

Guía para la familia sobre el Alzheimer



Identifique los signos. Inicie una conversación.
Marque la diferencia.

Índice



¿Qué es la enfermedad
de Alzheimer?

2



¿Cuáles son los signos de la
enfermedad de Alzheimer?

4



¿Por qué es importante
obtener un diagnóstico?

6



¿Cómo puedo hablar
con mi ser querido?

8



¿Cómo y dónde puedo obtener
un diagnóstico?

10



¿Cuáles son las fases
del Alzheimer?

14



¿Cómo debo cuidar a mi ser querido
después del diagnóstico?

16



Recursos y apoyos

19

¿Qué es la enfermedad de Alzheimer?



¿Está notando cambios en la memoria o en la forma de actuar de un ser querido? ¿Está preocupado de que pudiera ser la enfermedad de Alzheimer?

Aunque puede ser aterrador saber que un ser querido está teniendo problemas que podrían indicar la enfermedad de Alzheimer, es necesario tener una conversación sobre esto y encontrar la causa.

El Alzheimer es una enfermedad cerebral que daña lentamente la memoria, la capacidad de pensar y, finalmente, la capacidad de realizar las actividades diarias. Los síntomas de Alzheimer empiezan lentamente y empeoran con el tiempo. Los cambios causados por el Alzheimer no son una parte normal del envejecimiento.

El Alzheimer es la forma más común de demencia. La demencia es el término general que se usa para un grupo de trastornos cerebrales que causan problemas del pensamiento, la memoria y el comportamiento, lo suficientemente graves como para interferir con las actividades diarias de la vida. La demencia puede ser causada por una enfermedad u otros padecimientos. Obtener un diagnóstico sobre lo que está causando los síntomas de demencia es importante porque algunas de las enfermedades que causan demencia son reversibles con el tratamiento adecuado.

Si se trata de Alzheimer, existen tratamientos que pueden ayudar con los síntomas y mejorar la calidad de vida, así como recursos de apoyo para los cuidadores familiares. Usted debe consultar con un médico lo antes posible si algún ser querido está teniendo problemas de memoria o cambios en el comportamiento.



Información importante:

La segunda forma más común de demencia es la cerebrovascular, que es causada por accidentes cerebrovasculares u otros problemas del flujo sanguíneo al cerebro. Otras causas de la demencia son la enfermedad de cuerpos de Lewy, la demencia frontotemporal, la enfermedad de Parkinson y la demencia mixta (demencia por más de una causa).¹

Los problemas del pensamiento y la memoria también pueden ser causados por padecimientos como la depresión, problemas de la tiroides, deficiencia de vitaminas, algunas medicinas o el consumo excesivo de alcohol. La demencia que se debe a estos padecimientos puede revertirse con el tratamiento adecuado.²

Los familiares y amigos que brindan apoyo y servicios a alguna persona con demencia se pueden considerar como cuidadores. Este folleto contiene información útil, consejos y recursos para los cuidadores.

¿Cuáles son los signos de la enfermedad de Alzheimer?

Esta lista de verificación puede ayudarle a detectar los signos de la enfermedad de Alzheimer.³

1. Pérdida de la memoria que altera la vida diaria

- Cambio característico relacionado con la edad:** Algunas veces olvida los nombres o las citas, pero los recuerda después.
- Signo de Alzheimer:** Necesita recordatorios frecuentes sobre su calendario diario de actividades, hace la misma pregunta una y otra vez o se le olvidan los cumpleaños de familiares o los nombres de los hijos.

2. Dificultad en la planificación o solución de problemas

- Cambio característico relacionado con la edad:** Comete errores ocasionales en el manejo de las finanzas o las facturas de servicios públicos.
- Signo de Alzheimer:** Tiene problemas para seguir una receta conocida o para pagar las facturas mensuales.

3. Dificultad para terminar las tareas habituales

- Cambio característico relacionado con la edad:** De manera ocasional, necesita ayuda para usar el microondas o para grabar un programa de televisión.
- Signo de Alzheimer:** Tiene problemas para llegar a un lugar conocido.

4. Confusión con las fechas y los lugares

- Cambio característico relacionado con la edad:** Se confunde con el día de la semana, pero después se da cuenta.
- Signo de Alzheimer:** Pierde la noción de las fechas, las estaciones y el paso del tiempo. Olvida dónde está y cómo llegó a ese lugar.

5. Problemas para comprender las imágenes y las relaciones espaciales

- Cambio característico relacionado con la edad:** Tiene cambios en la visión debido a cataratas.
- Signo de Alzheimer:** Tiene dificultad para leer, calcular distancias o identificar colores.



6. Problemas nuevos con las palabras al hablar o escribir

- Cambio característico relacionado con la edad:** Algunas veces tiene dificultad para encontrar la palabra adecuada.
- Signo de Alzheimer:** Problemas con el vocabulario común (como decirle “pulsera” a un “reloj”) o dificultad para unirse a una conversación o mantenerla.

7. Extraviar cosas y perder la capacidad de recordar su recorrido para averiguar dónde se perdieron

- Cambio característico relacionado con la edad:** Extraviar cosas de vez en cuando y tener que recordar su recorrido para encontrarlas.
- Signo de Alzheimer:** Colocar las cosas en lugares inusuales, como las llaves de la casa en el refrigerador. Perder cosas y no ser capaz de recordar el recorrido para encontrarlas. Podría acusar a otros de robarse las cosas que no encuentra.

8. Disminución o falta de criterio

- Cambio característico relacionado con la edad:** Tomar malas decisiones o cometer errores de vez en cuando, como no cambiar el aceite del automóvil.
- Signo de Alzheimer:** Falta de juicio en el manejo del dinero. Pone menos atención al aseo e higiene personal.

9. Abandono del trabajo o las actividades sociales

- Cambio característico relacionado con la edad:** Algunas veces necesita un descanso del trabajo, la familia o los compromisos sociales.
- Signo de Alzheimer:** Abandona los pasatiempos y las actividades donde participan otras personas o tiene problemas para seguir a su equipo favorito.

10. Presenta cambios en el estado de ánimo y la personalidad

- Cambio característico relacionado con la edad:** Se vuelve irritable cuando se le interrumpe una rutina.
- Signo de Alzheimer:** Muestra una extrema ansiedad o enojo ante el cambio de rutina.

¿Por qué es importante el diagnóstico?



No hay cura o tratamiento eficaz a largo plazo que pueda detener o revertir el Alzheimer. Algunas medicinas pueden ayudar a controlar los síntomas por algún tiempo, pero el padecimiento empeora con el tiempo. Por lo general, los tratamientos son más eficaces cuando se empiezan de manera temprana. Consulte a un médico tan pronto observe síntomas diferentes a los del envejecimiento normal.

Ventajas de la intervención temprana

- Un médico puede determinar la causa de los síntomas. Algunas afecciones que ocasionan la demencia se pueden tratar o revertir.
- En la etapa temprana de la enfermedad de Alzheimer, las medicinas pueden ayudar a controlar algunos de los síntomas y proporcionar una mejor calidad de vida.
- La dieta, el ejercicio y la actividad pueden ayudar a controlar algunos de los síntomas y a proteger la salud en general.
- Cuando el Alzheimer se diagnostica en una etapa temprana, su ser querido puede participar en la expresión de sus deseos y prioridades.
- Las familias tienen más tiempo para hacer planes a largo plazo, incluidas las decisiones legales, financieras y sobre el cuidado a medida que avanzan los síntomas.
- Las familias tienen más tiempo para decidir quién proporcionará los cuidados y cómo apoyarse unos a otros.

“Confíe en lo que está viendo en su ser querido. Podría no ser lo que más teme, pero necesita obtener un diagnóstico para estar seguro.”

PATTY BORDIE, DIRECTORA DE LAS AGENCIAS DEL ÁREA PARA ADULTOS
MAYORES Y CUIDADORA DE UN PADRE CON DEMENCIA



Información importante:

Planificar es algo más que manejar la enfermedad con su médico. También se trata de decidir cómo compartir el diagnóstico con amigos y familiares, obtener apoyo y cuidarse a sí mismo mientras cuida a su ser querido.

¿Cómo puedo hablar con mi ser querido?



Hablar de sus inquietudes con un ser querido es el primer paso de la intervención temprana. Puede sentirse extraño o incómodo al notar cambios en un padre o un cónyuge. Sin embargo, cuando usted nota los problemas de memoria y comportamiento, los cambios ya están ocurriendo en el cerebro. Cuanto antes inicie la conversación, más rápido podrá obtener ayuda.

Identifique los signos. Inicie una conversación.⁴

- Elija un momento para tener la conversación, cuando usted o su ser querido no estén ocupados o cansados.
- Escoja un lugar conocido, cómodo y tranquilo.
- Prepare con anticipación lo que va a decir.
- Utilice palabras sencillas, amables y reconfortantes.
- Empiece por preguntar si ha notado cualquier diferencia en su comportamiento.
- Dígale que está preocupado y dele algunos ejemplos.
- Escúchelo cuando exprese su preocupación por la pérdida de memoria o la dificultad para realizar actividades cotidianas.
- Dígale “cuéntame más” para demostrar su preocupación y que está dispuesto a hablar sobre ello.
- Anímelo a ir al médico para averiguar qué está provocando la pérdida de memoria.
- Ofrézcale ir al médico con él para apoyarlo.



Información importante:

En una encuesta reciente, el 85% de las personas dijeron que quisieran saber lo antes posible si tienen Alzheimer. La mayoría de las personas dijo que quería participar en la planificación, recibir tratamiento temprano y saber qué les está pasando.¹

Todas las personas de 65 años y mayores que tienen Medicare pueden someterse a una valoración cognitiva como parte de su visita anual de bienestar. La valoración cognitiva incluye un examen, el historial médico y una serie de preguntas. Los expertos recomiendan hacerse pruebas de detección anuales de la memoria como parte de la atención médica de rutina, al igual que vigilar la presión arterial puede ayudar a identificar posibles enfermedades del corazón.

¿Cómo y dónde puedo obtener un diagnóstico?



La mayoría de las personas empiezan hablando con el médico primario de su ser querido, si lo tienen. Usted puede solicitar una cita para una valoración cognitiva (pruebas del pensamiento y la memoria), o bien convocar una reunión familiar para compartir sus preocupaciones. Decida con anticipación quién acudirá a la cita y quién tomará notas durante la visita. Si tiene información para compartir con el médico que podría molestar a su ser querido, comuníquese con el personal del consultorio antes de la cita y pida al médico que revise la información. No a todas las personas se les puede dar un diagnóstico en una sola visita. Esté preparado para hacer un seguimiento con el médico para asegurarse de que tenga toda la información necesaria para hacer un diagnóstico.

¿Qué debo llevar a la cita con el médico?

- Una lista de todas las medicinas recetadas y sin receta y las dosis que toma su ser querido, o lleve los frascos de medicina con usted.
- Una lista de los padecimientos actuales de su ser querido.
- Ejemplos específicos de cambios en la memoria, el pensamiento o el comportamiento, junto con una cronología de cuándo notó por primera vez los cambios y cómo se han ido modificando a través del tiempo.
- Una lista de preguntas o inquietudes que desee consultar o comentar con el médico.
- Prepárese para ser abierto y honesto con todas las preguntas que le puedan hacer.
- Considere pedirle a otro miembro de la familia que acuda a la cita para tomar notas.

¿Qué debe esperar de la cita?

- Usted debería tener tiempo para expresar sus mayores preocupaciones y los cambios que ha observado. Consulte sus notas para estar seguro de incluir todo. También puede compartir sus notas con el médico.
- El médico puede realizar algunas pruebas durante la cita para valorar la memoria y el pensamiento o puede remitirle a un especialista. Vea en la página 13 una lista de los especialistas que diagnostican la demencia.
- Pregunte qué medicamentos y tratamientos no médicos son apropiados.
- Pregunte si es necesaria la atención médica a domicilio para ayudar a su familia a brindar cuidado diario a su ser querido.
- Dialogue sobre un plan de atención para su ser querido. El plan de atención describe con qué frecuencia su ser querido verá al médico, qué tratamientos seguirá y qué otros profesionales de la salud estarán involucrados. El médico puede recomendar la ayuda de un terapeuta o un trabajador social para hablar con su familia sobre las necesidades de su ser querido y canalizarlo a los recursos.

Información importante:

Es posible que el médico no observe ningún problema con su ser querido durante la cita. Es habitual que las personas actúen de manera normal durante periodos cortos. Podría tener la necesidad de solicitar pruebas adicionales o una remisión a servicios de un especialista y, en algunos casos, también podría querer una segunda opinión de otro médico.

Posibles preguntas que puede hacer al médico:

- Pruebas para obtener un diagnóstico
 - > *¿Qué pruebas se necesitan para hacer un diagnóstico?*
 - > *¿Puede evaluar las capacidades del pensamiento y la memoria para hacer un diagnóstico de demencia? ¿O mi ser querido necesita ver a un especialista?*
- Tratamientos y plan de atención
 - > *¿Qué medicamentos hay disponibles?*
 - > *¿Cómo nos ayudará a crear un plan de atención y coordinar la atención con otros profesionales médicos que están viendo a mi ser querido?*
- Recursos comunitarios
 - > *¿Qué recursos comunitarios están disponibles para ayudar a mi familia?*
- Seguridad
 - > *¿Debe conducir mi ser querido?*
- Ensayos clínicos
 - > *¿Debería considerar participar en un ensayo clínico para un nuevo tratamiento o medicina?*
 - > *¿Puede ayudarme a encontrar un ensayo clínico que pueda ser adecuado para mi ser querido?*
- Próxima cita
 - > *¿Cuándo es nuestra próxima visita médica?*
 - > *¿Con qué frecuencia debemos programar las visitas médicas?*



Información importante:

Cuando no entienda algo, es conveniente pedirle al médico que le explique otra vez. Utilice frases como las siguientes:

- *No entiendo lo que me está diciendo. ¿Podría explicarlo de otra manera?*
 - *Esto es lo que le escuché decir. ¿Es correcto?*
 - *¿Podría revisar sus instrucciones para la atención para asegurarme de que las escribí correctamente?*
-

¿Cómo hace un diagnóstico el médico?

No existe solo una prueba de diagnóstico para determinar si una persona tiene Alzheimer. Para obtener un diagnóstico se podrían necesitar varias pruebas y valoraciones, incluidas las siguientes:

- Historial médico y un examen físico completos;
- Pruebas de laboratorio como análisis de sangre y de orina que puedan indicar las causas físicas de los cambios;
- Pruebas de imagen como una MRI (imagen de resonancia magnética) o una TAC (tomografía computarizada);
- Prueba de detección de la depresión;
- Valoración cognitiva para evaluar el pensamiento y la memoria; y
- Entrevistas con personas que conocen bien a la persona y puedan describir los cambios.

¿Qué pasa si mi ser querido no tiene un médico primario?

- Consulte con la oficina de la [Alzheimer's Association](#) cerca de usted para más información sobre cómo obtener de manera gratuita una evaluación de la memoria en su comunidad.
- Comuníquese con [la Agencia del Área para Adultos Mayores](#) local para obtener información.
- Muchas comunidades tienen clínicas de salud que ofrecen estos exámenes y pueden ponerlo en contacto con servicios de salud. Para obtener más información, consulte la sección Recursos y apoyos a partir de la página 19.
- Programe una cita con un especialista local (abajo se muestran ejemplos) con experiencia en diagnosticar la demencia o con una clínica para trastornos de la memoria. Tome en cuenta que obtener una cita podría tomar varios meses ya que actualmente hay escasez de especialistas en Texas.
- Especialistas que pueden evaluar problemas de la memoria y el pensamiento y diagnosticar la demencia:⁵
 - > Neurólogo – médico que se especializa en el tratamiento de las enfermedades del cerebro.
 - > Psiquiatra geriátrico – médico que se especializa en la salud mental de los adultos mayores.
 - > Neuropsicólogo – profesional de la salud mental con capacitación especial en trastornos cerebrales.
 - > Geriatra – médico de atención primaria que se especializa en el tratamiento de adultos mayores.
- En Texas hay un centro nacional de excelencia en la atención e investigación de la demencia llamado Glenn Biggs Institute de Alzheimer y Enfermedades Neurodegenerativas de UT Health San Antonio de la Universidad de Texas. La sección de Recursos y apoyos, que empieza en la página 19, ofrece la información de contacto.

¿Cuáles son las fases del Alzheimer?



Los cambios en el cerebro inician años antes de que se diagnostique el Alzheimer. La enfermedad afecta de diferentes formas a las personas y los síntomas aparecen en diferentes momentos. La mayoría de las personas pasa por tres etapas generales del Alzheimer. Estas etapas se describen a continuación para darle a usted una idea de cuál es la expectativa a medida que la enfermedad avanza con el tiempo.⁶

Alzheimer en fase inicial (leve)

La persona puede funcionar de manera independiente y puede trabajar, conducir (bajo ciertas condiciones) y tener actividades sociales normales. Puede ser consciente de sus problemas de memoria, como olvidar palabras comunes o dónde puso los objetos que usa a diario. Los miembros de la familia y amigos cercanos pueden notar que tiene problemas con la memoria y las tareas cotidianas.

Este es un momento crucial para que la familia planifique y se concentre en los aspectos más importantes de su vida. Hable con su ser querido respecto a sus deseos sobre la atención en el futuro. Prepare los documentos legales, financieros y de atención médica que usted necesitará. Para ayudar a mitigar los síntomas, haga cambios en la dieta y en los hábitos de salud. Inicie la conversación sobre si es seguro que su ser querido conduzca.

Alzheimer en fase media (moderada)

Esta es típicamente la etapa más larga ya que puede durar muchos años y presentar síntomas que empeoran con el tiempo. La persona se puede sentir frustrada o enojada, tener cambios de personalidad y de comportamiento y necesitar ayuda con las actividades de rutina. No debe conducir. En esta etapa aparecen la deambulación, el insomnio y la confusión.

Durante esta etapa la persona puede vivir en la casa, pero necesitará ayuda diariamente. Simplifique las tareas tanto como sea posible.

Alzheimer en fase avanzada (grave)

Con el tiempo la persona pierde la capacidad de responder a su entorno, mantener una conversación y finalmente pierde el control de los movimientos. Necesita ayuda las 24 horas del día.

En esta etapa la persona no puede iniciar conversaciones o interacciones, pero puede seguir disfrutando de estar con los demás por medio de actividades, como escuchar música.

Adaptado de la [Alzheimer's Association](#).⁶



Información importante:

Aproximadamente 1 de cada 9 estadounidenses de 65 años o mayores padece Alzheimer. El envejecimiento es el principal factor de riesgo conocido.¹

¿Cómo puedo cuidar a mi ser querido
después del diagnóstico?



Recibir un diagnóstico de Alzheimer puede ser abrumador. Es posible que necesite tiempo para adaptarse antes de compartir la información con otros, pero debería comenzar a hacer planes a largo plazo lo antes posible. Existe una serie de pasos que pueden ayudarlo a sentirse más en control y preparado para el futuro.

Haga un plan para el cuidado a largo plazo.

Hable con su ser querido respecto a sus deseos para el cuidado a largo plazo. Determine si desde ahora necesita los cuidados personales a domicilio. Considere qué cambios puede hacer la familia para brindar cuidados en la casa durante el mayor tiempo posible e infórmese sobre las opciones para más adelante.

Tome decisiones legales y financieras ahora.

Hable sobre los asuntos legales y financieros con su ser querido mientras este pueda expresar sus deseos. Si tiene un abogado, hable con él sobre los documentos legales que necesita para poner en orden los asuntos financieros y de atención médica. Platique con su empleador sobre posibles cambios en su empleo y sobre quién pagará las facturas y tomará las decisiones médicas. Si usted no tiene un abogado, la sección de Recursos y apoyos que empieza en la página 19 ofrece sugerencias sobre recursos legales.

Haga que el entorno de la vivienda sea seguro.

Determine las necesidades de su ser querido. Reduzca el riesgo de caídas, accidentes en la cocina, deambulación y otros peligros comunes. Retirar los tapetes, instalar cerraduras, mejorar la iluminación y hacer otras modificaciones puede aumentar la seguridad para que la persona viva en la casa por más tiempo. Hable con su ser querido sobre si es seguro que conduzca.

Forme un equipo de cuidadores con familiares y amigos.

Los cuidadores generalmente se dividen las responsabilidades de transporte, compras, preparación de alimentos, administración de medicinas, quedarse con el ser querido cuando el cuidador principal necesita un descanso y otras actividades. Algunas familias se han dado cuenta de que compartir un calendario privado en línea o una página privada en redes sociales son una excelente manera de compartir información. Designe a una persona que mantenga informados a la familia y a los amigos cercanos.

Póngase en contacto con los recursos para cuidadores.

Comuníquese con organizaciones locales que brindan apoyo, como la Alzheimer's Association y las Agencias de Área para Adultos Mayores, para obtener información sobre el Alzheimer, qué cambios esperar, maneras de cuidar a su ser querido en casa y cómo cuidarse a sí mismo como cuidador. Considere unirse a un grupo de apoyo a cuidadores para aprender de otros cómo brindar atención a un ser querido y sobre el propio cuidado del cuidador.

Aquí hay algunos consejos que comparten cuidadores que atienden a un ser querido con Alzheimer.

- Aproveche los programas de educación, apoyo y respiro (cuando los cuidadores necesitan un descanso) para cuidadores, especialmente si usted es el único cuidador. Si se agota o se enferma, será más difícil para usted y su ser querido, y podría resultarles difícil vivir en la casa.
- Mantenga una lista actualizada con notas, dudas y comportamientos que ha observado para compartirla con el médico. Guarde la lista en un lugar seguro y accesible.
- Asegúrese de que el médico conozca sus propios problemas de salud y los asuntos de su vida que puedan afectar el plan de cuidados de su ser querido.
- Haga participe a su familia y amigos cercanos (si es posible) para que sepan cómo cuidar a su ser querido.
- Si está estresado por este momento, comuníquese a las líneas de ayuda que atienden a cualquier hora del día o la noche, o aproveche la ventaja de la tecnología para ponerse en contacto con grupos de apoyo en línea.
- Cada familia ha tenido diferentes experiencias, pero ponerse en contacto con otros cuidadores le puede ayudar a obtener consejos sobre las inquietudes más comunes. Saber que no está solo es de gran ayuda.

“Mi recomendación es que programe una reunión con la familia para determinar quién será el cuidador principal y qué papel desempeñará cada persona. Es difícil, pero a largo plazo es mejor tomar las decisiones con tiempo, en lugar de esperar a tener que tomarlas.”

ANDREA TAURINS, CAPITAL OF TEXAS ALZHEIMER'S ASSOCIATION



Consejo para cuidadores:

Tendrá que acceder a muchos recursos diferentes para obtener la ayuda e información que necesita. No hay un solo recurso que lo haga todo. Es probable que tenga que hablar con muchos tipos de profesionales, así como con otros cuidadores, para saber cómo ofrecer el mejor cuidado a su ser querido y a usted mismo. No se sorprenda si tiene que dejar mensajes y su número telefónico de contacto a varios recursos en la comunidad. Sea paciente. Se comunicarán con usted.

Recursos y apoyos

Organizaciones de apoyo al Alzheimer en Texas

Estos recursos brindan información y apoyo a las personas con la enfermedad de Alzheimer y otros tipos de demencia, así como a sus cuidadores, familiares y amigos. Llámelos para saber cómo obtener un diagnóstico, tratamientos, manejo de la enfermedad, factores de riesgo e información y apoyo para el cuidador familiar.

Alzheimer's Association

800-272-3900 (línea de ayuda 24/7)
TDD (teletipo): 866-403-3073
alz.org

Alzheimer's Alliance of Smith County (Tyler)

903-509-8323
alzalliance.org

Alzheimer's Texas (Centro de Texas)

512-241-0420 (línea de ayuda 24/7)
txalz.org

Recursos disponibles por medio de la Comisión de Salud y Servicios Humanos (HHSC) de Texas

Llame al 2-1-1

211texas.org

El 2-1-1 es una línea de ayuda para las personas que buscan servicios comunitarios y de atención.

Agencias de Área para Adultos Mayores (AAA)

800-252-9240
apps.hhs.texas.gov/contact/aaa.cfm

Las 28 agencias de área para adultos mayores proporcionan servicios de ayuda a las personas de 60 años y mayores, a sus familiares y a los cuidadores con información y remisiones a servicios, asesoramiento sobre beneficios y asistencia para Medicare y Medicaid, coordinación de la atención, servicios de apoyo a cuidadores, servicios de apoyo en casa, concientización legal, servicios de nutrición y un programa del ombudsman con información sobre centros de cuidados.

Centro de Recursos para Adultos Mayores y Personas Discapacitadas (ADRC)

855-937-2372
hhs.texas.gov/services/aging/long-term-care/aging-disability-resource-center

Los ADRC pueden ayudar a encontrar y solicitar programas de atención a largo plazo para personas mayores y personas con discapacidades.

Recursos para obtener un diagnóstico

Glenn Biggs Institute de Alzheimer y Enfermedades Neurodegenerativas de UT Health

210-450-9960

biggsinstitute.org

Este es un centro de investigación sobre la enfermedad de Alzheimer designado por el Instituto Nacional sobre el Envejecimiento (NIA). Llámelos para saber cómo obtener un diagnóstico, participación en ensayos clínicos y recursos educativos.

Centros de salud federalmente calificados (FQHCs)

Health Resources & Services Administration (HRSA) Contact Center: 877-464-4772;
TTY: 877-897-9910

findahealthcenter.hrsa.gov

Los FQHC son proveedores de atención médica de base comunitaria que reciben fondos del Programa de Centros de Salud de la HRSA, para proporcionar servicios de atención primaria en áreas con escasez de servicios. Brindan servicios independientemente de la capacidad de pago de los pacientes y cobran por los servicios según una escala de tarifas. Utilice esta herramienta de búsqueda para encontrar un FQHC cerca de usted.

Recursos de apoyo legal y Directivas anticipadas

Línea de Ayuda Legal para Residentes de Texas

800-622-2520

tlsc.org

La Línea de Ayuda Legal para Residentes de Texas ofrece servicios gratuitos de asesoramiento legal, publicaciones de autoayuda y remisiones a servicios para los texanos mayores de 60 años que reciben Medicare.

Comisión de Salud y Servicios Humanos (HHSC) de Texas, Directivas anticipadas

hhs.texas.gov/laws-regulations/forms/advance-directives

Proporciona información sobre directivas legales, financieras y de salud, así como formularios gratuitos.

Apoyo para cuidadores

Take Time Texas

apps.hhs.texas.gov/taketimetexas

El servicio de respiro ayuda a hacer una pausa o un descanso temporal en el cuidado de otros, de manera que los cuidadores principales puedan tomarse un tiempo para cuidarse a sí mismos. Visite el sitio web de Take Time Texas para obtener más información sobre los servicios de respiro que hay cerca de usted.

Centro de Recursos para Cuidadores de la AARP (nacional)

877-333-5885 (888-971-2013 in Spanish)

aarp.org/caregiving

Caregiver Action Network (nacional)

855-227-3640

caregiveraction.org

Alianza de Cuidadores Familiares (nacional)

800-445-8106

caregiver.org

Recursos a nivel nacional para aprender sobre el Alzheimer y otras demencias

Alzheimers.gov (en inglés)

alzheimers.gov/es (en español)

Proporciona información en inglés y español sobre el Alzheimer y otras demencias, recursos para las personas con demencia y sus familiares cuidadores, y participación en ensayos clínicos.

Centro de Educación y Referencia Sobre la Enfermedad de Alzheimer y Demencias Relacionadas (ADEAR)

800-438-4380; TTY: 800-222-4225

nia.nih.gov/health/alzheimers

Brinda información actualizada y completa sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento.

Información adicional

Descubra más sobre la enfermedad de Alzheimer, formas de iniciar una conversación con su ser querido y recursos comunitarios disponibles en Texas en dshs.texas.gov/alzheimers.

Nota: Los enlaces externos a otros sitios tienen un fin meramente informativo y no están respaldados por el Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas. También es posible que estos sitios no sean accesibles para personas con discapacidad.

Referencias

- 1 Alzheimer's Association. Alzheimer's disease facts and figures. <https://www.alz.org/media/Documents/alzheimers-facts-and-figures.pdf>. 2022. Accessed July 28, 2022.
- 2 What is dementia? Alzheimer's Association website. <https://www.alz.org/alzheimers-dementia/what-is-dementia#:~:text=Dementia%20is%20caused%20by%20damage,and%20feelings%20can%20be%20affected>. Accessed July 28, 2022.
- 3 10 early signs and symptoms of Alzheimer's disease. Alzheimer's Association website. https://www.alz.org/alzheimers-dementia/10_signs. Accessed July 18, 2022.
- 4 The Conversation Project. The conversation project conversation starter kit. <https://theconversationproject.org/wp-content/uploads/2017/02/ConversationProject-ConvoStarterKit-English.pdf>. 2021. Accessed July 28, 2022.
- 5 What is dementia? Symptoms, types, and diagnosis. National Institute on Aging website. <https://www.nia.nih.gov/health/what-is-dementia#:~:text=Who%20can%20diagnose%20dementia%3F,often%20consulted%20to%20diagnose%20dementia>. Accessed July 21, 2022.
- 6 Stages of Alzheimer's. Alzheimer's Association website. <https://www.alz.org/alzheimers-dementia/stages>. Accessed July 28, 2022.

Identifique los signos.
Inicie una conversación.
Marque la diferencia.



TEXAS
Health and Human
Services

Texas Department of State
Health Services