

Los Embajadores de la Memoria de ChristianaCare son un equipo de médicos voluntarios capacitados, comprometidos a ayudarlo a aprender más de los trastornos de la memoria, incluyendo la enfermedad de Alzheimer, y enfocados en mejorar la salud del cerebro.

Ofrecemos exámenes gratuitos y confidenciales y programas educativos para el bienestar de la memoria. No haremos un diagnóstico ni ofreceremos un tratamiento, pero podemos ayudarlo a encontrar recursos calificados para la evaluación y el tratamiento del cuidado de la memoria. También podemos conectarlo con atención médica, servicios sociales y recursos comunitarios que sean necesarios.

Deseamos compartir consejos útiles para mantener su cerebro tan saludable como sea posible:

- *Nutrition.*
 - *Actividad física.*
 - *Estimulación mental.*
 - *Prevención de caídas.*
- **Para programar un evento de bienestar de memoria GRATUITO para su grupo llámenos al 302-320-9403**



Programa de Embajadores de la Memoria del Centro Swank

Jennifer Rittreiser, MPH
Directora del Programa
501 W. 14th Street
Gateway Building,
5th Floor Wilmington DE 19801

302-320-9403
jrittereiser@christianacare.org

[ChristianaCare.org/MemoryAmbassadors](https://www.christianacare.org/MemoryAmbassadors)



Programa de Embajadores de la Memoria del Centro Swank

- Educación
- Detección gratuita y confidencial
- Sugerencias de recursos y consejos para la salud óptima del cerebro.





Si está preocupado por su memoria — o por los signos que ve en un cónyuge o amigo — los Embajadores de la Memoria de Swank están aquí para ayudar.

¿Está preocupado por su memoria?

- ¿Tiene problemas para concentrarse o enfocarse?
- ¿Pierde las cosas con más frecuencia?
- ¿Tiene problemas para recordar nombres o palabras en las conversaciones?
- ¿Alguna vez ha olvidado a dónde va o se ha perdido mientras conducía?
- ¿Pierde la noción de lo que está diciendo en medio de una oración?
- ¿Le han pedido que repita las historias o preguntas?

➤ Si usted o un ser querido responde **SÍ** a alguna de esas preguntas, visite christianacare.org/memoryambassadors para obtener información acerca de los programas y exámenes de detección **GRATUITOS** de la memoria.



"Si reconocemos una dificultad de memoria en las

primeras etapas, podemos hacer más para ayudar."

— James M. Ellison, M.D., MPH
Catedrático Titular en Memoria y Geriátrica de la Fundación Swank

Sólo en Delaware, más de 19,000 familias están lidiando con la enfermedad de Alzheimer y los trastornos relacionados.

- Aproximadamente la mitad de todas las personas en nuestra comunidad con la enfermedad de Alzheimer u otro trastorno cognitivo no han sido diagnosticadas por un proveedor de atención médica. Muchas personas que tiene las señales y síntomas piensan que están "bien".
- Casi la mitad de todas las personas en los EE. UU. tendrán demencia a los 85 años.
- El riesgo es 1.5 veces mayor para las personas que se identifican como hispanas/latinas y 2-3 veces más alto para aquellos que se identifican como negros o afroamericanos que para los blancos no hispanos.
- En promedio, la cuidadora es una mujer de 40 años que está casada, trabaja y cuida a su madre de más de 60 años que no vive con ella.
- Casi dos tercios de los estadounidenses con enfermedad de Alzheimer son mujeres.
- En sus 60 años, el riesgo estimado de por vida de una mujer de desarrollar la enfermedad de Alzheimer es de 1 en 6. Compare eso con un riesgo de 1 en 11 de desarrollar cáncer de seno.

Usted ya programa citas para sus físicos anuales, revisiones dentales, mamografías y exámenes de la vista.

¡La salud de su memoria también es importante!

Visite [ChristianaCare.org/memoryambassadors](https://christianacare.org/memoryambassadors) para encontrar futuros programas de bienestar para la memoria cerca de usted.