

# Memoria y Envejecimiento

UN BOLETÍN SOBRE LA SALUD DEL CEREBRO Y EL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

INVIERNO 2017



## COLUMNA DEL DIRECTOR Es Nuestro 25<sup>to</sup> Aniversario!

**ESTE AÑO CELEBRAMOS 25 AÑOS DE** crecimiento en nuestros programas clínicos y estudios de investigación. No podríamos haberlo hecho sin ustedes. Hemos evaluado a más de

10,000 pacientes en el área de Sacramento y de East Bay. Casi 7,500 de ustedes han participado en nuestros estudios de investigación. Cada año cientos de ustedes han asistido a nuestras lecturas o conferencias y otros programas comunitarios. Más de 850 de ustedes han mostrado un gran compromiso al darnos el generoso regalo de una autopsia para ayudarnos a entender cómo el envejecimiento, la enfermedad de Alzheimer y la enfermedad vascular afectan el cerebro.

Hoy nuestro entendimiento de la causa de la enfermedad de Alzheimer y la demencia ha crecido tremendamente y tenemos muchos estudios e investigaciones por lanzar. Así como instrumentos y colaboraciones para ayudarnos a explorar el envejecimiento del cerebro y la demencia. Estamos entusiasmados particularmente por nuestros avances en imágenes diagnósticas, medicamentos nuevos y estudios genéticos que probablemente cambiarán como pensamos y tratamos a personas con demencia. Miles de ustedes ya han participado en el Programa de Envejecimiento del Cerebro, en el Proyecto de Desarrollo de Pruebas Neuropsicológicas Español-Inglés o en el Programa de Diversidad Comunitaria, entre otros.

Adicionalmente tenemos iniciativas excitantes, como lo son la donación de 13 millones de dólares del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento, a uno de nuestros investigadores, Dan Mungas, y a colegas de Kaiser Permanente del Norte de California. Con esta donación se busca estudiar a pacientes que en su juventud y mediana edad recibieron exámenes extensos que pueden ser usados para evaluar el riesgo de por vida del deterioro cognitivo. El grupo diverso que se estudiará está compuesto de caucásicos, afroamericanos, asiático-americanos y latinos, lo que permite a los investigadores analizar factores de riesgo de demencia y potencialmente tratables en estos grupos.

Por 25 años ustedes han contribuido su tiempo y energía para ayudarnos a crecer y prosperar. Ustedes han participado en el evento, Walk to End Alzheimer's, donando miles de horas y dólares para apoyar a nuestros programas. Ustedes han participado en estudios clínicos, que han avanzado nuestro conocimiento de las causas de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias. Con su generosidad, ustedes nos han ayudado a entender la enfermedad de Alzheimer que afecta a más de 5 millones de estadounidenses. Este es el aniversario de nuestra asociación y nuestro compromiso continuo hacia ustedes. **¡Feliz aniversario!**

**Charles DeCarli**, Director del Centro de la enfermedad de Alzheimer de UC Davis

## UC Davis se une al Registro de Salud Cerebral

El Centro de la Enfermedad de Alzheimer en UC Davis se ha unido al Registro de Salud Cerebral, una base de datos de investigación en línea diseñada para acelerar el descubrimiento de fármacos para el tratamiento y las prevenciones de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.

Uno de los obstáculos más significativo en la búsqueda de medicamentos y curas para la enfermedad es el costo y el tiempo requerido para reclutar individuos que participen en estudios clínicos. La colección de información de historiales médicos y la salud del cerebro de una gran cantidad de voluntarios tiene como objetivo simplificar la identificación de participantes para estudios clínicos. Voluntarios deben de tener 18 años o más para participar y no necesitan tener una enfermedad o trastorno cerebral. Participantes responderán preguntas sobre su historial médico, estado de salud, estilo de vida, y tomarán exámenes cerebrales en línea que evaluarán sus pensamientos y su memoria. Incentivamos a los voluntarios a que regresen a la página web del Registro cada 6 meses para retomar el examen y responder a las preguntas que le siguen. Cuando más personas participan, recibimos más información, lo que les da a los investigadores la capacidad de analizar más teorías, identificar y referir candidatos más válidos a estudios clínicos y probar nuevos enfoques terapéuticos.

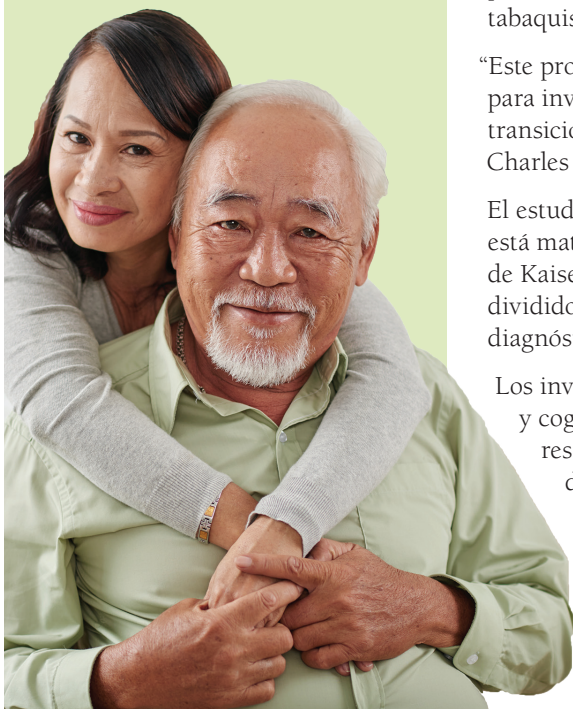
El Registro recientemente recibió fondos de la Fundación Larry L. Hillblom, una corporación sin fines de lucro de California que financia investigaciones en las áreas como diabetes y enfermedades asociadas con el envejecimiento. Como parte de la financiación, el Registro de Salud Cerebral ha comenzado un esfuerzo coordinado para reclutar y seguir en línea a una gran cohorte de adultos mayores en California, incluyendo la ciudad Sacramento.

Visite [BrainHealthRegistry.org/davis](http://BrainHealthRegistry.org/davis) y acelere el curso para curar enfermedades cerebrales y desordenes cerebrales.

## Disparidades étnicas en la salud del cerebro y la demencia

“Este estudio es como viajar en tiempo, lo que nos permite observar los riesgos y factores de protección en el deterioro cognitivo durante la vida de uno.”

Rachel Whitmer



**LOS EXÁMENES FÍSICOS DE RUTINA LLEVADOS A CABO** a partir de los años 1960 a través de los años 1980 están siendo revisados para evaluar los riesgos y los factores protectores en temprana y mediana edad, que podrían afectar la salud y los diagnósticos de demencia entre un gran grupo étnicamente diverso de personas mayores.

La División de Investigación de Kaiser Permanente, Norte de California, se asoció con el Centro de Enfermedad de Alzheimer de UC Davis para el estudio, que se financia con una subvención de cinco años de 13 millones de dólares del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento.

“Este estudio es como viajar en tiempo, lo que nos permite observar los riesgos y factores de protección en el deterioro cognitivo durante la vida de uno”, dijo Rachel Whitmer, investigadora principal del estudio e investigadora científica de La División de Investigación de Kaiser Permanente, Norte de California. “Podremos analizar cómo factores como la salud vascular de mediana edad, las condiciones psicosociales y los indicadores de crecimiento de la primera infancia han influido en la salud cerebral y el riesgo de demencia entre los miembros actuales de Kaiser Permanente”.

En particular, investigadores están explorando como condiciones más tempranas en la vida pueden interferir en las diferencias raciales y étnicas en las tasas de demencia y los factores de riesgo para el deterioro cognitivo, un área que no ha sido muy bien estudiada.

“La mayor parte de lo que se sabe acerca de los factores de riesgo para la demencia en la vida temprana y patología cerebral es de estudios sobre individuos blancos altamente educados”, dijo Dan Mungas, profesor de neurología e investigador del centro de Alzheimer en UC Davis.

“Este estudio llenará una gran hueco muy necesario para la comprensión de demencia y el envejecimiento cerebral en un grupo que es representativo de la población que envejece de los Estados Unidos.”

Los datos del estudio se extraerán de los exámenes multifásicos utilizados por Kaiser Permanente a principios de los años cincuenta, para diagnosticar ciertas enfermedades crónicas a principios de su curso. En los años sesenta, las pruebas se administraron en una rutina automatizada, eficiente y analizada por computador, permitiendo a los médicos detectar tendencias en los riesgos de salud. Whitmer ha utilizado los datos multifásicos, junto con los datos de registros de salud electrónicos, para identificar los factores de riesgo de demencia de mediana edad como el tabaquismo, la hipertensión, la depresión, el colesterol y la obesidad.

“Este proyecto ofrece una oportunidad única para ampliar la investigación del centro para investigar el riesgo y los factores asociados con el envejecimiento cerebral y las transiciones a la demencia en una población más grande y aún más diversa”, dijo Charles DeCarli, director del Centro de Alzheimer y co-investigador principal.

El estudio, llamado KHANDLE (Kaiser Healthy Aging and Diversity Life Experience), está matriculando un total de 1,800 miembros blancos, negros, asiáticos y latinos de Kaiser Permanente que habían sido evaluados hace décadas. Están igualmente divididos entre las cuatro etnias, todos tienen más de 65 años y no tienen un diagnóstico actual de demencia.

Los investigadores de Kaiser Permanente llevarán a cabo evaluaciones médicas y cognitivas y los investigadores de UC Davis proporcionarán imágenes de resonancia magnética (MRI) y tomografías de emisión de positrones (PET) de los participantes en el estudio.

Whitmer señaló que el financiamiento podría conducir un estudio a largo plazo similar en alcance al estudio Framingham Heart Study en Massachusetts, de casi 60 años de duración, que redefinió lo que se conoce sobre los factores de riesgo de demencia y enfermedades cardíacas en la vida temprana.

## ¿Puede el estar alrededor de caballos ayudar a personas con demencia?



Investigadores del Centro de la Enfermedad de Alzheimer de UC Davis, en colaboración con el Centro de Salud Equina de la Escuela de Medicina Veterinaria y una organización sin fines de lucro llamada Connected Horse, están estudiando si las personas con demencia pueden beneficiarse de la interacción con los caballos.

El estudio tiene como objetivo determinar si los talleres de compromiso guiados por equinos mejoran la calidad de vida de las personas que sufren demencia en la etapa temprana y deterioro cognitivo leve y sus compañeros de cuidado. En el estudio se miden indicadores tales como cambios en depresión, ansiedad, apoyo social percibido, sueño y otros comportamientos.

El estudio fue creado por Connected Horse Co-Founders, Nancy Schier Anzelmo, de Alzheimer's Care Associates en Rocklin, quien también sirve en la facultad del Departamento de Gerontología en la Universidad Estatal de Sacramento, y Paula Hertel, Senior Living Consult. Schier Anzelmo y Hertel dirigieron un estudio piloto en colaboración con investigadores de la Universidad de Stanford, donde encontraron que los participantes mostraron mejoría en varias de las medidas después de tres sesiones con los caballos.

Sarah Tomaszewski Farias, profesora de neurología de UC Davis y principal investigadora del estudio, dijo que el Centro de la enfermedad de Alzheimer está ayudando a reclutar adultos afectados con demencia y a sus

cuidadores para el estudio y evaluará rigurosamente los beneficios potenciales del programa.

El otoño pasado, siete parejas participaron en un taller realizado en el Centro de Salud Equina de la Escuela de Medicina Veterinaria durante tres sesiones de cinco horas. Facilitadores especialmente capacitados condujeron a los participantes en varias actividades de concientización y atención plena en las que cada persona tuvo la oportunidad de interactuar con los caballos. Ellos preparaban a los caballos, limpiaban sus pezuñas, los observaban en una manada y los conducían a una arena. Los facilitadores apoyan a los participantes y discuten el impacto de las interacciones después de cada actividad.

Por ejemplo, dijo Hertel, después de que un participante se dio cuenta que un caballo se alejaba y doblaba las orejas hacia atrás cuando fue cepillado en un área sensible, el participante agarró un cepillo más suave y trató de cepillar un área diferente. El caballo respondió acercándose al participante, bajó su cabeza y comenzó a cerrar los ojos. Después, el participante compartió cómo se hizo más consciente de lo que le gustaba al caballo y lo que no le gustaba.

Aunque los datos de los talleres de UC Davis no han sido analizados, los facilitadores del programa informaron que los participantes parecían beneficiarse de ellos. Un participante, por ejemplo, informó que las sesiones hicieron sonreír y reír a su pareja, cosa que no había hecho en mucho tiempo.

Hertel dijo que ultimadamente esperan desarrollar y ofrecer capacitación de facilitación integral a aquellos que quieran ofrecer talleres a personas afectadas por demencia, especialmente en lugares donde otros servicios de apoyo comunitarios son escasos. También quieren colaborar con otros para ofrecer programas basados en evidencia en todo el país de modo que el trabajo guiado por equinos se convierta en una herramienta de apoyo más ampliamente aceptada.

Los organizadores están reclutando a personas con demencia en etapa temprana o deterioro cognitivo leve y a sus cuidadores para un segundo taller en el Centro de Salud Equina de UC Davis, que comenzará en Abril.

**Para obtener más información sobre esta investigación o inscribirse en el estudio, llame al 916-708-4904.**

## Un asunto familiar: Dos generaciones participan en el Programa de Donación de Cerebro del Centro de Enfermedad de Alzheimer



Andrea Gourdine sabe lo devastadora que es la enfermedad de Alzheimer. Su madre, la primera en su familia que padece de la enfermedad, fue diagnosticada en el 2005. Gourdine recuerda haber notado signos de problemas mientras visitaba la casa de su madre, como facturas sin pagar y montones de periódicos y revistas viejas en el suelo, aunque su madre parecía estar en perfecta salud.

“Ella escondió bien su demencia y al principio, ni siquiera reconocíamos lo que estaba pasando”, dijo Gourdine. “Intentamos todo para ayudarla, pero nada funcionó. Entonces mi hermana escuchó sobre el estudio longitudinal del Centro de la Enfermedad de Alzheimer en UC Davis, que tiene un componente de donación del cerebro y logramos inscribirla al programa. Mi madre dijo que participaría si beneficiaba a otros.”


Después de que su madre estuvo en el programa por unos años, Gourdine y su pareja decidieron inscribirse también.

“Mi madre falleció en el 2013 de la enfermedad de Alzheimer, yo quería saber si me podría pasar lo mismo a mí”, dijo Gourdine residente de 72 años de Walnut Creek, California. “Hay cosas que quisiera hacer, y esto me permite planificar con tiempo.”

Más de 5 millones de estadounidenses viven con la enfermedad de Alzheimer, según la Asociación de Alzheimer, una organización de salud voluntaria que trabaja para promover el cuidado, el apoyo y la investigación de la enfermedad de Alzheimer. Se espera que este número aumentara a medida que la generación de “baby boomers” llegue a la edad de 65 años o más. Para el año 2050, 16 millones de personas podrían tener la enfermedad de Alzheimer, según cifras de la Asociación de la enfermedad de Alzheimer.

Las estadísticas apuntan a la necesidad de continuar investigando la enfermedad. El programa de donación de cerebro que es parte del programa de investigación longitudinal del Centro de Enfermedad de Alzheimer en UC Davis está diseñado para ayudar a los investigadores a comprender y desarrollar terapias preventivas y potencialmente curar la enfermedad de Alzheimer y las demencias relacionadas para generaciones futuras.

A través del programa, los participantes tienen evaluaciones diagnósticas anuales, una evaluación cognitiva, imágenes cerebrales y otros estudios, que se realizan en las clínicas de Sacramento y Walnut Creek del Centro de Enfermedad de Alzheimer de UC Davis. Esta colección de datos combinada con la donación del cerebro ayuda a los investigadores a aprender más sobre la progresión de la enfermedad de Alzheimer.



“Una vez al año voy a la clínica de Walnut Creek para hacer exámenes de memoria y cortas pruebas físicas. Se necesitan varias horas para hacer todas las pruebas, pero todavía estoy emocionada de participar en el programa. Los médicos dicen que mi cerebro envejece normalmente hasta ahora.”

Andrea Gourdine

“Una vez al año voy a la clínica de Walnut Creek para hacer exámenes de memoria y cortas pruebas físicas”, dijo Gourdine. “Se necesitan varias horas para hacer todas las pruebas, pero todavía estoy emocionada de participar en el programa. Los médicos dicen que mi cerebro envejece normalmente hasta ahora.”

La enfermedad de Alzheimer progresa de manera diferente en cada persona, por lo que el Centro de la Enfermedad de Alzheimer de UC Davis trabaja específicamente para inscribir a participantes de diferentes razas y etnias en el programa, dijo John Olichney, director del núcleo clínico del centro.

“Es realmente importante que todos participen en este tipo de programa, especialmente las minorías”, dijo Gourdine quien es afroamericana. “Necesitamos todas las manos en la cubierta para encontrar una cura. No pueden hacer mejor servicio para su familia.”

**Para obtener más información sobre el programa de donación cerebral, visite el sitio web del Centro de la enfermedad de Alzheimer de UC Davis.**  
**[ucdmc.ucdavis.edu/alzheimers/brain\\_donation.html](http://ucdmc.ucdavis.edu/alzheimers/brain_donation.html)**

### **¡Ayúdenos a crecer nuestro estudio!**

Actualmente estamos invitando a personas nuevas a participar en nuestro estudio del envejecimiento normal y la pérdida de memoria.

#### **Si conoce a alguien que:**

- Tenga 65 años o más
- Hable Inglés o Español
- Y le gustaría participar en nuestro estudio del envejecimiento normal y la pérdida de memoria y puede venir al centro para evaluaciones anuales que incluyen, pruebas de memoria, un MRI (Imagen de Resonancia Magnética), extracción de sangre y un examen con el doctor del estudio.

#### **Por favor que llame a:**

- En Sacramento, Rebekha Alfaro 916-734-5243
- En Walnut Creek, Gwen Gates 925-357-6904

**EL CENTRO DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER EN UC DAVIS**

## Calendario de Eventos del 2017

---

**Mayo 25** Lectura de iniciación de la Serie de Participación de la Comunidad, "Que es el Envejecimiento Saludable del Cerebro?"  
6 – 7:30 p.m.  
UC Davis MIND Institute  
2825 50th St., Sacramento, CA

---

**Oct. 7** Mini Escuela Médica en Español  
8 a.m. – 2:30 p.m.  
UC Davis MIND Institute  
2825 50th St., Sacramento, CA

---

**Nov. 4** Taller para Cuidadores de la Enfermedad de Alzheimer  
8 a.m. – 12:30 p.m.  
UC Davis MIND Institute  
2825 50th St., Sacramento, CA

---

**Grupos de Apoyo Para quienes cuidan a personas con Alzheimer**  
Spanish Support Group:  
El Segundo Viernes de cada mes  
de 10 a.m. – 12 p.m.

El Centro de la enfermedad de Alzheimer en UC Davis se complace en ofrecer grupos de apoyo para quienes cuidan a personas con Alzheimer. Ofrecemos grupos en inglés y español. Los miembros de un grupo de apoyo generalmente comparten sus experiencias personales y se ofrecen confort emocional y apoyo moral. Los beneficios de participar en grupos de apoyo pueden incluir: sentirse menos solo, desesperado o deprimido. Su participación puede mejorar su habilidad para adaptarse a los desafíos de la enfermedad. Los grupos ofrecen la oportunidad para hablar abiertamente sobre sus sentimientos y le pueden ayudar a desarrollar una idea más clara de qué esperar en su situación. Ofrecen también consejos prácticos e información sobre recursos. Para más información llame a Rebekha Alfaro al 916-734-5243, del Centro de la Enfermedad de Alzheimer.

## La Mini Escuela de Medicina

**¡Celebrando Nuestro 10<sup>o</sup> Aniversario!**

**¡La Mini Escuela de Medicina en Español Regresa el Sábado 7 de Octubre!**

Esta Escuela de un día es única en el país, ya que ofrece al público en general la oportunidad de aprender más acerca de temas críticos para la salud y discutir estos temas con profesionales de UC Davis y de la comunidad. El evento es en español y se llevará a cabo sin costo alguno el sábado 7 de Octubre en el Centro Médico de UC Davis. Como participante en nuestro centro usted es de los primeros en recibir esta invitación que puede extender a sus familiares y amigos. El evento es organizado por el:

Centro de la Enfermedad de Alzheimer  
Centro para la Reducción de Disparidades en Salud

Centro de Recursos de Investigación para el Envejecimiento de los Latinos.

**El espacio es limitado, para reservar su espacio, por favor llame a Rebekha Alfaro al 916-734-5243 del Centro de la Enfermedad de Alzheimer.**