



Ángel de mi Corazón de Cheerios

HOJA DE DATOS

- ♥ Las enfermedades cardíacas constituyen la principal causa de muerte entre la población hispana de Estados Unidos.¹
- ♥ Casi uno de cada cuatro hispanos en los Estados Unidos morirá debido a una enfermedad cardíaca siendo ésta la responsable de alrededor del 23.2% de las muertes que se producen dentro de este grupo de población.²
- ♥ Los hispanos son propensos a sufrir los factores de riesgo de las enfermedades cardíacas, tales como la obesidad y la diabetes. La obesidad es un factor de riesgo muy importante que contribuye al desarrollo de la hipertensión, el colesterol alto y la diabetes.³
- ♥ La población hispana de Estados Unidos tiene casi el doble de probabilidades de desarrollar diabetes que la población blanca no hispana, y de desarrollar complicaciones tales como enfermedades cardíacas, hipertensión, ceguera y enfermedades renales. La diabetes es la cuarta causa de muerte entre los hispanos mayores de 65 años.⁴
- ♥ Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte entre las personas que padecen de diabetes, siendo responsables del sesenta y ocho por ciento (68%) de las muertes.⁵
- ♥ Las mujeres hispanas de Estados Unidos son menos propensas a realizar actividad física que las mujeres blancas no hispanas. Los hombres blancos no hispanos son un 10.4% más propensos a realizar actividad física que los hombres hispanos, y las mujeres blancas no hispanas son un 9.1% más propensas a realizar actividad física que las mujeres hispanas.⁶
- ♥ Las mujeres hispanas desarrollan factores de riesgo de enfermedades cardíacas mucho antes que las mujeres caucásicas y, por lo general, el estado de salud de su corazón equivale al de una mujer caucásica 10 años mayor.⁷
- ♥ En 2003, el porcentaje de adultos que informó haberse sometido a exámenes de colesterol alguna vez en su vida fue más bajo entre los hispanos/latinos (66.1%) que entre la población blanca (80.4%) y la población general (76.9%).⁸
- ♥ Más de un tercio (39%) de los hispanos presentaba niveles de colesterol "en el límite máximo de los valores normales" o "altos". Al mismo tiempo, más de un tercio (40%) presentaba además niveles bajos del "colesterol bueno" (HDL), el cual puede proteger contra las enfermedades cardíacas.⁹

¹ http://www.americanheart.org/downloadable/heart/1168615288228LatinoSpan%20HeartFacts07_loRes.pdf

² <http://www.cdc.gov/nchs/products/pubs/pubd/hestats/leadingdeaths03/leadingdeaths03.htm>
http://www.cdc.gov/nchs/data/hestat/leadingdeaths03_tables.pdf#4

³ <http://www.texasheart.org/HIC/Topics/HSmart/riskfact.cfm>, <http://www.strokeassociation.org/presenter.jhtml?identifier=3030389>

⁴ <http://www.nih.gov/news/pr/apr2006/ni-a-18.htm>

⁵ www.ndep.nih.gov, http://www.ndep.nih.gov/diabetes/pubs/FS_HispLatino_Eng.pdf

⁶ <http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/mm5646a1.htm>

⁷ <http://www.sciencedaily.com/releases/2007/03/070302171422.htm>

⁸ <http://www.cdc.gov/omh/Highlights/2004/HSept04.htm>

⁹ <http://www.hispanichealth.org/>, <http://www.migentehispana.com/the-threat-of-high-cholesterol/>



- ♥ Las dietas ricas en alimentos de grano entero como los cereales Cheerios, Honey Nut Cheerios, Multi Grain Cheerios y otras alimentos de grano entero bajo en grasa saturada y colesterol, puede reducir el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.¹⁰

¹⁰<http://www.fda.gov/oc/speeches/2006/fswce0309.html>, <http://www.americanheart.org/presenter.ihtml?identifier=1872>