

Recuerde borrar este cuadro de texto

Añada un logotipo aquí. Utilice la herramienta de recorte para ajustar el tamaño.!

Escriba aquí un título sobre usted.

Añada detalles sobre su organización, programa o la información que desea que conozcan las participantes al taller.

Añada aquí una foto o imagen de un folleto del evento. Utilice la herramienta de recorte para ajustar el tamaño.

*Insertar imagen
Recuerde borrar este cuadro de texto*



COMMUNICATION
RESOURCES

Erika Behrends

Erika tiene más de 15 años de experiencia en diseño curricular, facilitación, gestión de eventos e impartición de talleres en diversos países e idiomas. Erika habla el inglés y el español.





Preserve La Salud Cerebral

Venga a nuestro taller para conectarse con recursos y aprender cómo se puede reducir el riesgo de demencia.

SALUD CEREBRAL Y CONCIENTIZACIÓN SOBRE LA DEMENCIA EN NUESTRAS COMUNIDADES



Nunca es Muy Temprano o Muy Tarde para Mejorar la Salud Cerebral

Venga a un taller en su comunidad para aprender cómo cuidarse a sí mismo y a sus seres queridos.



Dementia Awareness Training

Thursday, January 1, 2026 | 5:30 PM
Community Center | Training Room
1235 Community Center Way, City, State, 98765

Salud cerebral y concientización sobre la demencia en nuestras comunidades

Beneficios de la detección temprana de la demencia, factores de riesgo potencialmente modificables y recursos disponibles para las personas que viven con demencia



This publication was made possible by BOLD Public Health Grant Award #5NU58DPO07508-03 from Centers for Disease Control. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of Centers for Disease Control.

Bienvenida y presentaciones



Preséntese

Diga su nombre y por qué está
asistiendo al taller

Objetivos de aprendizaje

1

Conocer y reflexionar acerca de la salud cerebral y la demencia en nuestras comunidades

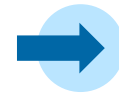
2

Comprender los factores de riesgo potencialmente modificables y los beneficios de la detección temprana de la demencia

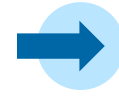
3

Explorar recursos para seguir aprendiendo, actuar y recibir apoyo en torno a la salud cerebral y la demencia

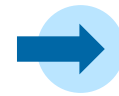
Mensajes clave



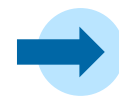
Vivir con demencia tiene sus retos, y una comunidad solidaria puede ayudar



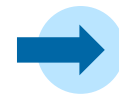
El diagnóstico temprano de la demencia puede aumentar la calidad de vida



Nunca es muy temprano o muy tarde para mejorar la salud cerebral



Los pequeños cambios en el estilo de vida pueden marcar una gran diferencia



Nos comprometemos a conectarnos con usted y ponerle en contacto con recursos

Expectativas

1

Cuidarse a sí mismo

Mantenerse presente durante todo el taller

2

Cuidarse mutuamente

Asumir la intención positiva y reconocer el impacto

3

Cuidar este espacio

Dejar este lugar mejor de lo que lo encontré



La demencia en nuestras comunidades

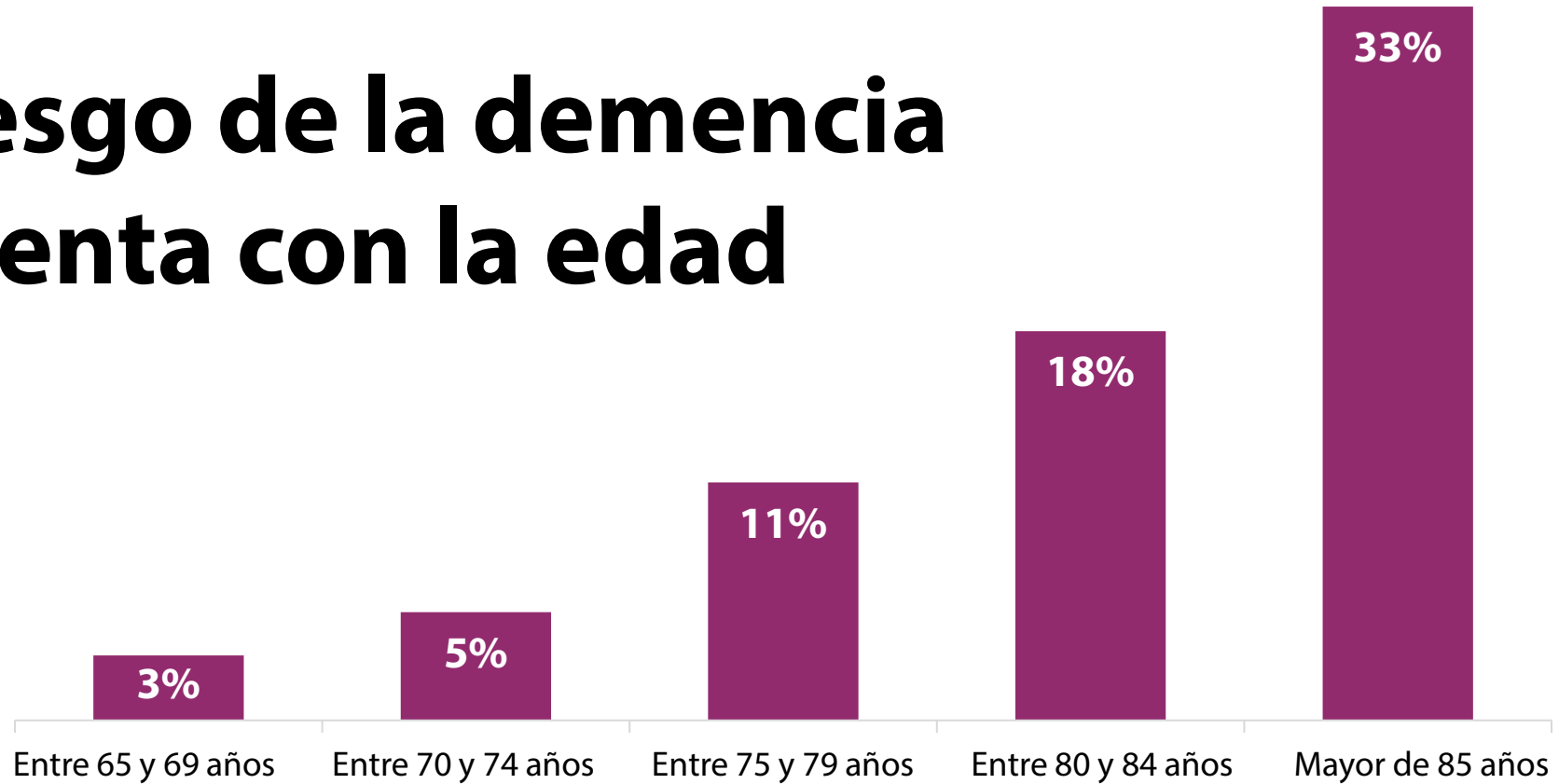
Vivir con demencia tiene sus retos,
y una comunidad solidaria puede ayudar

¿Qué es la demencia?

La demencia no es una enfermedad en sí, es un conjunto de síntomas causados por diversas afecciones que dañan el cerebro. Estos cambios provocan un deterioro de la memoria y la capacidad de pensar que interfiere en la vida cotidiana.



El riesgo de la demencia aumenta con la edad

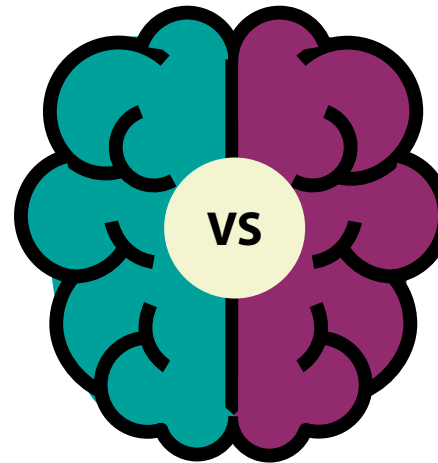


El Alzheimer es un tipo de demencia

ALZHEIMER

El Alzheimer es una enfermedad cerebral específica y es el tipo más común de demencia.

De hecho, el Alzheimer representa el **60 a 80 %** de los casos de demencia.



DEMENCIA

La demencia es un término general que designa síntomas como el deterioro de la memoria, el razonamiento u otras capacidades del pensamiento.

La demencia en Estados Unidos

10%

Alrededor del 10 % o 1 de cada 10 adultos mayores de 65 años padece de la enfermedad Alzheimer (un tipo de demencia) en Estados Unidos

2x

Los negros/afroamericanos tienen 2 veces más probabilidades de padecer la enfermedad de Alzheimer que la población blanca no hispana

1.5x

Los adultos hispanos/latinos tienen 1.5 veces más probabilidades de padecer la enfermedad de Alzheimer que la población blanca no hispana

La demencia en Washington



125k

Alrededor de 125,000 personas padecen demencia en Washington



En Washington, las comunidades negra/afroamericana, hispana/latina y de indios americanos/nativos de Alaska padecen demencia en mayor proporción que la población blanca/caucásica



20

Se prevé que el número de personas con demencia en Washington se duplique en los próximos 20 años

Actividad:

Piense-En Pareja-Comparta



INSTRUCCIONES:

- 1 Piense por un minuto
- 2 Comparta con la persona al lado suyo por 2 minutos
- 3 Comparta con el grupo

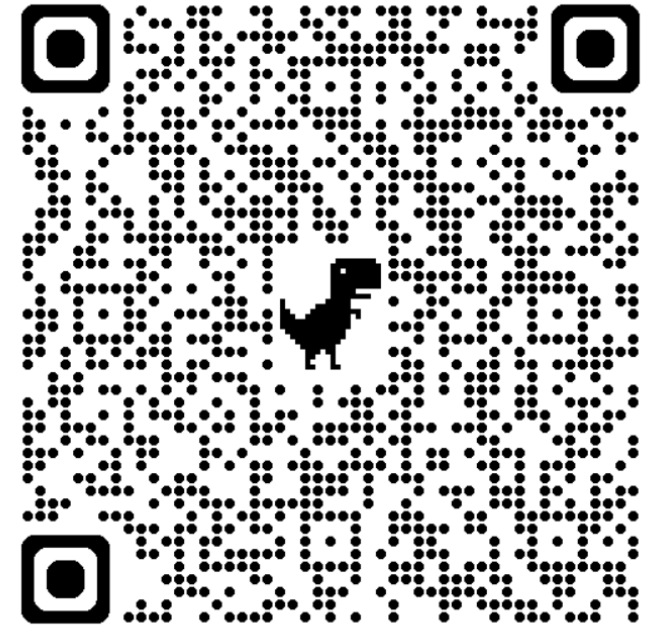
PREGUNTA:

¿Cómo me ha afectado la demencia a mí o a mis conocidos?

Recursos

Obtenga más información a través del siguiente enlace o utilizando el código QR: apunte la cámara de su teléfono al código QR y, toque la indicación que aparece en la pantalla para abrir el sitio web.

doh.wa.gov/brain-health-resources



Envíe un correo electrónico a **Brain-Health@DOH.WA.Gov** para obtener ayuda.

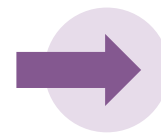


Beneficios de la detección temprana

El diagnóstico temprano de la demencia puede mejorar la calidad de vida



¿Cómo puedo reconocer la demencia?



Diez signos de la demencia

➔ Diez signos de la demencia

1

Pérdida de memoria que interrumpe la vida cotidiana

Signo de demencia:

Preguntar por la misma información una y otra vez.

No poder recordar la información aprendida recientemente.

Envejecimiento típico:

Olvidar nombres o citas temporalmente.

➔ **Diez signos de la demencia**

2

Retos en la planificación o resolución de problemas

Signo de demencia:

Es más difícil trabajar con números, seguir una receta o llevar la cuenta de las facturas.

Dificultad en concentrarse.

Envejecimiento típico:

Cometer errores con las facturas de vez en cuando.

➔ Diez signos de la demencia

3

Dificultad para completar tareas cotidianas

Signo de demencia:

Problemas para conducir hasta un lugar conocido, hacer la lista de la compra o recordar las reglas de un juego.

Envejecimiento típico:

Necesitar ayuda para grabar un programa de televisión de vez en cuando.

➔ **Diez signos de la demencia**

4

Confusión con la hora o lugar

Signo de demencia:

Perder la noción de las fechas y las estaciones.

Olvidar dónde está o cómo ha llegado hasta allí.

Envejecimiento típico:

Olvidarse qué día de la semana es pero acordarse más tarde.

➔ Diez signos de la demencia

5

Problemas de comprensión de imágenes visuales y relaciones espaciales

Signo de demencia:

Problemas para juzgar la distancia o determinar el color y el contraste.

Los problemas de visión pueden causar problemas de equilibrio o para leer.

Envejecimiento típico:

Cambios de la visión al envejecer.

➔ Diez signos de la demencia

6

Nuevos problemas con palabras al hablar o escribir

Signo de demencia:

Dificultad para seguir o participar en una conversación o para nombrar objetos familiares.

Detenerse a mitad de la conversación y ser incapaz de continuar o repetir lo dicho.

Envejecimiento típico:

A veces cuesta encontrar la palabra adecuada.

➔ **Diez signos de la demencia**

7

Perder cosas sin poder seguir los pasos para encontrarlas

Signo de demencia:

Poner objetos en lugares insólitos.

Envejecimiento típico:

Perder cosas, pero seguir los pasos para encontrarlas.

➔ **Diez signos de la demencia**

8

Disminución o falta de juicio

Signo de demencia:

Cambios en la toma de decisiones.

Prestar menos atención a la higiene.

Envejecimiento típico:

Tomar una mala decisión o cometer un error de vez en cuando.

➔ **Diez signos de la demencia**

9

Abandono del trabajo o de las actividades sociales

Signo de demencia:

Cambios en la participación en eventos disfrutados anteriormente.

Envejecimiento típico:

A veces, desinterés por las obligaciones familiares o sociales.

➔ Diez signos de la demencia

10

Cambios en el estado de ánimo o personalidad

Signo de demencia:

Confusión, sospecha, depresión, miedo o ansiedad.

Se altera fácilmente en casa, con los amigos o fuera de su zona de confort.

Envejecimiento típico:

Desarrollar formas específicas de hacer las cosas, volverse irritable cuando se interrumpe una rutina.



Hablar con mi proveedor médico sobre las preocupaciones relacionadas con la demencia

Hablar sobre la demencia puede ser difícil y puede dar miedo. Sin embargo, obtener el consejo de un proveedor médico de confianza puede ayudarle a usted y a sus seres queridos a responder de forma cuidadosa y con recursos.

Hablar con mi proveedor médico sobre las preocupaciones relacionadas con la demencia

Antes de su consulta

- 1 Escriba los signos
- 2 Tenga una lista de medicamentos, incluso sin prescripción y las vitaminas
- 3 Planee ir con un amigo
- 4 Seleccione sus preguntas



Hablar con mi proveedor médico sobre las preocupaciones relacionadas con la demencia

Durante la consulta

- 1 Comparta las inquietudes de la salud
- 2 Sea completamente abierto
- 3 Pida un diagnóstico
- 4 Hable sobre los próximos pasos



Hablar con mi proveedor médico sobre las preocupaciones relacionadas con la demencia

Después de la consulta

- 1 Reconozca sus sentimientos
- 2 Repase sus notas
- 3 Escriba las preguntas nuevas
- 4 Identifique sus recursos



Actividad:

Conversaciones valientes



INDICACIÓN:

Hablar con mi proveedor médico sobre las preocupaciones relacionadas con la demencia

INSTRUCCIONES:

- 1** Repasar el folleto y preguntas útiles que puede hacer
- 2** Practique hacer las preguntas con alguien

Revisar

El miedo al diagnóstico es típico y razonable; y saber más sobre cómo afrontar la demencia tiene sus beneficios.

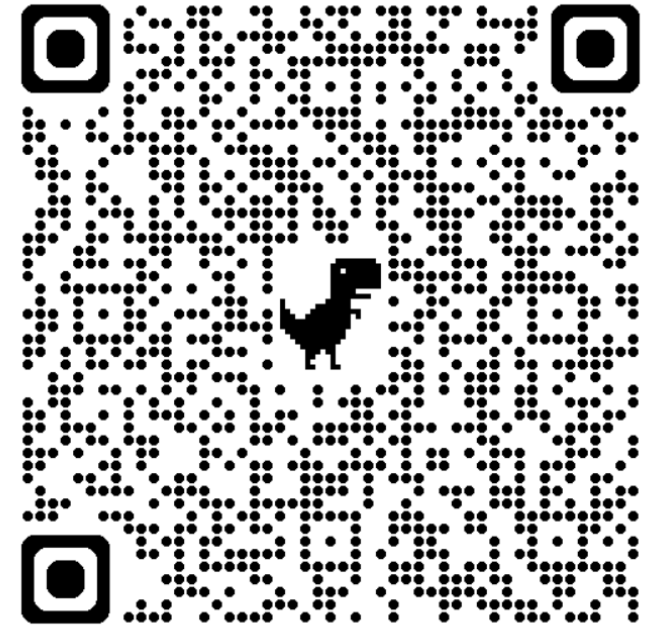
- **Puede obtener ayuda pronto, justo cuando la necesita**
- **Puede ayudar a su comunidad a que le ayuden mejor**
- **Tiene tiempo para hacer cambios que pueden influir en su calidad de vida**



Recursos

Obtenga más información a través del siguiente enlace o utilizando el código QR: apunte la cámara de su teléfono al código QR y, a continuación, toque la indicación que aparece en la pantalla para abrir el sitio web.

doh.wa.gov/brain-health-resources



Envíe un correo electrónico a **Brain-Health@DOH.WA.Gov** para obtener ayuda.

Factores de riesgo potencialmente modificables

Nunca es muy temprano o muy tarde para mejorar la salud cerebral. Los pequeños cambios en el estilo de vida pueden marcar una gran diferencia. *El significado de pequeño será diferente para cada persona*



Factores de riesgo potencialmente modificables

Significa cosas en su vida que puede elegir cambiar



Factores de riesgo potencialmente modificables

Cualquier cambio en estos ámbitos puede marcar una gran diferencia:

- Depresión
- Diabetes
- Consumo excesivo de alcohol
- Pérdida de audición
- Hipertensión arterial
- Inactividad física
- Mala calidad de la dieta
- Mala calidad del sueño y trastornos del sueño
- Consumo de tabaco
- Lesión cerebral traumática (TBI)

Actividad

Opte por hacer cambios

INSTRUCCIONES:

Utilice su 'Folleto del Participante' para calificar cada factor de riesgo en función de lo difícil que podría resultar modificarlo en su vida.



Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'.

The Ten Signs of Dementia

Dementia is **not** a typical part of aging. Typical aging means sometimes forgetting names or appointments or making mistakes when managing your bills, for example. Dementia is different.

If you are wondering if you or someone in your life is experiencing dementia, we encourage you to look for signs of change in behavior or ability to do things.

Images and Spatial Relationships

- New Problems with Words in Speaking or Writing
- Losing Things Without Being Able to Retrace Steps to Find Them
- Decreased or Poor Judgment
- Withdrawal from Work or Social Activities
- Changes in Mood or Personality

If you don't have a medical provider and need one, call the Center for Multicultural Health at (206) 461-6910 or email cmch@cschc.org

Potentially Modifiable Risk Factors

Whether you or a loved one are currently experiencing dementia, or if you are worried about dementia, research shows that the following risk factors can be modified to provide a higher quality of life.

As we talk about each risk factor, check the box that applies to you. For the ones you checked, think about what change you could make to lower your risk and what help or resources you might need to make a change.

RISK FACTOR	LEVEL OF EFFORT			NOTES	
	Low	Medium	High	N/A	
Depression	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Diabetes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Alcohol Use	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Memory Loss	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
High Blood Pressure	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Physical Inactivity	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Poor Diet Quality	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Poor Sleep Quality and Sleep Disorders	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Tobacco Use	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Traumatic Brain Injury	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



Thank you for your time and your participation. Learn more about dementia and resources available to support you and our community through the link below or using the QR code by pointing your phone camera at the QR code, then touching the prompt on the screen to open the website.

doh.wa.gov/brain-health-resources

Factores de riesgo potencialmente modificables

Depresión

Definición:

Bajo estado de ánimo o pérdida de placer o interés por las actividades durante largos periodos de tiempo.



➔ Factor de riesgo: **Depresión**

Hable con un profesional

Cambios que pueden marcar una gran diferencia

- Encuentre un consejero o un grupo de apoyo y hable con su proveedor médico.
- Manténgase involucrado, incluso cuando no le apetezca.
- Pida ayuda para participar en las actividades que le gustan.



Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'.

Factores de riesgo potencialmente modificables

Diabetes

Definición:

Enfermedad que se produce cuando el nivel de azúcar en sangre es demasiado alto o demasiado bajo.



➔ Factor de riesgo: **Diabetes**

Controlar el azúcar en sangre

Cambios que pueden marcar una gran diferencia

- Hágase la prueba de la diabetes.
- Limite los alimentos procesados y los azúcares que tenga en casa.
- Tenga refrigerios saludables a mano y de fácil acceso.



Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'



Factores de riesgo potencialmente modificables

Consumo excesivo de alcohol

Definición:

Cuánto alcohol consume.



➔ Factor de riesgo: **Consumo excesivo de alcohol**

Consuma menos alcohol

Cambios que pueden marcar una gran diferencia

- Limite por sí mismo el número de bebidas que consume.
- Tenga menos alcohol en casa.
- Planifique eventos sociales sin alcohol.



Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'.

Factores de riesgo potencialmente modificables

Pérdida de audición

Definición:

Dificultad para escuchar debido a un problema en los oídos.



➔ Factor de riesgo: **Pérdida de audición**

Obtener y utilizar aparatos auditivos

Cambios que pueden marcar una gran diferencia

- Compruebe su audición con regularidad.
- Pida a la gente que hable más alto si no puede oírles.
- Busque recursos de aparatos auditivos en el estado o comunidad.



Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'

Factores de riesgo potencialmente modificables

Hipertensión arterial

Definición:

La fuerza con la que la sangre empuja contra las paredes de los vasos sanguíneos es demasiado elevada.



➔ Factor de riesgo: **Hipertensión arterial**

Pregunte a su proveedor médico sobre medicamentos para la tensión arterial

Cambios que pueden marcar una gran diferencia

- Hágase la prueba de la tensión arterial con regularidad.
- Elija alimentos más sanos en las reuniones.
- Pregúntele a su proveedor médico sobre los medicamentos.



Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'

Factores de riesgo potencialmente modificables

Inactividad física

Definición:

No mover el cuerpo durante largos periodos de tiempo.



➔ Factor de riesgo: **Inactividad física**

Mueva su cuerpo más

Cambios que pueden marcar la diferencia

- Mueva el cuerpo al menos 15 minutos al día.
- Haga ejercicios en una silla o yoga en silla.
- Utilice un andador o un bastón para moverse con más seguridad.



Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'.

Factores de riesgo potencialmente modificables

Mala calidad de la dieta

Definición:

No comer alimentos saludables.



➔ Factor de riesgo: **Mala calidad de la dieta**

Mejore la calidad de la dieta

Cambios que pueden marcar una gran diferencia

- Hable con su proveedor médico sobre su dieta.
- Utilice envases de una sola ración para controlar las porciones.
- Compre y congele frutas y verduras de temporada.



Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'

Factores de riesgo potencialmente modificables

Mala calidad del sueño y trastornos del sueño



Definición:

Tiene muchos problemas para dormir o, cuando se levanta por la mañana, sigue sintiéndose cansado.

➔ Factor de riesgo: **Mala calidad del sueño y trastornos del sueño**

Diagnóstico y tratamiento de los trastornos del sueño

Cambios que pueden marcar una gran diferencia

- Consulte a un profesional del sueño.
- Establezca y mantenga una rutina definida a la hora de acostarse.
- Elimine las distracciones del área de dormir.



Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'

Factores de riesgo potencialmente modificables

Consumo de tabaco

Definición:

Fumar cigarrillos, puros, pipas o consumir otros productos como tabaco de mascar o rapé.



➔ Factor de riesgo: **Consumo de tabaco**

Dejar de fumar o reducir el consumo de tabaco

Cambios que pueden marcar una gran diferencia

- Encuentre un programa factible para dejar de fumar.
- Hable con su proveedor médico sobre las opciones disponibles.
- Pida ayuda para limitar el consumo de tabaco.



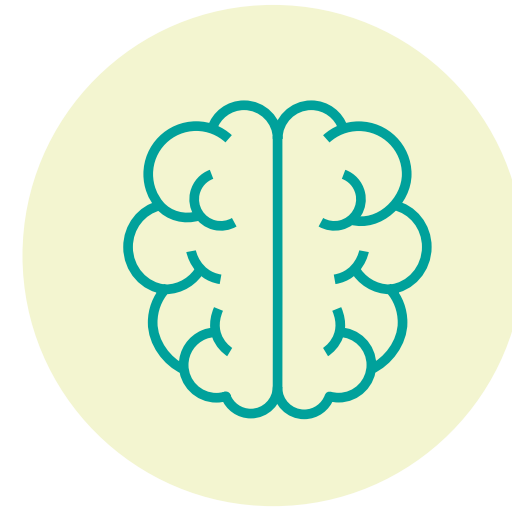
Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'

Factores de riesgo potencialmente modificables

Consumo de tabaco

Definición:

Fumar cigarrillos, puros, pipas o consumir otros productos como tabaco de mascar o rapé.



➔ Factor de riesgo: **Lesión cerebral traumática**

Tome precauciones

Cambios que pueden marcar una gran diferencia

- Planifique su espacio para evitar riesgos de tropezos y caídas.
- Coloque los objetos que utiliza habitualmente en estantes bajos.
- Utilice el cinturón de seguridad o casco.



Marque la casilla que corresponda a su caso en su 'Folleto del Participante'.

➔ Actividad: **Opte por hacer cambios**

**¿Qué estrategias
pueden funcionar
en su caso?**



Revisar

- ¿Qué cambio le resultaría más fácil hacer?
- ¿Cuáles son los obstáculos para hacer ese cambio?
- ¿Cuándo se comprometerá a hacer ese cambio?
- ¿Cómo hará dicho cambio?
- ¿Qué apoyos necesitaría?



Obtenga más información sobre los factores de riesgo

Hay más factores de riesgo potencialmente modificables. Consulte el folleto 'Cuide la salud de su cerebro' para obtener más información.

CONCIENCIA SOBRE SALUD CEREBRAL Y DEMENCIA EN NUESTRAS COMUNIDADES

Cuide la salud de su cerebro

Acciones que pueden reducir el riesgo de sufrir demencia



Desafíe a su cerebro y manténgalo activo

Aprender cosas nuevas puede ser divertido y desafiante para su cerebro. Lea un libro, tome alguna clase, arme rompecabezas, o aprenda alguna habilidad o idioma.



Realícese chequeos anuales para conocer los números de su salud

Chequee su presión arterial, colesterol, azúcar en sangre y peso todos los años. Siga la recomendación de su proveedor de atención médica.



Proteja y respalde su salud auditiva

Proteja su audición evitando ruidos fuertes a cualquier edad y acceda a pruebas auditivas si usted o alguien cercano a usted nota cambios. No tratar la pérdida auditiva puede afectar la capacidad de su cerebro de procesar información. Use dispositivos o aparatos auditivos si se lo recomienda un profesional.



Realice actividad física a diario

Realice actividades que le fortalezcan el corazón, que le faciliten los movimientos y que le den más energía. Pruebe con caminatas, yoga en silla, levantamiento de mancuernas, estiramientos u otras actividades que disfrute.



Descanse bien de noche

Trate de completar 7-8 horas de sueño cada noche. Hable con su proveedor de atención médica sobre cualquier inquietud vinculada al sueño, como problemas para dormirse o permanecer dormido, ronquidos, o no sentirse descansado por la mañana.



Realice actividades sociales

Vincúlese con amigos, familiares, vecinos u otras personas de su círculo. Socializar estimula el pensamiento y refuerza su bienestar emocional. Está dispuesto a conocer gente nueva.



Protéjase la cabeza y, por ende, el cerebro

Tome precauciones para evitar lesiones en la cabeza. Use un casco, abróchese el cinturón de seguridad y aprenda a cómo prevenir caídas.



Limite o evite el consumo de alcohol

Beber alcohol, incluso en cantidades pequeñas, puede ocasionar efectos inmediatos y duraderos en la capacidad del cerebro para pensar con claridad, recordar y funcionar.



Proteja y chequee su vista

Chequéese la vista con regularidad, y use protección ocular y gafas de sol. Use gafas y tome los medicamentos según lo indicado.



Proteja sus pulmones

Si usted no fuma, no empiece a hacerlo. Si fuma, busque ayuda para dejar el hábito. Evite las áreas con humo de segunda mano. Use una mascarilla o un purificador de aire si se encuentra en un área contaminada o con humo de incendio.



Busque apoyo si sufre de depresión

La sensación y los efectos de la depresión son distintos para todos. Si se siente deprimido, pida ayuda a grupos de apoyo, a un profesional de atención médica, a un consejero o a un clero, o llame al 988, a la Suicide and Crisis Lifeline (Línea de prevención del suicidio y situaciones de crisis).



Coma alimentos y bocadillos saludables

Enfóquese en frutas y vegetales coloridos, proteínas magras, granos integrales, grasas saludables y agua en cantidad. Limite el consumo de alimentos procesados y azúcar.



ENCUENTRE RECURSOS

Con una detección temprana, tendrá más opciones para mantenerse saludable, tener independencia y obtener apoyo.

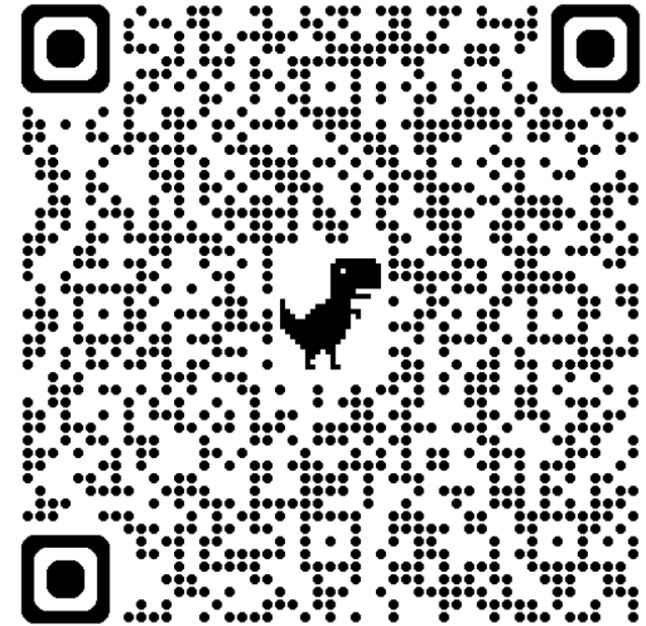
www.doh.wa.gov/brain-health-resources
www.doh.wa.gov/memory
www.memorylossinfowa.org

Dementia Action Collaborative
Washington State

Recursos

Obtenga más información a través del siguiente enlace o utilizando el código QR: apunte la cámara de su teléfono al código QR y, toque la indicación que aparece en la pantalla para abrir el sitio web.

doh.wa.gov/brain-health-resources



Envíe un correo electrónico a **Brain-Health@DOH.WA.Gov** para obtener ayuda.

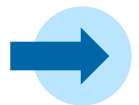


Conclusión

Nos comprometemos a conectarnos con usted y ponerle en contacto con recursos

Reflexiones finales

¿Cuál es un cambio que yo haré o acción que tomaré según lo que aprendimos hoy?



Utilice el impreso proporcionado para anotar su compromiso de cambio.

Mensajes clave

- ➔ Vivir con demencia tiene sus retos, y una comunidad solidaria puede ayudar
- ➔ El diagnóstico temprano de la demencia puede aumentar la calidad de vida
- ➔ Nunca es muy temprano o muy tarde para mejorar la salud cerebral
- ➔ Los pequeños cambios en el estilo de vida pueden marcar una gran diferencia
- ➔ Nos comprometemos a conectarnos con usted y ponerle en contacto con recursos

Descubra los eventos y recursos de la comunidad

Encuentre recursos adicionales, oportunidades y próximos eventos ofrecidos por su organización anfitriona. Pida más información a su instructor.



Objetivos de aprendizaje

1

Conocer y reflexionar acerca de la salud cerebral y la demencia en nuestras comunidades

2

Comprender los factores de riesgo potencialmente modificables y los beneficios de la detección temprana de la demencia

3

Explorar recursos para seguir aprendiendo, actuar y recibir apoyo en torno a la salud cerebral y la demencia

Evaluación de la capacitación

Complete la evaluación de capacitación.

<https://forms.office.com/g/AJYbJGczWD>



Gracias por asistir

Y por preocuparse lo suficiente para que haya más concientización sobre la salud cerebral y la demencia en nuestras comunidades.

¿Tienen preguntas?

