



LA SALUD DE LOS  
**LATINOS**  
EN NUESTRA COMUNIDAD

Resultados de  
La Encuesta de Salud Comunitaria 2017

INTERACT  
FOR **HEALTH**

A Catalyst for Health and Wellness

Derechos de autor 2019 de Interact for Health.

Todos los derechos reservados.

Este trabajo fue producido por socios de Interact for Health Jennifer Chubinski, Colleen Desmond, Susan Sprigg, Emily Gresham Wherle and Jeffrey Williams, y Liliana Rojas-Guyler, Profesora Titular de La Universidad de Cincinnati.

Para citar este trabajo, por favor, utilice este formato: Interact for Health. (2019). La Salud De Los Latinos En Nuestra Comunidad. Cincinnati, OH: Autor.

Se concede permiso para reproducir esta publicación, siempre que estas reproducciones no sean utilizadas para fines comerciales; que no acumule cargos para las reproducciones; que nuestros materiales sean fielmente reproducidos (sin adición, alteración ni abreviatura); y que incluyan cualquier aviso de copyright, atribución o exclusión que aparece en el original. Ejemplares gratuitos de nuestras publicaciones están disponibles; por favor llame al 513-458-6600 o al número gratuito 888-310-4904 o visite [www.interactforhealth.org](http://www.interactforhealth.org).

Títulos de crédito de la foto en la página 9: UConn Rudd Centro para Política de Alimento y Obesidad.

Gracias a United Way of Greater Cincinnati por su continuo apoyo de La Encuesta de Salud Comunitaria y este reporte acerca de la comunidad Latina.

# ACERCA DE LA COMUNIDAD

Cincinnati y sus alrededores, como la nación, tienen una comunidad Latina que está creciendo. Según el Centro de Datos Estadísticos de la USA 2013–2017 y su Encuesta de la Comunidad Americana (ACS, por su uso de sigla en inglés) se estima que 68,000 adultos Latinos viven en nuestra región, lo que comprende el 3% de su población. Este reporte hace una profunda investigación de los índices de salud de los Latinos en nuestra comunidad.

Nuestra comunidad Latina es diferente a la mayoría en varios aspectos. Según el ACS, 8 de cada 10 residentes Latinos son menores de 45, comparado con 5 de cada 10 residentes en la región. Adultos Latinos mayores de 25 (25%) tienen menos tendencia a tener un diploma de universidad que los adultos de la región que son mayores de 25 (31%). Aproximadamente 1 de cada 4 Latinos (26%) vive en la pobreza, casi el doble del porcentaje que los adultos en la región (14%). En 2017, más de 6 en 10 adultos Latinos reportaron tener seguro de salud, comparado con 9 en 10 adultos en la región.

Aunque la comunidad Latina enfrenta dificultades, tiene mucho que celebrar. Como este reporte demuestra, los Latinos están felices en la comunidad en que viven y sienten que la región es un lugar saludable para vivir. La diversidad de rostros, tradiciones, contribuciones, y necesidades de servicios de nuestros vecinos Latinos se ha hecho más evidente, y ellos mucho más incluidos. También han crecido mucho las organizaciones que conectan y promueven el bienestar de los Latinos. Una de estas organizaciones es, Apoyo Latino, el cual provee información vigente acerca de los cuidados y servicios de salud, servicios legales, la educación, la salud mental, y mucho más en su sitio de web, <http://cincinnati-latino.org/resources>.

Interact for Health está mejorando la salud de las personas en nuestra región, incluyendo a los Latinos. Yo he tenido el honor de participar en la conducción de esta encuesta desde su inceptión en 2005. El reporte de este año será útil para el asesoramiento, el desarrollo y la educación acerca de las necesidades de los Latinos.

---

La Encuesta de La Salud Comunitaria 2017 (CHSS, por su uso de sigla en inglés) se hizo por teléfono he incluyo preguntas acerca del estado de la salud, comportamientos y resultados entre adultos en los 22 condados que rodean Cincinnati, Indiana sur-oeste, Ohio sur-oeste y el norte de Kentucky.

CHSS incluyo un sobredimensionamiento Latino en 2013 y en 2017. Las respuestas de los participantes son ponderadas con los datos del censo para que los resultados representen la comunidad Latina de nuestra región. Para proveer contexto, resultados para todos los adultos de la región, incluyendo adultos Latinos, también son incluidos. Aunque los cambios sean interesantes, por favor note que muestras chicas de grupos pequeños tienen un margen de error más grande que para la muestra de la región, lo cual puede causar más variaciones. Es importante monitorear cambios a través del tiempo para ver si las tendencias continúan.



**Liliana Rojas-Guyler**  
Profesora Titular en  
La Universidad de  
Cincinnati

# SALUD GENERAL

## 5 de cada 10 adultos Latinos reportaron salud excelente o muy buena

La manera en que Adultos Latinos auto-evalúan su estado de salud es un indicador importante del bienestar. Estudios han encontrado una conexión entre la manera en que las personas responden a esta pregunta y la expectativa de vida y su calidad. Según los Centros de Control de Enfermedad y Prevención (CDC, por su uso de sigla en inglés), en 2016, 6 de cada 10 adultos Latinos en la nación reportaron tener excelente o muy buena salud.<sup>1</sup> Igualmente reportaron una expectativa de vida de 81.8 años de edad para este grupo.<sup>2</sup> *La Encuesta de la Salud Comunitaria le pregunto a adultos en nuestra región, “¿En general, diría usted que su salud es excelente, muy buena, buena, poco favorable o pobre?”*

El porcentaje de adultos Latinos quienes reportaron tener excelente o muy buena salud fue **UN POCO MÁS** alto en 2017 que en 2013.

**Porcentaje de adultos Latinos quienes reportaron tener excelente o muy buena salud**



**ENTRE LOS ADULTOS DE LA REGION, 49% reportaron tener excelente o muy buena salud en 2017.**

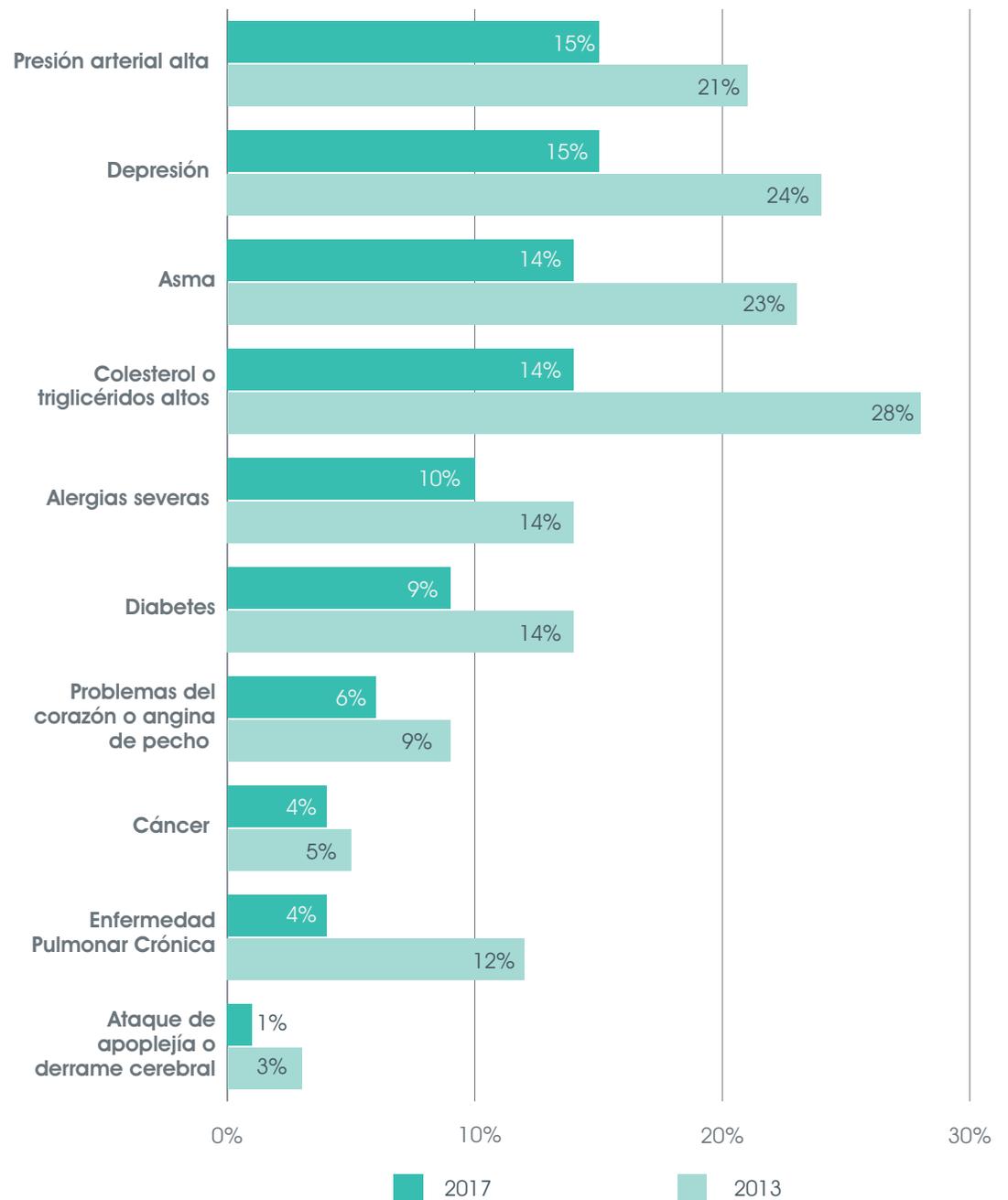


# CONDICIONES CRONICAS

## Adultos Latinos reportan más frecuentemente tener la presión sanguínea alta, depresión

Las condiciones crónicas pueden crear un peso físico, emocional y financiero para las personas. Si no son monitoreadas y manejadas bien, estas condiciones pueden tener un efecto devastador en la salud a término largo y en la sobrevivencia. *CHSS pregunta, "Alguna vez le ha dicho a usted un doctor que usted tiene..."*

### Porcentaje de adultos Latinos quienes has sido diagnosticados con:





**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION** en 2017:

- 30% reportaron que les ha dicho un doctor que tienen la presión sanguínea alta
- 21% reportaron depresión
- 18% reportaron asma
- 27% reportaron colesterol y triglicéridos altos
- 14% reportaron alergias severas
- 13% reportaron diabetes
- 10% reportaron problemas del corazón o angina de pecho
- 9% reportaron cáncer
- 6% reportaron enfermedad pulmonar crónica
- 3% reportaron ataque de apoplejía o derrame cerebral



# OBESIDAD

## 7 de cada 10 adultos Latinos tienen sobrepeso o son obesos

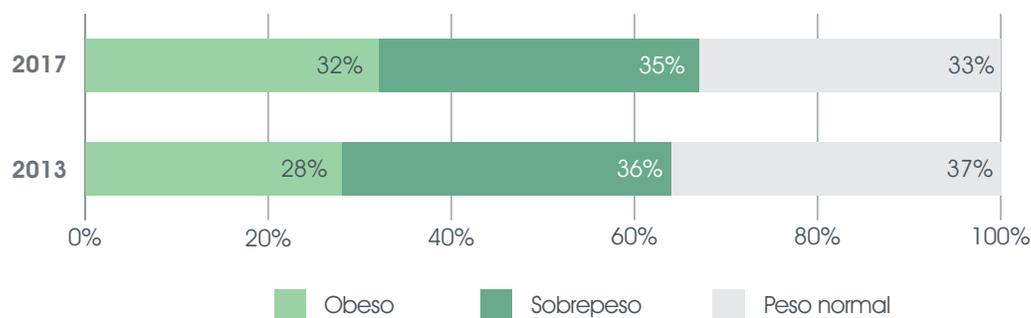
Mantener un peso normal puede apoyar la salud. El tener sobrepeso o ser obeso aumenta el riesgo de diabetes, problemas de corazón, condiciones respiratorias y algunos cánceres. También puede contribuir a dificultar algunas actividades cotidianas. Según el CDC, adultos Latinos a nivel nacional tienen más sobrepeso u obesidad que la población en general. En 2016, 3 de cada 10 adultos en general tenían peso normal (28%) y 7 de cada 10 tenían sobrepeso u obesidad (71%). En comparación, solamente 2 de cada 10 adultos Latinos en la nación tenían peso normal (20%) y 8 de cada 10 tenían sobrepeso u obesidad (80%).<sup>3</sup>

*El CHSS les preguntó a adultos su peso y altura para determinar si tenían obesidad según el Índice de Masa Corporal (BMI, por su uso de sigla en inglés).<sup>4</sup>*

Basado en el BMI, una persona quien tiene 5 pies y 4 pulgadas de altura sería considerada sobrepeso a las 150 libras y obesa a las 180 libras. Una persona quien tiene 6 pies de altura sería considerada sobrepeso a las 190 libras y obesa a las 220 libras.

El porcentaje de adultos Latinos quienes tienen sobrepeso u obesidad fue **EL MISMO** en 2017 y 2013.

**Adultos Latinos quienes tienen sobrepeso u obesidad** (porcentajes no suman 100 por ciento por el redondeo.)



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 32% eran obesos y 36% tenían sobrepeso en 2017.**



# ACTIVIDAD FISICA

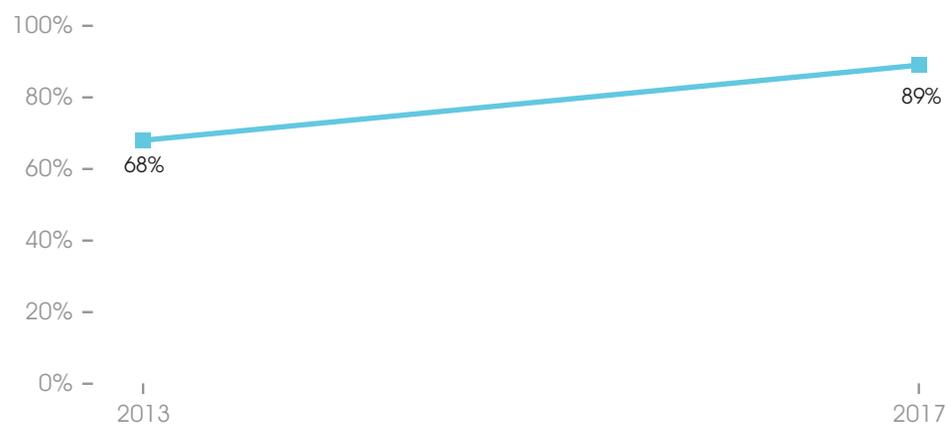
## 8 de cada 10 adultos Latinos reportan andenes y desniveles seguros en sus vecindarios

Ser físicamente activo es una de las cosas más importantes que las personas pueden hacer para mejorar su salud. Según el CDC, la actividad física regular puede reducir el riesgo de condiciones crónicas, mejorar la fuerza de los músculos y huesos, mejorar la salud mental y aumentar la expectativa de vida.<sup>5</sup> Un factor que influye en la actividad física, incluyendo el caminar, es el acceso a los andenes. Estudios han demostrado que las personas tienen más tendencia a usar andenes que están en buena condición en comparación a los que no lo están.<sup>6</sup> A nivel nacional, los Estados Unidos recibió una nota D en la "habilidad de caminar" sus vecindarios en el Reporte Calificativo de Caminar y Habilidad de Caminar Vecindarios de 2017, demostrando que todavía hay mucho progreso que hacer.<sup>7</sup>

CHSS le pregunto a adultos en la región si estaban de acuerdo con las siguientes declaraciones: "Hay andenes o desniveles en las calles de mi comunidad que son seguras para caminar, trotar o montar bicicleta."

**MÁS** adultos Latinos reportaron tener andenes seguros en su vecindario en 2017 que en 2013.

### El porcentaje de adultos Latinos que reportan andenes seguros en su vecindario

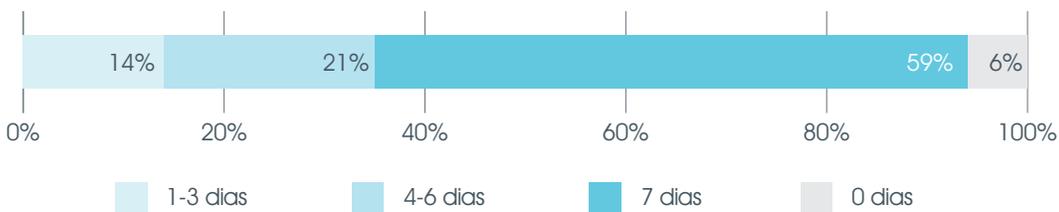


**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 73% reportaron tener andenes o desniveles seguros en su vecindario en 2017.**

## La mayoría de adultos Latinos caminan diariamente

Una de las maneras más fáciles de aumentar actividad física es caminando. Caminar es especialmente asequible porque no requiere ninguna habilidad o local especial. CHSS le preguntó a adultos de la región cuantos días a la semana ellos caminaban mínimo 10 minutos.

### Número de días de cada mes que adultos Latinos reportaron caminar al menos 10 minutos diarios (porcentajes no suman 100 por ciento por el redondeo.)



6 de cada 10 adultos Latinos caminan **AL MENOS 10** minutos cada día.

**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 57% reportaron que caminaban mínimo 10 minutos diariamente en 2017.**



## 2 de cada 10 adultos Latinos se sientan por ocho o más horas diariamente

El sentarse por largos periodos de tiempo, aunque sea combinado con actividad física de nivel moderado, puede perjudicar la salud.<sup>8</sup> Los estudios han demostrado que comportamiento sedentario puede aumentar el riesgo de enfermedades del corazón, cáncer y diabetes tipo 2.<sup>9</sup>

### El porcentaje de adultos Latinos quienes reportan sentarse por ocho o más horas diariamente



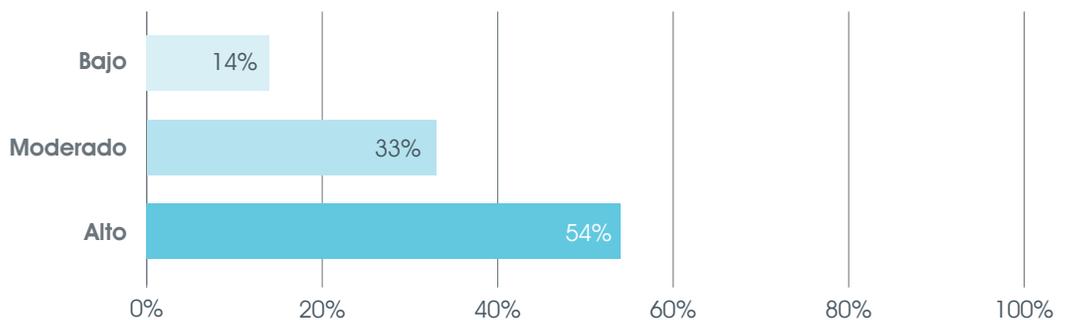
**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 25% reportaron sentarse por ocho horas o más diariamente en 2017.**



## Midiendo actividad física en el trabajo y de recreo

El CHSS 2017 incorporo la Encuesta Internacional de Actividad Física (IPAQ, por su uso de sigla en inglés), formato corto.<sup>10</sup> Está diseñada para medir la actividad física de adultos durante el día entero. Se les pregunta a los adultos que reporten su nivel de actividad durante los últimos 7 días en cuatro categorías: actividad vigorosa, actividad moderada, caminar, y sentarse.

### Nivel de actividad física reportado por adultos Latinos



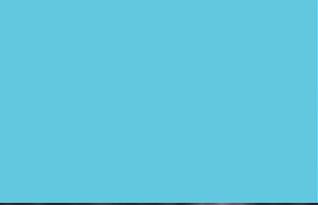
3 de cada 10 adultos Latinos reportan niveles de actividad física **MODERADA**.



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION,** 17% reportaron bajos niveles de actividad, 23% reportaron niveles moderados de actividad y 60% reportaron altos niveles de actividad en 2017.

Los resultados de todos los adultos de la región y de los adultos Latinos demuestran niveles de actividad física auto-reportados más altos de los reportados usando otros cuestionarios. Una explicación posible de esta diferencia es que muchos cuestionarios comunes de actividad física están basados en auto-reportes de actividad fuera de horas de trabajo. El IPAQ les pide a los participantes que reporten acerca de toda su actividad, incluyendo en el trabajo, en la casa, y en recreo. Usando el IPAQ, una persona podría calificar a nivel "moderado" o "alto" basado en el tiempo que pasan de pie en su trabajo, aun si ellos hacen poca o no hacen actividades físicas fuera del trabajo.

Esta es la primera vez que el CHSS ha incorporado este instrumento para medir actividad física. Estudios adicionales se requieren para entender mejor como usar estas auto-evaluaciones para explorar niveles de actividad física en los dos ambientes, el trabajo y fuera del trabajo.



# NUTRICION Y ACCESO A LOS ALIMENTOS

## 2 de cada 10 adultos Latinos comen la cantidad recomendada de frutas y vegetales

El peso y la salud en general de las personas se ven substancialmente afectadas por los alimentos que comen. La dieta saludable consiste de cantidades balanceadas de proteína, carbohidratos y grasas, con suficientes frutas y vegetales, y limitadas grasas y sales. Según el CDC, las personas quienes comen una dieta saludable incluyendo cantidades generosas de frutas y vegetales tienen un riesgo reducido de derrame cerebral, diabetes tipo 2 y ciertos canceres.<sup>11</sup>

Las Guías Dietéticas para los americanos 2015-2020,<sup>12</sup> un proyecto del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA, por su uso de sigla en inglés) y Los Servicios Humanitarios y de Salud (HHS, por su uso de sigla en inglés), recomiendan que cada comida incluya medio plato de frutas y vegetales. Esto significa que adultos deben comer dos porciones de frutas y tres porciones de vegetales cada día.

*El CHSS le pregunto a adultos cuantas frutas y vegetales consumían diariamente.*

### El porcentaje de adultos Latinos quienes consumen la cantidad recomendada de frutas y vegetales



2 de cada 10 adultos Latinos consumen la cantidad recomendada de frutas y vegetales, **LO MISMO** que en 2013.



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 23% consumieron la cantidad recomendada de frutas y vegetales en 2017.**

## 4 de cada 10 adultos Latinos beben siete o más gaseosas o bebidas azucaradas cada semana

Según las Guías Dietéticas para Americanos 2015-2020, casi la mitad de toda la azúcar consumida en la nación viene de las bebidas azucaradas.<sup>13</sup> La azúcar añade calorías a la dieta de la persona sin proveer los nutrientes necesarios para ser saludable. Las guías recomiendan el limitar las azúcares agregadas a un 10% de las calorías diarias. Si las personas consumen más de eso, es posible que ellas no obtengan los nutrientes necesarios de las frutas, los vegetales, las proteínas y los productos lácteos.

Los estudios han demostrado que beber una o más bebidas azucaradas por día—equivalente a siete o más cada semana—puede aumentar el riesgo de obesidad,<sup>14</sup> diabetes<sup>15</sup> y problemas de corazón.<sup>16, 17</sup> Como sabe la mayoría de personas las gaseosas tienen azúcar añadida, otras bebidas como el té dulce, bebidas para los deportes, y los jugos de fruta también contienen azúcar añadida.

*El CHSS le pregunto a los adultos cuantas gaseosas y otras bebidas azucaradas beben cada semana.*

### El porcentaje de adultos Latinos que consumen siete o más bebidas azucaradas cada semana



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 40% reportaron que consumieron siete o más bebidas azucaradas cada semana en 2017.**



## 9 de cada 10 adultos Latinos están de acuerdo que es fácil comprar alimentos saludables cerca

Tener una dieta saludable es especialmente difícil si no hay un lugar cercano donde comprar alimentos saludables. Para comer una dieta saludable, es crucial que las personas puedan comprar comidas como las frutas y los vegetales, granos enteros y alimentos bajos en grasa sin tener que ir muy lejos.

*El CHSS le pregunto a adultos si estaban de acuerdo o en desacuerdo con esta declaración: "Es fácil comprar alimentos saludables en mi vecindario como los granos enteros, los alimentos bajos en grasa y las frutas y los vegetales."*

El porcentaje de adultos Latinos que están de acuerdo que es fácil comprar alimentos saludables en su vecindario fue **EL MISMO** en 2017 que en 2013.

### El porcentaje de adultos Latinos quienes están de acuerdo que es fácil comprar alimentos saludables en su vecindario



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 80%** estuvieron de acuerdo que era fácil comprar alimentos saludables en su vecindario en 2017.



# INSEGURIDAD ALIMENTARIA

## 3 de cada 10 adultos Latinos han tenido inseguridad alimentaria en el último año

La disponibilidad de alimentos nutritivos es importante para la salud. La inseguridad alimentaria ocurre cuando las personas no tienen acceso a alimentos saludables. Esto puede incluir disminución de la cantidad de alimentos consumidos y reducción de la calidad o variedad de alimentos.<sup>18</sup> Adultos quienes tienen inseguridad alimentaria están más en riesgo de tener peor salud en general y a más riesgo de enfermedades crónicas.<sup>19</sup> Un estudio en 2017 del Departamento de Agricultura encontró que 12% de todos los hogares en la nación y 18% de hogares Latinos en la nación tenían inseguridad alimentaria.<sup>20</sup>

*El CHSS le pregunto a adultos si estaban de acuerdo o en desacuerdo con dos declaraciones:*

- 1. En los últimos 12 meses nos preocupamos por si se iba a acabar la comida antes de obtener dinero para comprar más.*
- 2. En los últimos 12 meses la comida que compramos simplemente no duro y nosotros no tuvimos dinero para comprar más.*

*El estar de acuerdo con una o las dos declaraciones indica que la familia tiene inseguridad alimentaria.*

**Porcentaje de adultos Latinos quienes tienen inseguridad alimentaria** (El grafico muestra aquellos quienes estaban en acuerdo con una o las dos declaraciones.)



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 24% reportaron tener inseguridad alimentaria en el último año en 2017.**



# EL FUMAR

## Alrededor de 1 de cada 10 adultos Latinos reportan fumar actualmente

Según el Sistema de Vigilancia de Factores de Comportamientos Riesgosos (BRFSS, por su uso de sigla en inglés), 17% de los adultos en los EE.UU. eran fumadores habituales en 2017. Este porcentaje es más alto que la meta para la nación, 12%, de Healthy People 2020. El uso de tabaco tiene impacto en todos los aspectos de la salud de una persona. Los fumadores quienes cesan de fumar pueden añadir 10 años a sus vidas.<sup>21</sup>

El porcentaje de adultos Latinos en nuestra región quienes reportan ser fumadores actuales en 2017 fue **MAS BAJO** que en 2013.

### El porcentaje de adultos Latinos quienes son fumadores actuales



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 23% reportaron ser fumadores en 2017.**

## Menos de 1 de cada 10 adultos Latinos deja que personas fumen en su hogar

Humo de segunda mano o Humo de Tabaco Ambiental (ETS, por su uso de sigla en inglés) es un peligro serio que frecuentemente recibe insuficiente atención. Según el CDC, 1 de cada 4 personas quienes no fuman en los EE.UU. están expuestos a HTA, lo cual es responsable por aproximadamente 41,000 muertes entre adultos no-fumadores y 400 muertes de infantes cada año. HTA ha sido asociado con serias consecuencias para la salud en adultos y niños, tales como el derrame cerebral, cáncer del pulmón, condiciones coronarias cardiacas y Muerte de Infante Repentina (SIDS, por su uso de sigla en inglés).<sup>22</sup>

*El CHSS le pregunto a los adultos si dejarían o no dejarían que personas fumaran en su hogar.*

### Porcentaje de adultos Latinos quienes dejan que personas fumen en su hogar



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 18% dejaban que personas fumaran en su hogar en 2017.**



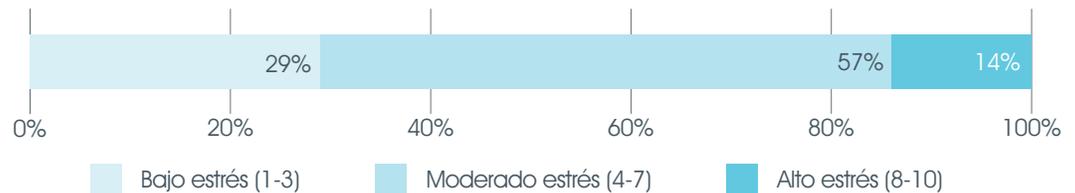
# EL ESTRÉS

## Alrededor de 1 de cada 10 adultos Latinos reporta alto estrés

El estrés es una parte normal de la vida. Puede ser de termino corto (agudo), causado por situaciones como una presentación o un examen importante. El estrés puede también ser de termino largo (crónico), causado por situaciones como desempleo extendido o una enfermedad larga. El estrés es la manera en que el cuerpo responde a estos estímulos al descargar hormonas, aumentando el pulso del corazón y tensión de los musculos.<sup>23</sup>

CHSS pregunto, "¿En una escala de 1 a 10, donde el 1 quiere decir que usted tiene 'poco o ningún estrés' y el 10 quiere decir que usted tiene 'una gran cantidad de estrés,' como califica usted su nivel de estrés en promedio durante el mes pasado?"

En una escala de 1 a 10, como califica usted su nivel de estrés en promedio durante el mes pasado



3 de cada 10 adultos Latinos reporto poco estrés, 6 en 10 reporto moderado estrés, y 1 en 10 reporto alto estrés.

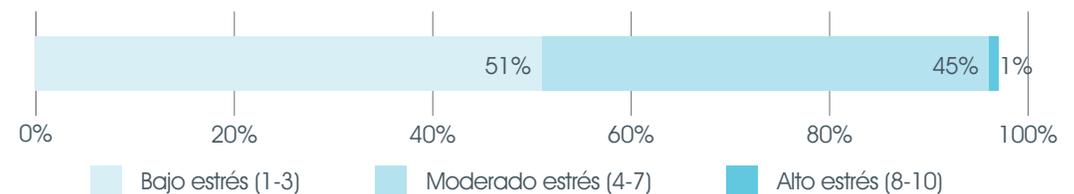


ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 29% reportaron bajos niveles de estrés, 57% reportaron niveles de estrés moderados y 14% reportaron alto estrés en 2017.

## La mayoría consideran tener un nivel de estrés bajo o moderado saludable

CHSS pregunto, "¿En una escala de 1 a 10, donde el 1 quiere decir que usted tiene 'poco o ningún estrés' y el 10 quiere decir que usted tiene 'una gran cantidad de estrés,' que consideraría usted un nivel saludable?"

En una escala de 1 a 10, ¿... que consideraría usted un nivel de estrés saludable?



5 de cada 10 adultos Latinos consideran un nivel de estrés bajo como saludable.



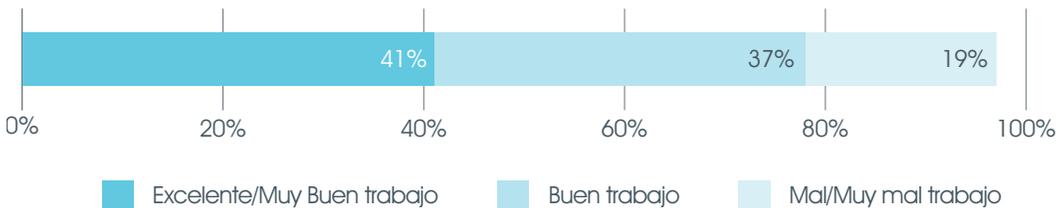
ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 55% pensaron que un nivel de estrés bajo era saludable en 2017.

## La mayoría consideran tener un nivel de estrés bajo o moderado saludable

Según el Instituto Nacional de la Salud Mental, tomar pasos para controlar el estrés puede reducir sus consecuencias negativas contra la salud.<sup>24</sup> Pasos incluyen ejercicio, conexiones sociales, prestar atención plena, relajación o ayuda de un proveedor de cuidados de salud mental.

CHSS pregunto, "¿Qué tan buen trabajo piensa usted que hace manejando su estrés?"

¿Qué tan buen trabajo hace manejando su estrés? (Porcentajes no suman 100 por ciento por que las respuestas 'no se' no están incluidas)



2 de cada 10 piensan que hacen un mal o muy mal trabajo manejando su estrés.

**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 44% de todos los adultos en la región reportaron hacer un muy bueno o excelente trabajo manejando su estrés en 2017.**



# APOYO COMUNITARIO

## La mayoría de adultos Latinos se sienten apoyados por su comunidad

Estudios han demostrado enlaces fuertes entre la salud de las personas y el apoyo social que encuentran en sus comunidades.<sup>25</sup>

*El CHSS le pregunto a los participantes si estaban de acuerdo o desacuerdo con tres declaraciones acerca del apoyo social de la comunidad:*

- 1. Las personas pueden depender uno en el otro en mi comunidad.*
- 2. El vivir en mi comunidad me da un sentimiento de seguridad.*
- 3. Las personas en mi comunidad saben que pueden obtener la ayuda de su comunidad si están en un problema.*

---

Más de 7 de cada 10 adultos Latinos están de acuerdo que las personas pueden depender el uno en otro en su comunidad.

---

---

2 de cada 10 adultos Latinos están de acuerdo que vivir en su comunidad les hace sentirse seguros.

---

### Las personas pueden depender uno en el otro en mi comunidad

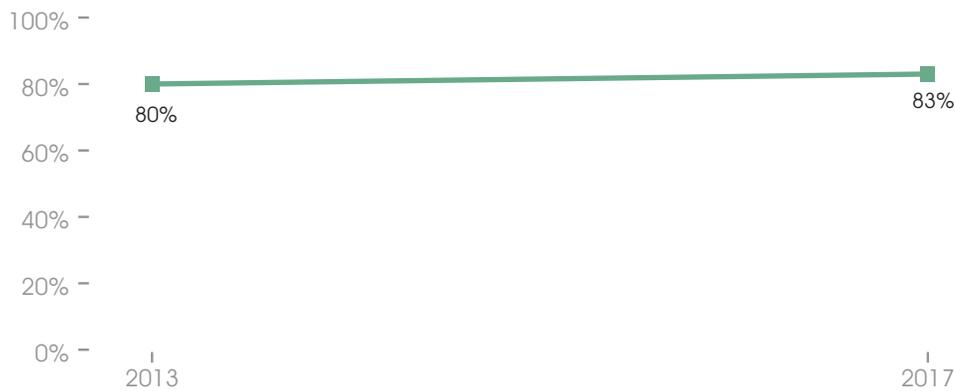


### El vivir en mi comunidad me da un sentimiento de seguridad





**Las personas en mi comunidad saben que pueden obtener la ayuda de su comunidad si están en un problema**



Más de 8 de cada 10 adultos Latinos están de acuerdo que pueden conseguir ayuda de su comunidad.

**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION en 2017:**

- 78% de todos los adultos en la comunidad estuvo de acuerdo que las personas pueden depender los unos en los otros dentro de su comunidad.
- 86% de todos los adultos en la comunidad estuvo de acuerdo que vivir en su comunidad les hace sentir seguros.
- 83% de todos los adultos en la comunidad pensaban que las personas podían obtener ayuda de los miembros de su comunidad.



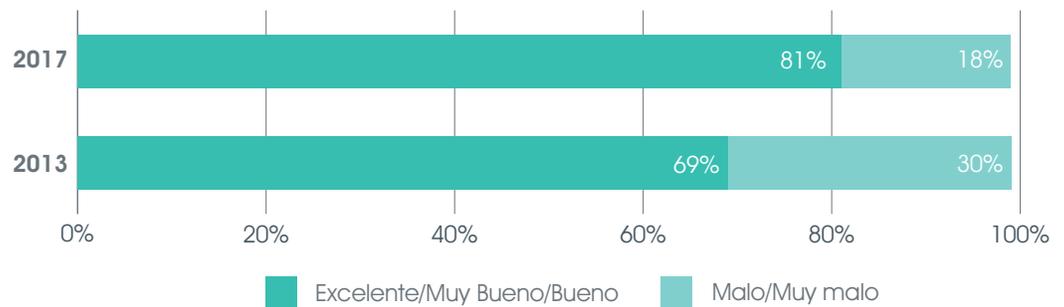
# LA COMUNIDAD

## La mayoría de adultos Latinos califican la región, su vecindario como sitio altamente saludable para vivir

Las selecciones que escogemos cada día afectan nuestra salud, pero también lo hace la comunidad en la que vivimos. El sitio físico y ambiente social son factores importantes determinantes de la salud. Un vecindario que se siente seguro puede animar a los residentes a desempeñar actividades físicas saludables fuera de la casa. Un vecindario que se siente peligroso puede forzar a los residentes a quedarse adentro de sus hogares. El CHSS le pregunto a los adultos de la región que evaluaran su ambiente.

El CHSS pregunto, "¿Cómo calificaría usted Greater Cincinnati como un lugar saludable para vivir?"

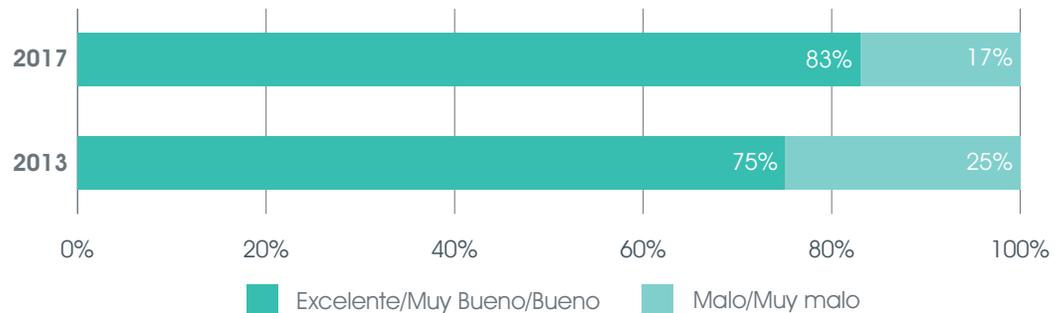
**¿Cómo calificaría usted Greater Cincinnati como un lugar saludable para vivir?**  
(Porcentajes no suman 100 por ciento porque las respuestas 'no se' no están incluidas.)



Más de 8 de cada 10 adultos Latinos están de acuerdo que pueden conseguir ayuda de su comunidad.

El CHSS también pregunto, "¿Cómo calificaría usted su vecindario como un lugar saludable para vivir?"

**¿Cómo calificaría usted su vecindario como un lugar saludable para vivir?** (Porcentajes no suman 100 por ciento porque las respuestas 'no se' no están incluidas.)



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 71% califico Greater Cincinnati como excelente, muy bueno, o buen lugar saludable donde vivir. Setenta y cinco por ciento califico su vecindario como excelente, muy bueno, o buen lugar saludable donde vivir en 2017.**



RESTAURANTE  
LA MEXICANA



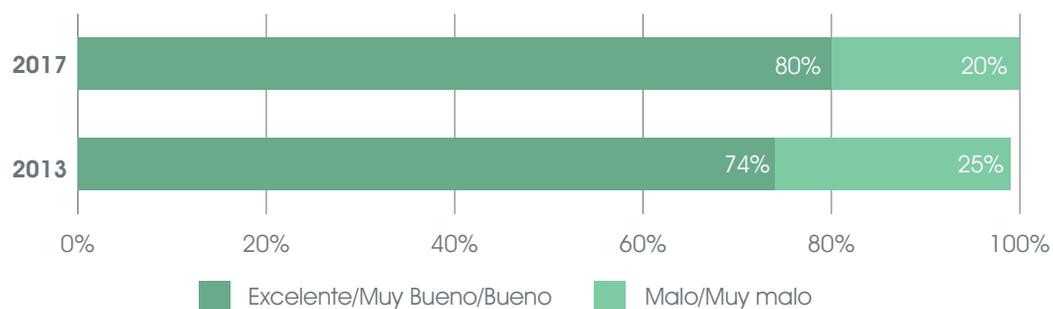
# ALOJAMIENTO

## 8 de cada 10 adultos Latinos dan una calificación alta a las casas en su vecindario; 9 de cada 10 califican alto su propia casa

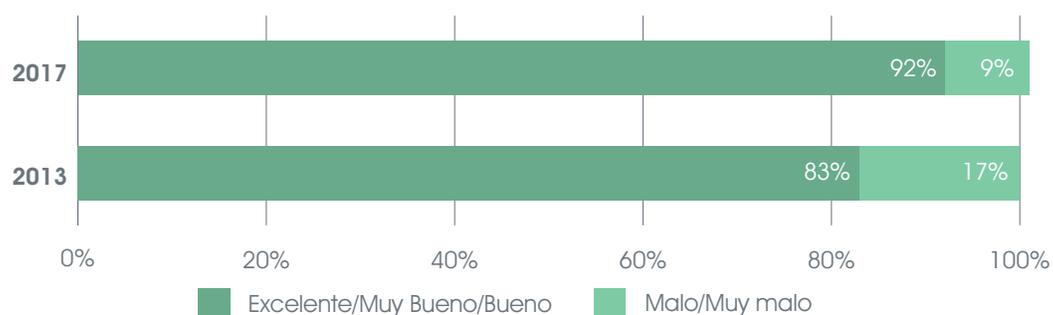
La condición de las casas de las personas y de las casas en su vecindario pueden tener un impacto en su salud.

El CHSS pregunta, "¿Cómo calificaría usted la condición de las casas y apartamentos en su vecindario?" y "¿Cómo calificaría usted la condición de la casa o apartamento donde usted vive?"

**La condición de las casa y apartamentos en el vecindario** (porcentajes no suman 100 por ciento por el redondeo.)



**La condición de las casas y apartamentos donde usted vive** (porcentajes no suman 100 por ciento por el redondeo.)



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 81% califico las casas y apartamentos en su vecindario como excelentes, muy buenos, o buenos. Noventa por ciento califico su propio hogar como excelente, muy bueno, o bueno en 2017.**



# ACCESO Y BARRERAS A CUIDADOS DE SALUD

## Casi 7 de cada 10 adultos Latinos tienen una fuente de cuidados de salud usual y apropiada

Un elemento esencial para mantener buena salud es el acceso regular a visitas de doctor u otros proveedores de cuidados de salud. Idealmente, los pacientes acuden al mismo proveedor u oficina de doctor a través del tiempo para que puedan recibir seguimiento coordinado, comprensivo y consejos preventivos para la salud.

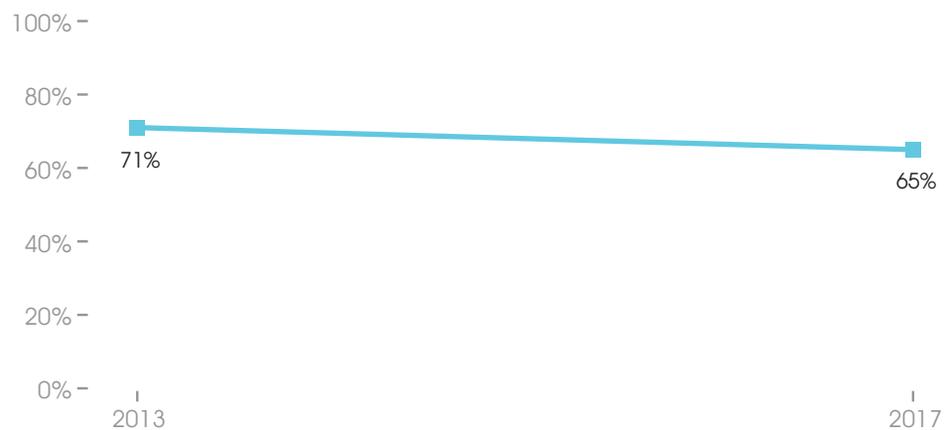
*El CHSS le pregunto a los adultos si tenían una fuente usual de cuidados de salud y donde era. Una oficina de doctores privada, un centro de salud comunitario, una clínica en un mercado o departamento de cuidados a pacientes externos en el hospital son considerados como fuentes apropiadas de cuidados de salud.*

---

Más de 8 de cada 10 adultos Latinos están de acuerdo que pueden conseguir ayuda de su comunidad.

---

### Adultos Latinos quienes tienen una fuente apropiada de cuidados de salud



En el 2017 los adultos de la región tenían menos tendencia, que en años anteriores, a reportar que tenían una fuente apropiada de cuidados de salud. Esta fue la primera vez que el CHSS recogió estos datos desde la inceptión de la Acta de Cuidados Asequibles (ACA, por su sigla en inglés) en 2014. Muchos adultos en la región quienes no habían tenido seguro médico anteriormente se aseguraron a través del ACA. Estudios sugieren que personas recién aseguradas no están organizados en una rutina de salud preventiva.<sup>26</sup> Esto puede dar una explicación al por que el porcentaje de adultos con una fuente usual ha disminuido en nuestra región.

### Adultos Latinos a quienes les falta una fuente usual de cuidados médicos



2 de cada 10 adultos Latinos reportaron no tener una fuente usual de cuidados médicos.

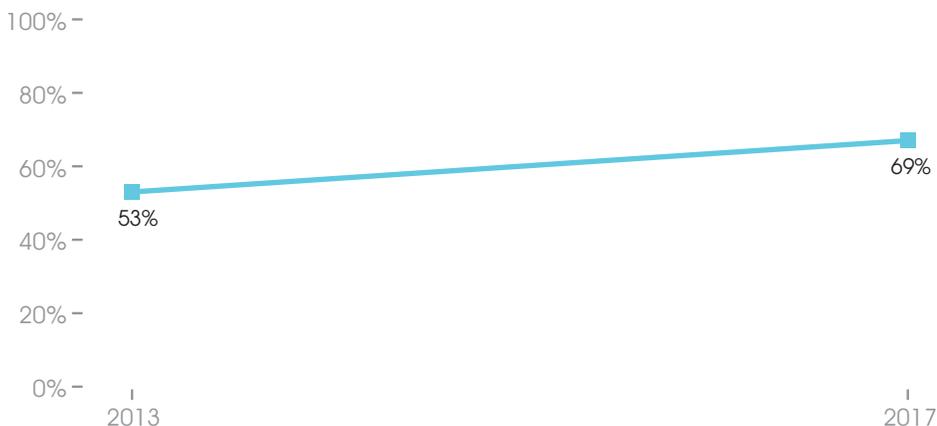
**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 71% reportaron tener una fuente apropiada de cuidados médicos, disminuyendo de 82% en 2013. Adicionalmente, 20% reportaron no tener una fuente apropiada en 2017.**



### 7 de cada 10 adultos Latinos tienen seguro médico

El costo puede ser una barrera para recibir cuidados de salud regularmente. Acceso apropiado ayuda a prevenir enfermedades, controlar epidemias y manejar enfermedades crónicas.<sup>27</sup> Personas sin seguro médico tienen menos tendencia que aquellos con seguro a recibir cuidados a tiempo.

### Adultos Latinos quienes tienen seguro médico



Adultos Latinos reportaron tasas de **aseguración médica MAS ALTAS** en 2017 que en 2013.

**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 92% reportaron tener seguro médico en 2017.**



## 1 de cada 10 adultos Latinos dejo de recibir cuidados médicos por su costo

Aun cuando se tiene seguro médico, los cuidados de salud pueden costar mucho. El CHSS le pregunto a los adultos si en los 12 meses anteriores habían demorado o dejado de acudir cuidados porque necesitaban el dinero para comprar comida, ropa o para pagar su vivienda.

*CHSS pregunto, "¿Durante el año pasado, algún miembro de su hogar dejo de recibir cuidados de un doctor porque el hogar necesitaba el dinero para pagar por comida, ropa o pagar la vivienda?"*

1 de cada 10 adultos Latinos no obtuvo cuidados médicos por su costo, un **MEJORAMIENTO** desde el 2013.

### Porcentaje de adultos Latinos quienes dijeron que un miembro de su hogar no recibió cuidados en el año pasado por su costo



**ENTRE TODOS LOS ADULTOS DE LA REGION, 8% fue sin cuidados médicos por su costo en 2017.**



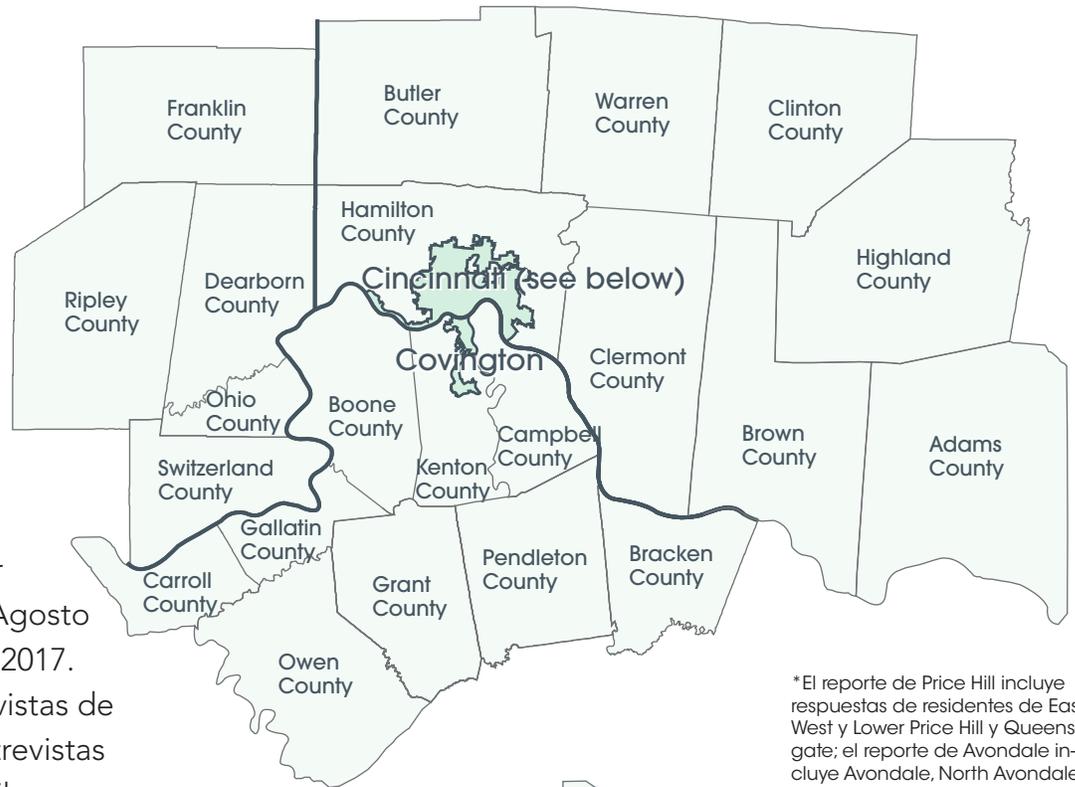
# ACERCA DE LA ENCUESTA

La Encuesta de Salud Comunitaria (CHSS), un proyecto de Interact for Health, que se lleva a cabo por el Instituto de Investigación de Políticas de la Universidad de Cincinnati. Un total de 4,929 adultos seleccionados al azar residiendo en los condados a la derecha fueron entrevistados por teléfono entre el 10 de Agosto 2016 y el 8 de Marzo de 2017. Esto incluyó 1,906 entrevistas de teléfono fijos y 2,355 entrevistas de teléfonos celulares. El margen de error para la encuesta en general es  $\pm 1.5\%$ .

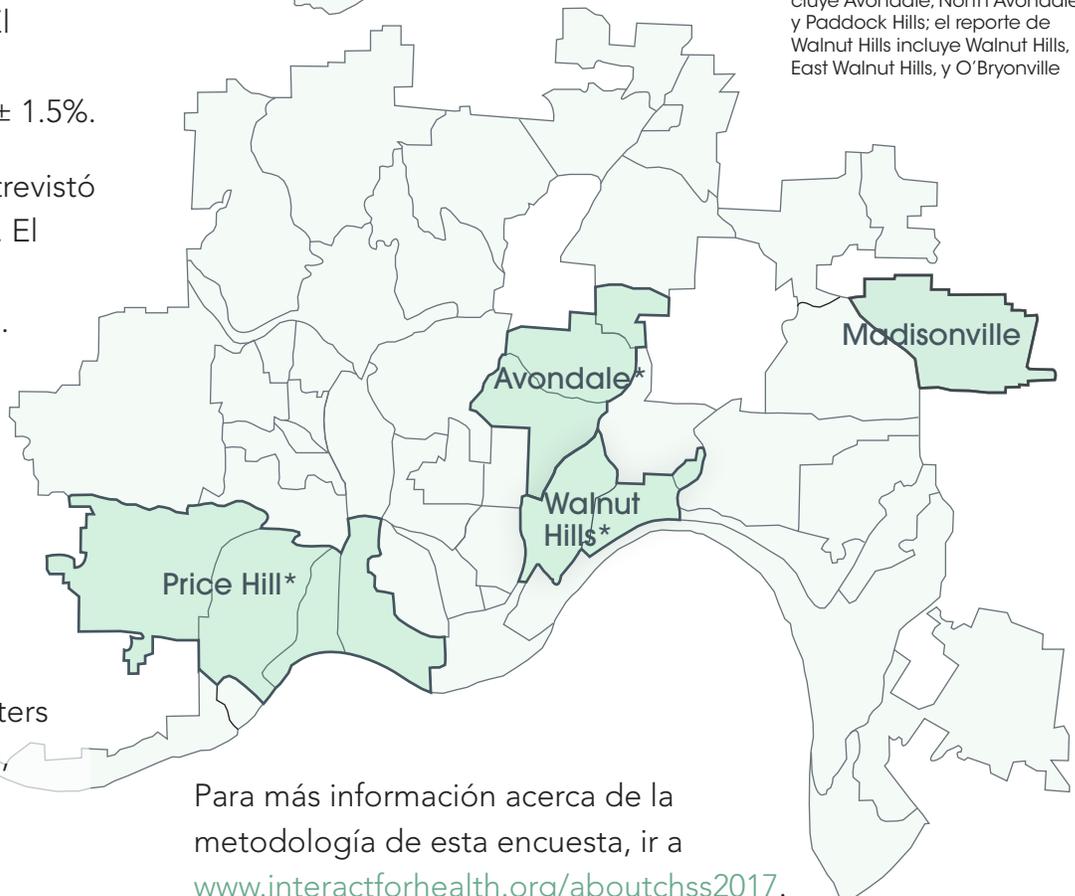
Para este reporte, se entrevistó a 294 residentes Latinos. El margen de error para la muestra Latina es  $\pm 5.7\%$ .

Los informes de esta serie examinan la salud de los Afroamericanos, los Latinos y Apalaches, así como la salud de las personas que viven en comunidades Place Matters de Avondale, Covington, Madisonville, Price Hill y Walnut Hills

Área de investigación del CHSS (el sombreado más oscuro indica áreas de sobremuestra)



\*El reporte de Price Hill incluye respuestas de residentes de East, West y Lower Price Hill y Queensgate; el reporte de Avondale incluye Avondale, North Avondale y Paddock Hills; el reporte de Walnut Hills incluye Walnut Hills, East Walnut Hills, y O'Bryonville



Para más información acerca de la metodología de esta encuesta, ir a [www.interactforhealth.org/aboutchss2017](http://www.interactforhealth.org/aboutchss2017).

## SALUD GENERAL

1. CDC National Center for Health Statistics, *Health of Hispanic or Latino Population*. Retrieved November 2018 from [www.cdc.gov/nchs/fastats/hispanic-health.htm](http://www.cdc.gov/nchs/fastats/hispanic-health.htm).
2. CDC National Center for Health Statistics, Health, United States, 2017 – Data Finder: Hispanic or Latino. Retrieved November 2018 from [www.cdc.gov/nchs/data/hsus/2017/015.pdf](http://www.cdc.gov/nchs/data/hsus/2017/015.pdf).

## OBESIDAD

3. CDC National Center for Health Statistics, Health of Hispanic or Latino Population: Obesity. Retrieved November 2018 from [www.cdc.gov/nchs/data/hsus/2017/058.pdf](http://www.cdc.gov/nchs/data/hsus/2017/058.pdf).
4. BMI is calculated by dividing a person's weight in pounds by his height in inches squared and then multiplying that result by 703.

## ACTIVIDAD FISICA

5. CDC. (2018). Physical Activity Basics. Retrieved February 2018 from [www.cdc.gov/physicalactivity/basics/index.htm](http://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/index.htm).
6. Kwarteng, J. L., Schulz, A. J., Mentz, G. B., Zenk, S. N., & Opperman, A. A. (2013). Associations between Observed Neighborhood Characteristics and Physical Activity: Findings from a Multiethnic Urban Community. *Journal of Public Health, 36*(3), 358-367.
7. The 2017 United States Report Card on Walking and Walkable Communities by the National Physical Activity Plan. Retrieved from <http://physicalactivityplan.org/projects/walking/Walking-report-card-FINAL.pdf>.
8. Chau, J.Y., Grunseit, A.C., Chey, T., Stamatakis, E., Brown, W.J., Matthews, C.E.,... Ploeg, H.P.(2013). Daily Sitting Time and All-Cause Mortality: A Meta-Analysis. *PLoS One, 8*(11). Doi: 10.1371/journal.pone.0080000.
9. Biswas, A., Oh, P.I., Faulkner, G.E., Bajaj, R.R., Silver, M.A., Mitchell, M.S., & Alter, D.A. (2015). Sedentary Time and Its Association with Risk for Disease Incidence, Mortality, and Hospitalization in Adults. *Annals of Internal Medicine, 16*, 123-132.
10. Craig, C.L., Marshall, A.L., Sjostrom, M., Bauman, A.E., Booth, M.L., Ainsworth, B.E...Oja, P. (2003). International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Med Sci Sports Exerc 35* (8): 1381-95. Full instrument at <https://sites.google.com/site/theipaq/home>.

## NUTRICION Y ACCESO A LOS ALIMENTOS

11. United States Department of Agriculture. (2016). What is it important to eat vegetables? Retrieved February 2019 from [www.choosemyplate.gov/vegetables-nutrients-health](http://www.choosemyplate.gov/vegetables-nutrients-health).
12. Dietary Guidelines for Americans 2015–2020 8th Edition. (n.d.). Retrieved February 19, 2018, from <https://health.gov/dietaryguidelines/2015/guidelines/>.
13. Dietary Guidelines for Americans 2015–2020 8th Edition. (n.d.). Retrieved February 19, 2018, from <https://health.gov/dietaryguidelines/2015/guidelines/>.
14. Mozaffarian, D., Hao, T., Rimm, E.B., Willett, W.C., & Hu, F.B. (2011). Changes in diet and lifestyle and long-term weight gain in women and men. *N Engl J Med, 364*, 2392-2404.
15. Malik, V.S., Popkin, B.M., Bray, G.A., Despres, J.P., Willett, W.C., &

Hu, F.B. (2010). Sugar-sweetened beverages and risk of metabolic syndrome and type 2 diabetes: A meta-analysis. *Diabetes Care, 33*, 2477-2483.

16. De Koning, L., Malik, V.S., Kellogg, M.D., Rimm, E.B., Willett, S.C., & Hu, F.B. (2012). Sweetened beverage consumption, incident coronary heart disease, and biomarkers of risk in men. *Circulation, 125*, 1735-1741.
17. Fung, T.T., Malik, V., Rexrode, K.M., Manson, J.E., Willett, W.C., & Hu, F.B. (2009). Sweetened beverage consumption and risk of coronary heart disease in women. *Am J Clin Nutr, 89*, 1037-1042.

## INSEGURIDAD ALIMENTARIA

18. United States Department of Agriculture. Economic Research Service. (2016). Definitions of Food Security. Retrieved from <http://bit.ly/2nkSgcW>.
19. Gregory, C.A. and Coleman-Jensen, A. (2017). Food insecurity, chronic disease, and health among working age adults. ERR-235. U.S. Department of Agriculture, Economic Research Service.
20. Alisha Coleman-Jensen, Matthew P. Rabbitt, Christian A. Gregory, and Anita Singh. 2018. Household Food Security in the United States in 2017, ERR-256, U.S. Department of Agriculture, Economic Research Service. Retrieved from [www.ers.usda.gov/webdocs/publications/90023/err-256.pdf?v=0](http://www.ers.usda.gov/webdocs/publications/90023/err-256.pdf?v=0).

## EL FUMAR

21. Jha, P., Ramasundarahettige, C., Landsman, V., Rostron, B., Thun, M., Anderson, R.N...Peto, R. (2013). 21st-Century hazards of smoking and benefits of cessation in the United States. *New England Journal of Medicine 368* (4): 341-50.
22. CDC. (2017). Secondhand Smoke. Retrieved June 15, 2017, from [www.ers.usda.gov/webdocs/publications/90023/err-256.pdf?v=0](http://www.ers.usda.gov/webdocs/publications/90023/err-256.pdf?v=0).

## EL ESTRÉS

23. American Psychological Association. (n.d.). Stress effects on the body. Retrieved Aug. 1, 2017, from [www.apa.org/helpcenter/stress/index](http://www.apa.org/helpcenter/stress/index).
24. National Institute of Mental Health. (n.d.). 5 things you should know about stress. Retrieved August 2017, from <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/stress/index.shtml>.

## APOYO COMUNITARIO

25. Reblin, M., & Uchino, B. N. (2008). Social and Emotional Support and its Implication for Health. *Current Opinion in Psychiatry, 21*(2), 201–205. Available: <https://insights.ovid.com/crossref?an=00001504-200803000-00021>.

## ACCESO Y BARRERAS A LOS CUIDADOS DE SALUD

26. Garfield, R. and Young, K. (2015) "How Does Gaining Coverage Affect People's Lives? Access, Utilization, and Financial Security among Newly Insured Adults." Retrieved on May 16, 2017, at <http://bit.ly/2P4xg8D>.
27. National Center for Health Statistics. (2017, February). Health Insurance and Access to Care. Retrieved July 1, 2017, from [www.cdc.gov/nchs/data/factsheets/factsheet\\_hiac.pdf](http://www.cdc.gov/nchs/data/factsheets/factsheet_hiac.pdf).

