando y perdidos. El programa Alzheimer's Association Safe Return® trabaja con agencias policiales locales para localizar y encontrar a personas perdidas.
- Grupos de apoyo con moderadores profesionales, conducidos en cientos de localizaciones, ofrecen a las personas con Alzheimer y a sus familias un foro abierto para compartir y recibir apoyo.
- Talleres educativos, dirigidos por nuestros colegas profesionales, ofrecen a los participantes información y técnicas necesarias para el cuidado de quienes padecen de la demencia.
- La Biblioteca Green-Field de nuestra Asociación es el centro principal de recursos en la nación dedicado a la enfermedad de Alzheimer y la demencia senil. Bibliotecarios expertos responden cada año a más de 6.000 solicitudes de información del público y de profesionales, relacionadas con temas del cuidado de la salud, políticas públicas e investigación.



## ¿Qué puedo hacer yo?

El progreso que hemos logrado al avanzar en la investigación, el tratamiento y la concientización pública ha sido impresionante. Aunque la Alzheimer's Association no es una organización de membresía, usted puede incorporarse a nuestra causa y mantener vivo ese progreso de las siguientes maneras:

### ✓ **Infórmese**

Aprenda más sobre el mal de Alzheimer y lo que usted puede hacer para reducir el riesgo al mantener una buena salud física y mental.

### ✓ **Participe en la caminata *Memory Walk***

Prepárese y camine con nosotros en una de las 600 comunidades de todo el país que participan en la caminata *Memory Walk*,<sup>®</sup> actividad organizada por la Alzheimer's Association y que es nuestro evento principal de recaudación de fondos cada año.

### ✓ **Hágase voluntario**

Únase a los 35.000 voluntarios que suministran importantes servicios a cada programa en alguna de nuestras 300 oficinas locales de todo el país.

### ✓ **Abogue por la causa**

Únase a la voz líder que habla por todos aquellos afectados por el Alzheimer. A través de nuestra red unida de activistas de abogacía en la capital de la nación y de costa a costa, estamos solicitando a legisladores federales, estatales y locales el incremento de los fondos para la investigación, atención médica y apoyo. Una prioridad clave es nuestra meta de obtener \$1.000 millones para asignar a los Institutos Nacionales de Salud (NIH), para avanzar con más rapidez en investigaciones prometedoras. Estamos también tomando las medidas necesarias para fortalecer el Medicare y el Medicaid.

### ✓ **Realice donaciones**

La Alzheimer's Association es una institución financiada por medio de donaciones. Los fondos que usted contribuya financian programas vitales de investigación y de tratamiento médico. Hay muchas maneras de contribuir.

Cuanto más aprendamos y hagamos todos juntos, más pronto podremos detener el impacto devastador de esta enfermedad.

