

La salud de los hispanos ¡A la buena salud! – To Good Health!



1 de cada 6

Cerca de 1 de cada 6 personas en los EE. UU. son hispanas (casi 57 millones). Para el 2035 podrían ser casi 1 de cada 4.

24 % ↓

La tasa de mortalidad de los hispanos es 24 % menor que la de los de raza blanca (no hispanos).

↑ 50 %

Los hispanos tienen cerca de más del 50 % de probabilidad de morir de diabetes o enfermedad del hígado que los de raza blanca.

Los hispanos o latinos son la población minoritaria étnica o racial más grande en los EE. UU. Las enfermedades cardíacas y el cáncer son las dos causas principales de muerte en los hispanos, y representan cerca de 2 de cada 5 muertes, una tasa casi igual a la de las personas de raza blanca. Los hispanos tienen tasas de mortalidad más bajas que los de raza blanca en la mayoría de las 10 causas principales de muerte; con tres excepciones: más muertes por diabetes y enfermedad del hígado crónica, y cantidades similares de muertes por enfermedades de los riñones. El riesgo para la salud en los hispanos puede variar por subgrupo, por ejemplo, un 66 % más de puertorriqueños fuman en comparación con los mexicanos. El riesgo para la salud también depende en parte de si nacieron en los EE. UU. o en otro país. Los hispanos tienen casi 3 veces más probabilidad de no tener seguro que las personas de raza blanca. Los hispanos en los EE. UU. son en promedio casi 15 años más jóvenes que los de raza blanca, por lo que las medidas que tomen ahora los hispanos para prevenir enfermedades pueden tener un gran efecto en el futuro.

Los médicos y otros profesionales de la salud pueden:

- ◇ Trabajar con intérpretes para eliminar las barreras del idioma, si el paciente prefiere hablar en español.
- ◇ Aconsejar a los pacientes sobre el control del peso y la nutrición si tienen presión arterial alta, diabetes o cáncer o si tienen un riesgo alto de tenerlos.
- ◇ Preguntar a los pacientes si fuman y si lo hacen, ayudarlos a dejar de fumar.
- ◇ Trabajar con los promotores de salud para educar y vincular a las personas a servicios gratuitos o a bajo costo.

→ **Vea la página 4**
¿Quiere saber más? Visite

www

www.cdc.gov/spanish/signosvital



Problema

Los riesgos para la salud entre los hispanos.

Los hispanos tienen diferentes grados de enfermedad o riesgos de salud en comparación con las personas de raza blanca.

- ◇ 35 % menos casos de enfermedades cardíacas y 49 % menos de cáncer.
- ◇ En general, una tasa de mortalidad más baja, pero una tasa de mortalidad cerca del 50 % más alta por la diabetes.
- ◇ 24 % de casos de presión arterial alta más mal controlada.
- ◇ 23 % más casos de obesidad.
- ◇ 28 % menos de pruebas de detección del cáncer colorrectal realizadas.

Los subgrupos de hispanos tienen diferentes grados de riesgos de salud y más necesidad de hacerse las pruebas de detección preventivas según las recomendaciones.

- ◇ Los mexicanos y los puertorriqueños tienen cerca del doble de probabilidad de morir de diabetes que las personas de raza blanca. Los mexicanos también tienen casi el doble de probabilidad de morir de enfermedad del hígado crónica y de cirrosis que los de raza blanca.
- ◇ El tabaquismo entre los hispanos en general (14 %) es menos común que entre las personas de raza blanca (24 %), pero es alto entre los hombres puertorriqueños (26 %) y los hombres cubanos (22 %).*
- ◇ La realización de pruebas de detección del cáncer colorrectal varía entre los hispanos de 50 a 75 años.
 - Cerca del 40 % de los cubanos se hacen pruebas de detección (29 % de los hombres y 49 % de las mujeres).
 - Cerca del 58 % de los puertorriqueños se hacen pruebas de detección (54 % de los hombres y 61 % de las mujeres).

- ◇ Los hispanos tienen casi la misma probabilidad que los de raza blanca de tener la presión arterial alta. Pero las mujeres hispanas con presión arterial alta tienen el doble de probabilidad que los hombres hispanos de tenerla controlada.

El que los hispanos hayan nacido o no en los EE. UU. tiene un gran efecto.

- ◇ Los cánceres relacionados con las infecciones (cuello uterino, estómago, hígado) son más comunes entre los hispanos nacidos en otros países.
- ◇ En comparación con los hispanos nacidos en los EE. UU., los hispanos nacidos en el extranjero tienen lo siguiente:
 - Casi la mitad de enfermedades cardíacas.
 - 48 % menos cáncer.
 - 29 % menos presión arterial alta.
 - 45 % más colesterol total alto.
- ◇ Los factores sociales pueden jugar un papel importante en la salud de los hispanos. Entre los hispanos que viven en los EE. UU.:
 - Cerca de 1 de cada 3 no terminó la escuela secundaria superior (*high school*).
 - Cerca de 1 de cada 4 vive por debajo de la línea de pobreza.
 - Cerca de 1 de cada 3 no habla inglés bien.

*Datos de la Encuesta Nacional de Entrevistas de Salud, 2009-2013 combinados por edades 18-64 años.





Diferencias en la CARGA DE ENFERMEDADES CRÓNICAS específicas para las personas blancas no hispanas frente a las hispanas

	Personas de raza blanca no hispanas	Hispanos
Enfermedades cardíacas	8 %	5 %
Cáncer	4 %	2 %
Presión arterial alta	20 %	17 %
Presión arterial alta mal controlada	54 %	68 %

FUENTES: Encuesta Nacional de Entrevistas de Salud 2009-2013, Encuesta Nacional de Exámenes de Salud y Nutrición, 2009-2012



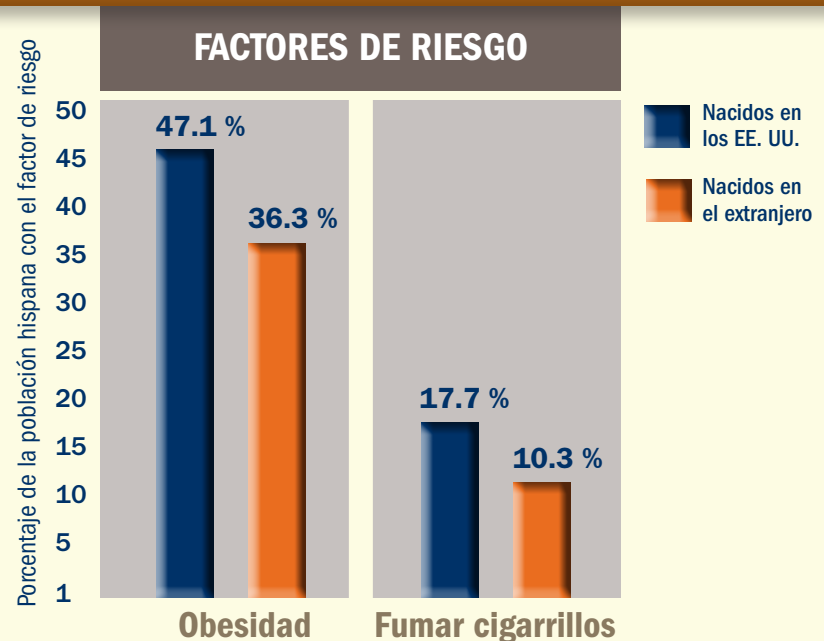
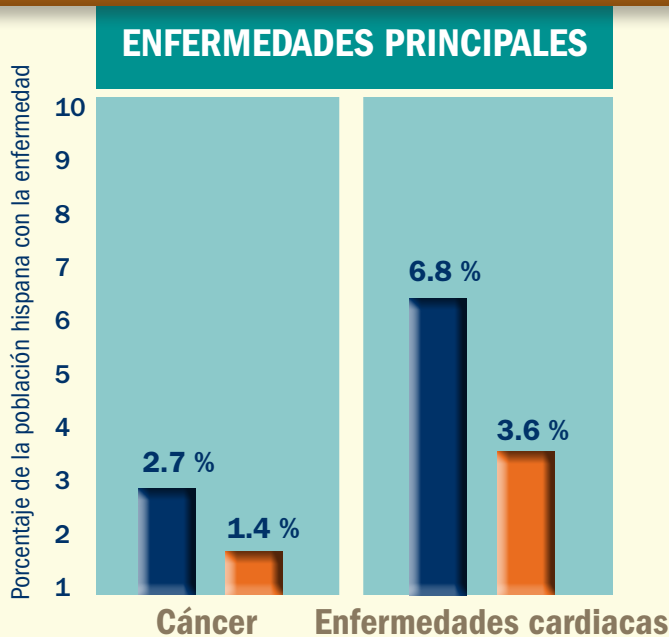
Diferencias en las 10 causas principales de muerte, PERSONAS DE RAZA BLANCA NO HISPANAS frente a las HISPANAS

Personas de raza blanca no hispanas	Hispanos
1 Enfermedades cardíacas	1 Cáncer
2 Cáncer	2 Enfermedades cardíacas
3 Enfermedades crónicas de las vías respiratorias inferiores	3 Lesiones no intencionales
4 Lesiones no intencionales	4 Accidentes cerebrovasculares
5 Accidentes cerebrovasculares	5 Diabetes
6 Enfermedad de Alzheimer	6 Enfermedad del hígado crónica y cirrosis
7 Diabetes	7 Enfermedades crónicas de las vías respiratorias inferiores
8 Influenza (gripe) y neumonía	8 Enfermedad de Alzheimer
9 Suicidio	9 Influenza (gripe) y neumonía
10 Enfermedades de los riñones*	10 Enfermedades de los riñones*

*Tipos de enfermedades de los riñones: nefritis, síndrome nefrótico y nefrosis

FUENTES: Programa Cooperativo de Estadísticas Vitales, Archivos de datos sobre mortalidad, 2013

LAS ENFERMEDADES Y LOS FACTORES DE RIESGOS PRINCIPALES PARA LOS HISPANOS



Lo que se puede hacer



El gobierno federal hace lo siguiente:

- ◇ Ayuda a que los hispanos que cumplan con los requisitos obtengan cobertura de seguro a través de la Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio.
- ◇ Trabaja para generar capacidad en las comunidades para utilizar promotores de salud que ayuden a mejorar la salud de las comunidades hispanas.
- ◇ Utiliza programas existentes para mejorar los servicios de salud de la comunidad y el acceso a los cuidados preventivos.
- ◇ Se esfuerza por obtener una mejor representación de todos los hispanos en los datos nacionales de vigilancia de la salud y en los estudios de investigación, y en usar los datos para ayudar a mejorar la salud de los hispanos.



Los médicos y otros profesionales de la salud pueden:

- ◇ Trabajar con intérpretes para eliminar las barreras del idioma, si el paciente prefiere hablar en español.
- ◇ Aconsejar a los pacientes sobre el control del peso y la nutrición si tienen presión arterial alta, diabetes o cáncer o tienen riesgo alto de tenerlos.
- ◇ Preguntar a los pacientes si fuman y si lo hacen, ayudarlos a dejar de fumar.
www.espanol.smokefree.gov/ • 1-800-DÉJELO-YA
- ◇ Trabajar con los promotores de salud para educar y vincular a las personas a servicios gratuitos o a bajo costo.
www.cdc.gov/minorityhealth/

www

www.cdc.gov/spanish/SignosVitales/SaludHispanos/

www

www.cdc.gov/mmwr

Los promotores de salud pueden hacer lo siguiente:



- ◇ Utilizar los recursos que se han creado para educar a la comunidad hispana sobre los riesgos para la salud y los servicios preventivos.
www.cdc.gov/minorityhealth/promotores

Todos pueden:



- ◇ Inscribirse para obtener seguro médico, si cumplen con los requisitos, a través de la Ley del Cuidado de la Salud a Bajo Precio, sin importar que tengan o no alguna afección preexistente; y averiguar si cumplen los requisitos para recibir ayuda con los costos.
www.cuidadodesalud.gov/es/
- ◇ Hablar con su médico u otro profesional de la salud acerca de las pruebas de detección del cáncer que deben hacerse y con qué frecuencia, especialmente si tienen antecedentes familiares de cáncer. Hacerle seguimiento a cualquier resultado anormal.
- ◇ Hacer un esfuerzo considerable para seguir consejos de salud comprobados como dejar de fumar, tomar los medicamentos para controlar la presión arterial y el colesterol, y mantener un peso saludable al salir a caminar, a un paso rápido, por lo menos por 10 minutos, 3 veces al día, 5 días a la semana.
- ◇ Informarse sobre la diabetes y cómo prevenir la diabetes tipo 2.
- ◇ Tener una alimentación saludable que sea baja en sal, grasas totales, grasas saturadas y colesterol, y rica en frutas y verduras frescas.

Para más información:

Teléfono: 1-800-CDC-INFO (232-4636)

Línea TTY: 1-888-232-6348

Sitio web: www.cdc.gov/spanish/

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

1600 Clifton Road NE, Atlanta, GA 30333

Fecha de publicación: 5 de mayo de 2015