

# KC HISPANIC NEWS

## Estudios muestran que los Hispanos pueden ser más propensos a la enfermedad de Alzheimer

Traduce: Gemma Tornero

11 de Enero, 2018

Olvidarse de por qué entró en una habitación, tener que repetir preguntas y olvidar caras familiares no son solo síntomas de envejecimiento. Muy a menudo, son indicativos de algo mucho más serio.



Ese es el mensaje que el Centro de la Enfermedad de Alzheimer de la Universidad de Kansas espera impartir a las personas con mayor riesgo de Alzheimer o demencia. El centro regularmente busca voluntarios para participar en estudios sobre cómo el Alzheimer afecta a las poblaciones en riesgo, especialmente los hispanos mayores.

“Vemos a personas de cualquier rango del espectro”, dice el Dr. Jaime Perales, del centro, quien dirige los estudios. “La primera visita (para ser sujetos de estudio) es más como una entrevista:

historial médico, historia familiar, demografía social. Luego, hacemos pruebas cognitivas o pruebas de memoria de papel y lápiz. Tenemos umbrales (que establecemos), y si el sujeto va por debajo del umbral, podemos ver que podría ser debido a la enfermedad de Alzheimer u otra demencia”.

El centro busca activamente voluntarios hispanos, agrega Perales. Guadalupe Centers está ayudando a encontrar voluntarios para la investigación.

Mary Corona, de Kansas City, fue una de esas voluntarias que participaron recientemente en las pruebas.

“Solo quería saber qué puedes hacer para prevenir el Alzheimer”, dice Corona. “Tuve una tía y un tío que lo tenían. Tenían buenas vidas, pero ¿qué lo causó? Es un misterio. No lo sabemos”.

Corona insta específicamente a los miembros de la población hispana a hacerse cargo de su futuro y a que tomen medidas para protegerse de un mayor riesgo de un diagnóstico de Alzheimer.

“Hubo un artículo que mostró que los hispanos son más propensos al Alzheimer”, dice Corona. “Parece que es la cultura, la forma en que comen, (y) no hacen ejercicio. Trato de mantener mi mente activa y ejercitarme, cosas divertidas como el boliche”.

Perales dice que el aumento del riesgo es exactamente la razón por la que alienta a los hispanos a participar en sus estudios, especialmente a los mayores de 60 años.

“Los latinos tienen menor acceso a la educación. Entre mayor sea el nivel de educación que alguien tenga, son más las conexiones neuronales que alguien tiene en su cerebro”, explica. “Con una mayor educación, tendrás un trabajo que paga mejor, y tendrás un seguro que puede cubrirte (medidas preventivas). Los latinos también son más propensos a tener tasas más altas de obesidad, diabetes tipo II y presión arterial alta”.

Perales dice que en los próximos 40 años, se prevé que la cantidad de hispanos con Alzheimer aumente en más del 800 %.

“Eso es muy alarmante”, dice. “Lo que tenemos que hacer es participar en más investigaciones, cuidarnos mejor”.

Ese autocuidado, agrega Perales, se extiende no solo a quienes padecen Alzheimer, sino también a aquellos seres queridos que también actúan como cuidadores.

“Del 30% al 40 % de los parientes que cuidan a pacientes con Alzheimer tienen depresión o ansiedad”, dice Perales. “Hay una gran cantidad de depresión entre los cuidadores. Si los cuidamos, mejora la calidad de vida de la persona con Alzheimer”.

Linda Guerra Lara, alta directiva de Guadalupe Centers, dice que comprende que muchos hispanos pueden no visitar al médico cuando los síntomas de Alzheimer se manifiestan en un ser querido. Esa duda, también, parece ser cultural, dice ella.

“Siempre hay dudas, especialmente cuando se trata de adultos mayores y latinos”, dice Lara. “Culturalmente, a menos que hayan sido alentados por un miembro de la familia o un sacerdote, siempre han dudado en confiar (en la comunidad médica)”.

Tanto Perales como Lara aconsejan a los hispanos mayores que no ignoren las señales de advertencia de que algo podría estar mal.

“Una idea errónea común es que las personas piensan que el Alzheimer es una parte normal del envejecimiento. No lo es”, dice Perales. “No todos los que alcanzan la edad de 100 van a tener Alzheimer. Será un porcentaje de personas, pero no todas. Al hacer ejercicio, al comer bien y dormir bien, reduces las posibilidades de contraer la enfermedad”.

Lara dice que ella está de acuerdo.

“La gente solo dice, ‘llega con la edad’. Así es como lo ven”, explica. “Tenemos que comenzar con la educación. Al conocer la diferencia entre la demencia, la vejez y el Alzheimer, las personas tienden a agruparlo en una sola categoría. Muchos piensan que es por su edad y que es normal”.

Lara agrega que cuando trabaja con tantas caras conocidas como lo hace todos los días, se da cuenta rápidamente de cualquier cambio en la memoria o el comportamiento de alguien.

“Al trabajar en este entorno, veo a algunos de nuestros adultos mayores con más frecuencia que sus familias. Si están aquí, vendrán día con día”, dice Lara. “Sabré si algo ha cambiado cuando se trata de personas mayores que vienen aquí desde hace años”.

No importa cuál sea el motivo de la duda de uno para aprender sobre el Alzheimer o la probabilidad de que se le diagnostique, Corona dice que los estudios ofrecerán información y educación, y armarse con ese conocimiento es poderoso.

“La prueba está ahí. ¿Por qué no sacar provecho de esto? Esa es la única forma en que lo descubrirás”, dice Corona. “¿Por qué no intentar aprender más y ayudarse a sí mismo?”

Para obtener más información sobre el estudio del centro sobre el Alzheimer, llame al Dr. Jaime Perales al (913) 588-3716 o envíe un correo electrónico a [jperales@kumc.edu](mailto:jperales@kumc.edu).

[http://www.kchispanicnews.com/news\\_03span.html](http://www.kchispanicnews.com/news_03span.html)