



INSTITUTO NACIONAL SOBRE
EL ENVEJECIMIENTO

Información de salud

para las personas
de la tercera edad



¡Buena salud para toda la vida!



Departamento de Salud y Servicios Humanos
Institutos Nacionales de la Salud
Instituto Nacional sobre el Envejecimiento

Información gratis sobre la salud en español

El Instituto Nacional sobre el Envejecimiento tiene muchas publicaciones en español. Estos folletos proveen información útil y breve sobre varios temas que afectan a los adultos mayores. Cada uno contiene información de salud basada en investigaciones y también ofrece recursos para obtener más información.

Por favor seleccione todas las publicaciones que desea ordenar. Nosotros ofrecemos envío gratis a direcciones en los Estados Unidos solamente. No podemos enviar publicaciones afuera de los Estados Unidos.

Información de salud para las personas de la tercera edad (Age Pages)

Enfermedades/Condiciones

- Accidente cerebrovascular (*Stroke*)
- Consejos sobre la artritis (*Arthritis*)
- El cuidado de la boca y los dientes (*Teeth*)
- El VIH, el SIDA y las personas mayores (*HIV/AIDS*)
- La depresión: no permita que la depresión persista (*Depression*)
- La diabetes en las personas mayores (*Diabetes*)
- La mala memoria no es siempre lo que se piensa (*Forgetfulness*)
- La realidad del cáncer (*Cancer*)
- Los problemas de la próstata (*Prostate Problems*)
- ¿Preocupados por el estreñimiento? (*Constipation*)
- Presión arterial alta: consejos para mantenerla bajo control (*High Blood Pressure*)

Cuidado médico

- Cuidado a largo plazo: escogiendo el lugar correcto (*Long-Term Care*)
- Charlatanes: cómo reconocer estafas en cuestiones de salud (*Health Quackery*)

- ¿Está considerando hacerse una cirugía? (*Surgery*)
- Selección del médico (*Choosing A Doctor*)

Promoción de salud/Prevención de enfermedades

- Consejos para dormir bien (*Sleep*)
- Ejercicio y actividad física (*Exercise and Physical Activity*)
- El cuidado de los pies (*Foot Care*)
- El envejecimiento y el alcohol (*Alcohol*)
- El envejecimiento y sus ojos (*Eyes*)
- Hipertermia: muy caliente para su salud (*Hyperthermia*)
- Hipotermia: el peligro de las bajas temperaturas (*Hypothermia*)
- La sexualidad en la edad avanzada (*Sexuality*)
- Menopausia (*Menopause*)
- Pérdida de la audición (*Hearing*)
- Prevención de caídas y fracturas (*Falls and Fractures*)
- Qué hacer acerca de la gripe (*Flu*)
- Vacunas para su salud (*Shots*)

Seguridad

- Conductores de la tercera edad (*Older Drivers*)
- El crimen y las personas de la tercera edad (*Crime*)
- Medicamentos: úselos con cuidado (*Medicines*)

Conversando con su médico (Talking with Your Doctor)

Este folleto incluye información que le ayudará a escoger a un doctor, cómo comunicarse efectivamente con doctores y profesionales de la salud, a usar la ayuda de un intérprete y a dialogar sobre asuntos personales.

Guías sobre la enfermedad de Alzheimer

- Guía de la enfermedad de Alzheimer: La información que usted necesita saber (*Alzheimer's Disease Fact Sheet*)
- Guía para quienes cuidan personas con la enfermedad de Alzheimer (*Caregiver Guide*)
- Medicamentos para la enfermedad de Alzheimer (*Alzheimer's Disease Medications*)
- Protección en el hogar para las personas con la enfermedad de Alzheimer (*Home Safety*)

Envíe este formulario a:

**NIA Information Center
(Centro de información del Instituto
Nacional sobre el Envejecimiento)**

P.O. Box 8057

Gaithersburg, MD 20898-8057

Para ordenar publicaciones:

800-222-2225 (línea gratuita)

800-222-4225 (TTY línea gratuita)

www.nia.nih.gov/Español

Nombre (En Letra de Imprenta)

Dirección

Ciudad

Estado

Código Postal +4

El sitio de Internet en español del Instituto Nacional sobre el Envejecimiento (**www.nia.nih.gov/Español**) le ayuda a sacar mayor provecho a su vida. Usted encontrará información detallada, veraz y culturalmente apropiada sobre la salud para las personas de la tercera edad y sus familias.