



Gracias por participar en el MESA-MIND, un estudio sobre cómo la salud del corazón se relaciona con la salud del cerebro. El tiempo y esfuerzo que ha invertido en el MESA y en el MESA-MIND nos ayudará a saber más sobre esta importante relación y estamos profundamente agradecidos de seguir contando con su participación. A continuación, presentamos una lista de preguntas y respuestas frecuentes sobre el MESA-MIND.

¿Qué estudiamos por medio de estas tareas?

Las tareas cognitivas que realizó nos proporcionan información sobre su memoria y otras funciones cognitivas básicas. Al igual que una prueba de esfuerzo en una caminadora para analizar la función de su corazón, nuestras pruebas cognitivas están diseñadas para ir aumentando en dificultad conforme se va avanzando, así que nadie contesta todas las preguntas de manera correcta. Es de esperar —y es totalmente normal— que el desempeño de las personas disminuya conforme envejecen. Cabe destacar que estas pruebas son parte de un estudio de investigación diseñado para responder ciertas preguntas de la investigación. Estas pruebas no reemplazan a aquellas que se realizan como parte de una atención médica de rutina o un examen clínico cognitivo. Si tiene alguna inquietud sobre la salud de su cerebro, hable de este tema con su médico.

¿Para qué utilizan los resultados de mis pruebas cognitivas?

Una vez que eliminamos su información de identificación personal, los datos de las pruebas cognitivas y las imágenes del cerebro se combinan con los de otros participantes del MESA en todo el país para que los investigadores estudien el papel de los vasos sanguíneos en la salud cerebral. Otra etapa del proceso es que un grupo de expertos en función cognitiva y envejecimiento analice los resultados de sus pruebas. Si los expertos consideran que podría haber un problema con su estado de salud, usted recibirá una carta con una recomendación de que acuda a hacer seguimiento con su proveedor de atención médica. Debido a que son miles de participantes, nos toma tiempo verificar los datos de forma minuciosa, calificar y revisar todas las pruebas. Por ende, el proceso para entregar los resultados a los y las participantes es más lento de lo que quisiéramos. Si tiene inquietudes sobre su función cognitiva, puede consultar a su proveedor de atención médica en cualquier momento.

¿Qué puedo hacer respecto a la salud de mi cerebro?

El equipo del MESA-MIND elaboró el paquete de materiales adjunto donde se describen brevemente varias de las funciones cognitivas clave y de qué manera mejorarlas. **Por lo general, lo que es bueno para su corazón es bueno para su cerebro.** Consulte con su médico antes de realizar cambios a su dieta o empezar una rutina de ejercicios.

Le agradecemos de nuevo por participar en el examen clínico 7 del MESA y en el MESA-MIND.