



Appendix A

ARTICLES FOR EDUCATION

NATIONAL INSTITUTE ON AGING

NIA AGE PAGES – ENGLISH

Click on the article title to access the chosen article.

Title	Web Address
A Good Night's Sleep	http://www.nia.nih.gov/health/publication/good-nights-sleep
Aging and Your Eyes	http://www.nia.nih.gov/health/publication/aging-and-your-eyes
Alcohol Use and Abuse	http://www.nia.nih.gov/health/publication/alcohol-use-older-people
Arthritis Advice	http://www.nia.nih.gov/health/publication/arthritis-advice
Beware of Health Scams	http://www.nia.nih.gov/health/publication/beware-health-scams
Cancer Facts for People Over 50	http://www.nia.nih.gov/health/publication/cancer-facts-people-over-50
Choosing a Doctor	http://www.nia.nih.gov/health/publication/choosing-doctor
Concerned About Constipation?	http://www.nia.nih.gov/health/publication/concerned-about-constipation
Considering Surgery?	http://www.nia.nih.gov/health/publication/considering-surgery
Crime and Older People	http://www.nia.nih.gov/health/publication/crime-and-older-people
Depression	http://www.nia.nih.gov/health/publication/depression
Diabetes in Older People – A Disease You Can Manage	http://www.nia.nih.gov/health/publication/diabetes-older-people-disease-you-can-manage
Dietary Supplements	http://www.nia.nih.gov/health/publication/dietary-supplements
Elder Abuse	http://www.nia.nih.gov/health/publication/elder-abuse
Exercise and Physical Activity: Getting Fit For Life	http://www.nia.nih.gov/health/publication/exercise-and-physical-activity-getting-fit-life
Falls and Fractures	http://www.nia.nih.gov/health/publication/falls-and-fractures
Flu – Get the Shot	http://www.nia.nih.gov/health/publication/flu-get-shot
Foot Care	http://www.nia.nih.gov/health/publication/foot-care

Title	Web Address
Forgetfulness: Knowing When To Ask For Help	http://www.nia.nih.gov/health/publication/forgetfulness-knowing-when-ask-help
Getting Your Affairs In Order	http://www.nia.nih.gov/health/publication/getting-your-affairs-order
Healthy Eating After 50	http://www.nia.nih.gov/health/publication/healthy-eating-after-50
Hearing Loss	http://www.nia.nih.gov/health/publication/hearing-loss
Heart Health	http://www.nia.nih.gov/health/publication/heart-health
High Blood Pressure	http://www.nia.nih.gov/health/publication/high-blood-pressure
HIV, AIDS, and Older People	http://www.nia.nih.gov/health/publication/hiv-aids-and-older-people
Hospital Hints	http://www.nia.nih.gov/health/publication/hospital-hints
Hyperthermia: Too Hot for Your Health	http://www.nia.nih.gov/health/publication/hyperthermia-too-hot-your-health
Hypothermia: A Cold Weather Hazard	http://www.nia.nih.gov/health/publication/hypothermia-cold-weather-hazard
Kidney Disease: A Silent Problem	http://www.nia.nih.gov/health/publication/kidney-disease-silent-problem
Medicines: Use Them Safely	http://www.nia.nih.gov/health/publication/medicines-use-them-safely
Menopause	http://www.nia.nih.gov/health/publication/menopause
Mourning the Death of a Spouse	http://www.nia.nih.gov/health/publication/mourning-death-spouse
Older Drivers	http://www.nia.nih.gov/health/publication/older-drivers
Online Health Information: Can You Trust It?	http://www.nia.nih.gov/health/publication/online-health-information-can-you-trust-it
Osteoporosis: The Bone Thief	http://www.nia.nih.gov/health/publication/osteoporosis-bone-thief
Pain: You Can Get Help	http://www.nia.nih.gov/health/publication/pain-you-can-get-help
Prostate Problems	http://www.nia.nih.gov/health/publication/prostate-problems
Sexuality in Later Life	http://www.nia.nih.gov/health/publication/sexuality-later-life
Shingles	http://www.nia.nih.gov/health/publication/shingles
Shots for Safety	http://www.nia.nih.gov/health/publication/shots-safety
Skin Care and Aging	http://www.nia.nih.gov/health/publication/skin-care-and-aging
Smell and Taste: Spice of Life	http://www.nia.nih.gov/health/publication/smell-and-taste-spice-life
Smoking: It's Never Too Late to Stop	http://www.nia.nih.gov/publication/smoking-its-never-too-late-stop
Stroke	http://www.nia.nih.gov/health/publication/stroke
Taking Care of Your Teeth and Mouth	http://www.nia.nih.gov/health/publication/taking-care-your-teeth-and-mouth
Understanding Lung Problems — Make Each Breath Healthy	http://www.nia.nih.gov/health/publication/understanding-lung-problems-make-each-breath-healthy
Urinary Incontinence	http://www.nia.nih.gov/health/publication/urinary-incontinence

NIA PÁGINAS DE LA EDAD – EN ESPAÑOL

Title	Web Address
¿Está considerando hacerse una cirugía? (Surgery)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/esta-considerando-hacerse-una-cirugia
¿Preocupados por el estreñimiento? (Constipation)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/preocupados-por-el-estrenimiento
Ataque cerebral (Stroke)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/ataque-cerebral
Caídas y fracturas (Falls & Fractures)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/caidas-y-fracturas
Comer saludablemente después de los 50 años	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/comer-saludablemente-despues-de-los-50-anos
Conductores de la tercera edad (Older drivers)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/conductores-de-la-tercera-edad
Consejos sobre la artritis (Arthritis)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/consejos-sobre-la-artritis
Cuidese de los tratamientos de salud fraudulentos (Health Scams)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/cuidese-de-los-tratamientos-de-salud-fraudulentos
Dormir bien (Sleep)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/dormir-bien
Ejercicio y actividad física: En forma de por vida	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/ejercicio-y-actividad-fisica-en-forma-de-por-vida
El crimen y las personas de la tercera edad	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/el-crimen-y-las-personas-de-la-tercera-edad
El cuidado de la piel (Skin care)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/el-cuidado-de-la-piel
El cuidado de los pies (Foot care)	http://www.nia.nih.gov/health/publication/foot-care
El cuidado de sus dientes y boca	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/el-cuidado-de-sus-dientes-y-boca
El dolor: usted puede obtener ayuda (Pain)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/el-dolor-usted-puede-obtener-ayuda
El envejecimiento y sus ojos (Eyes)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/el-envejecimiento-y-los-ojos
El uso de alcohol en las personas mayores (Alcohol)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/el-uso-de-alcohol-en-las-personas-mayores
El VIH, el SIDA y las personas mayores	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/el-vih-el-sida-y-las-personas-mayores
Fumar: nunca es demasiado tarde para dejar de hacerlo (Smoking)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/fumar-nunca-es-demasiado-tarde-para-dejar-de-hacerlo
Hipertermia (Hyperthermia)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/hipertermia
Hipotermia: el peligro de las bajas temperaturas (Hypothermia)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/hipotermia-el-peligro-de-las-bajas-temperaturas
Incontinencia urinaria (Incontinence)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/incontinencia-urinaria
Información sobre el cáncer (Cancer)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/informacion-sobre-el-cancer
La culebrilla (Shingles)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/la-culebrilla

Title	Web Address
La depresión: no permita que la depresión persista (Depression)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/la-depresion-no-permita-que-la-depresion-persista
La diabetes en las personas mayores (Diabetes)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/la-diabetes-en-las-personas-mayores
La mala memoria: reconozca cuándo debe pedir ayuda (Forgetfulness)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/la-mala-memoria-reconozca-cuando-debe-pedir-ayuda
La menopausia (Menopause)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/la-menopausia
La salud del corazón (Heart health)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/la-salud-del-corazon
La sexualidad en la edad avanzada (Sexuality)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/la-sexualidad-en-la-edad-avanzada
Medicamentos: Úselos con cuidado (Medicines)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/medicamentos-uselos-con-cuidado
Osteoporosis: la usurpadora de los huesos (Osteoporosis)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/osteoporosis-la-usurpadora-de-los-huesos
Pérdida de la audición (Hearing loss)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/perdida-de-la-audicion
Presión arterial alta (Blood pressure)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/presion-arterial-alta
Problemas de la próstata (Prostate)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/problemas-de-la-prostata
Qué hacer acerca de la gripe (Flu)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/que-hacer-acerca-de-la-gripe
Selección del médico	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/seleccion-del-medico
Vacunas para su salud (Shots for Safety)	http://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/vacunas-para-su-salud

NIA PUBLICATIONS

Title	Web Address
Alzheimer's Disease	http://www.nia.nih.gov/Alzheimers
Exercise Guide	http://www.niapublications.org/exercisebook/index.asp
Making Your Website Senior Friendly	http://www.nia.nih.gov/HealthInformation/Publications/website/
Menopause Booklet and Updates	http://www.nia.nih.gov/HealthInformation/Publications/hormones.htm
What's Your Aging IQ?	http://www.nia.nih.gov/HealthInformation/Publications/agingIQ.htm