



UC San Diego

SCHOOL OF MEDICINE

**Shiley-Marcos Alzheimer's Disease
Research Center**

Paquete de Recursos sobre la Enfermedad de
Alzheimer y Trastornos Relacionados

Compilado por el Centro de Investigación de la Enfermedad de
Alzheimer Shiley-Marcos de UC San Diego
Contacto: (858) 822-4800

Recursos

● **Alzheimer's Association**

Esta organización provee una variedad de servicios gratuitos, incluyendo consulta familiar, actividades, grupos de apoyo, entretenimiento, pláticas de capacitación y la oportunidad de obtener servicios con expertos en la enfermedad de Alzheimer y otras demencias relacionadas. La organización también ofrece una línea de apoyo disponible las 24 horas del día, todos los días, en la que usted puede hablar con un experto en cualquier momento.

Para la línea de apoyo las 24 horas, llame al: **(800) 272-3900**

Visite el sitio web: <https://www.alz.org/sandiego>



● **Alzheimer's San Diego**

Esta organización provee una variedad de servicios gratuitos, incluyendo consulta familiar, actividades, grupos de apoyo, entrenamiento, pláticas de capacitación, relevo para el cuidador y la oportunidad de acceder a servicios con expertos en la enfermedad de Alzheimer y otras demencias relacionadas.

Llame al: **(858) 492-4400**

Dirección: 3635 Ruffin Rd, Suite 300, San Diego, CA 92123

Visite el sitio web: <https://www.alzsd.org/>



● **Southern Caregiver Resource Center (SCRC)**

Es una organización que provee una variedad de servicios gratuitos para cuidadores. Entre los servicios se incluyen: grupos de apoyo, consejería a corto plazo (hasta 6 sesiones gratuitas), consultas sobre temas financieros y horas de relevo. El relevo es un servicio que ofrece cuidado temporal para su ser querido, con el propósito de brindarle un descanso al cuidador. Este servicio puede llevarse a cabo en su propio hogar e incluye brindar compañía a su ser querido, asistencia con actividades no médicas como ayudar a vestir, limpieza ligera y preparación de alimentos.

Llame al: **(858) 268-4432**

Dirección: 891 Kuhn Dr, Suite 200, Chula Vista, CA 91914

Visite el sitio web: <https://www.caregivercenter.org/>



● **In Home Supportive Services (IHSS)**

Es un servicio que ofrece cuidado temporal para su ser querido y le brinda un descanso (relevo) al cuidador. El servicio incluye compañía para su ser querido, ayuda para vestirse, bañarse, limpieza ligera y asistencia básica en la preparación de alimentos. También puede incluir apoyo con el manejo de medicamentos y estimulación social. Este programa está disponible únicamente para quienes califican para Medi-Cal.

Llame al: **(800) 510-2020**

Visite el sitio web: <https://www.cdss.ca.gov/In-Home-Supportive-Services>



● **Jewish Family Services**

Es un servicio que ofrece varios apoyos, incluyendo un centro para adultos, administración de casos, actividades, transporte, ayuda para cuidadores y reparaciones ligeras gratuitas en el hogar.

****No necesita identificarse como judío para acceder a los servicios*

Llame al: **(858) 637-3210**

Visite el sitio web: <https://www.jfssd.org/>



● **The Glenner Town Square**

Es un centro de día para adultos mayores, especializado en atender a personas diagnosticadas con la enfermedad de Alzheimer o alguna otra demencia relacionada. El centro ofrece programas que promueven actividades social y mentalmente estimulantes, ejercicio y cuidado especializado. También brinda entretenimiento y pláticas de capacitación para los cuidadores, grupos de apoyo y servicios de administración de casos.

Llame al: **(800) 736-6674**

Visite el sitio web: <https://www.glenner.org/services/adult-day-care/>



● **Programas de Calidad de Vida y Grupos de Apoyo**

Los programas de calidad de vida son una intervención dirigida a personas que están experimentando cambios en su memoria y habilidades de pensamiento, y que promueve actividades social y mentalmente estimulantes. Aunque principalmente se llevan a cabo en inglés, muchas familias bilingües han acompañado a su ser querido y traducido la información (por ejemplo, en programas de jardinería o biografías musicales). No dude en comunicarse con nosotros y visitar nuestro sitio web para obtener más información.

Llame al: **(858) 822-4800**

Visite el sitio web: <https://www.adrc.ucsd.edu>



● **Declaración de Voluntad Anticipada: Directivas Anticipadas sobre Cuestiones de Salud y Poder Notarial para Atención Médica**

Son documentos importantes que pueden completarse a partir de los 18 años de edad.

Una directiva médica anticipada le permite informar a sus médicos, cuidadores y familiares sobre los tipos de tratamiento médico que desearía recibir en caso de una enfermedad grave o un accidente inesperado.

Un poder notarial financiero es un documento que autoriza a otra persona a manejar sus asuntos financieros en caso de que usted quede incapacitado(a).

MUY IMPORTANTE:

Estos documentos deben completarse mientras usted tenga plena capacidad para tomar decisiones. Nombrar a una persona de confianza para actuar en su nombre le otorga a esa persona una gran responsabilidad y autoridad sobre su atención médica y sus finanzas. Por ello, se recomienda escoger con mucha cautela.

Llame al: **1-800-272-3900**

Visite los siguientes sitios de web para obtener más información acerca de directivas anticipadas y poder notarial:

<https://www.alz.org/media/Documents/legal-plans-alzheimers-spanish-ts.pdf>

<https://www.caregiver.org/directivas-anticipadas-de-atenci%C3%B3n-m%C3%A9dica-y-polst>

<https://www.aarp.org/espanol/recursos-para-el-cuidado/herramienta-preguntas-que-son-directivas-anticipadas.htm>