



¡Salud Sol!

HCHS/SOL Newsletter

Volume 2, Issue 2

Hispanic Community Health Study (HCHS) / Study of Latinos (SOL)

Inside this issue:

Meet Dr. Robert Kaplan	1
Why do we ask you what you eat?	1
Asthma in the Hispanic / Latino Community	2

Bronx, New York

Albert Einstein College of Medicine at Yeshiva University
1-718-584-1563

Chicago, Illinois

Northwestern University
University of Illinois at Chicago
1-866-551-7882

Miami, Florida:

University of Miami
1-305-243-1828

San Diego, California

San Diego State University
1-619-205-1923

Coordinating Center

University of North Carolina
1-919-962-3254

Sponsors

National Institute of Health (NIH)
National Heart, Lung and Blood Institute (NHLBI)
1-301-435-0450

www.saludsol.net

Meet Dr. Robert Kaplan...

Dr. Robert Kaplan (Associate Professor at Albert Einstein College of Medicine) leads the Bronx HCHS/SOL team. He is an expert in heart disease and also an HIV/AIDS researcher. Dr. Kaplan has ten years of experience doing research in the Bronx population. His prior studies identified reasons for poorer health outcomes in Hispanic and Latino patients in the Bronx and Puerto Rico compared with other groups.

Per Dr. Kaplan, *“Our studies showed that Latino patients with heart disease tended to have less favorable medical outcomes than non-Latinos. Lack of health insurance, language barriers, and high rates of depression were part of the explanation, but these things did not tell the whole story. On the other hand, for many Latino patients being a member of a tight-knit community appeared to have a positive effect on health.”*

Dr. Kaplan is the proud father of his two-year old daughter Lucy and his son Henry, born February of this year. After Henry's birth, Dr. Kaplan went with his family to live and work for two months in Corozal, Puerto Rico. During his visit, he presented information about the HCHS/SOL at the University of Puerto Rico. He hopes to help researchers at U.P.R. create a "sister study" to HCHS/SOL that will compare the health of the stateside and island Puerto Rican populations.



Dr. Robert Kaplan

Why do we ask you what you eat?

While you are at SOL, we ask you a lot of questions. Some are about what you eat. We are interested in knowing how what you eat affects your health. We will ask you what you ate the day before or what you eat over a longer period of time. Please take our phone call when we call you to ask about what you eat.

YOU DO NOT NEED TO CHANGE WHAT YOU USUALLY EAT FOR THE SOL STUDY.

Also, the **Food Amounts Booklet** that the nutrition interviewer may give you is only to help you estimate how much food you eat.

YOU DO NOT NEED TO WRITE DOWN WHAT YOU EAT

If you have any questions, please feel free to call us at **1-718-584-0513.**



Dr. Yasmin Mossavar-Rahmani
Co-Investigator, HCHS/SOL

Asthma in the Hispanic / Latino Community

What is asthma?

Asthma is a chronic disease of the lung and is caused by a decrease in the flow of air to the airways. Asthma is a growing health problem in the United States. The symptoms of an asthma attack include:

- **Coughing**
- **Wheezing**
- **Tightness in the chest**
- **Shortness of breath**



What are the causes and risk factors?

Asthma occurs in persons with a tendency to develop the disease. A person's genes and things in the environment put them at increased risk. There are many things that can cause or worsen asthma attacks. These include:

- **Contact with grass, weed, pollen from trees, cats, dogs**
- **Infections of the lung caused by a virus**
- **Things that cause the airways to become red, swollen and tender, such as exposure to tobacco smoke and certain things in the environment**
- **Lack of education about the disease**
- **Limited access to health care services**

Who gets Asthma?

People can develop asthma at any age but it usually starts in childhood. In the US and New York City (NYC), more women have the disease than men. Asthma affects about 22 million Americans and almost 6.5 million of them are children. People living in communities with low income have a higher rate of asthma than those living in wealthy communities. Asthma affects Hispanics/Latinos and African Americans more than any other groups.

How does asthma affect Hispanics/Latinos?

In the United States, about 2 million Hispanics/Latinos have asthma. The Bronx has one of the highest asthma rates in the country resulting in three times more deaths from asthma than the entire country, five times more hospitalization, and hospital admissions much higher in the Hispanic/Latinos communities than those of wealthy areas in the city because Hispanic/Latino adults usually live in lower income communities which expose them to higher levels of harmful things in the environment.

Can I prevent my asthma symptoms?

Currently there is no cure for asthma but there are many things you can do to reduce the symptoms once you have the disease. These include:

- **Learn and understand your asthma and ways you can manage it**
- **Avoid things that can make your asthma worse such as dust, pollen, cats, dogs etc.**
- **Exercise regularly**
- **Visit your doctor for regular checkups; follow your doctor's instructions; and use medications as directed**

How do I manage my asthma?

Medical management of your asthma depends on how severe the disease is and is aimed at reversing your symptoms. Your health care provider may stress treatment for long-term management of your asthma through inhaled medication from a pump in order to help you:

- **Prevent your symptoms from getting worse**
- **Maintain normal or close to normal lung function**
- **Help you continue normal activity levels**
- **Experience little or no reaction while receiving medications**

Hispanic Community Health Study / Study of Latinos (HCHS-SOL)

1 Fordham Plaza, Suite 904B
Bronx, NY 10458

For updates on
upcoming
activities please visit
our website
www.saludsol.net
and join our blog.



¡Salud Sol!

Boletín Informativo de HCHS/SOL

Volúmen 2, Número 2

Estudio de Salud de la Comunidad Hispana (HCHS) / Estudio de Latinos (SOL)

En esta edición:

- Conozca al Dr. Robert Kaplan 1
- ¿Por qué le preguntamos qué come? 1
- Asma en la comunidad hispana/latina 2

Bronx, Nueva York

Albert Einstein College of Medicine de la Universidad Yeshiva
1-718-584-1563

Chicago, Illinois

Universidad Northwestern
Universidad de Illinois en Chicago
1-866-551-7882

Miami, Florida:

Universidad de Miami
1-305-243-1828

San Diego, California

Universidad del Estado de San Diego
1-619-205-1923

Centro de Coordinación

Universidad de North Carolina
1-919-962-3254

Patrocinado por

Los Institutos Nacionales de la Salud (NIH)
El Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre (NHLBI)

1-301-435-0450

www.saludsol.net

Conozca al Dr. Robert Kaplan...

El **Dr. Robert Kaplan** (Profesor Asociado en Albert Einstein College of Medicine) dirige el equipo de investigación de HCHS/SOL del Bronx. Es experto en enfermedades del corazón y también es investigador del VIH/SIDA. El Dr. Kaplan tiene 10 años de experiencia realizando investigaciones en la población del Bronx. Estudios que él ha realizado en el pasado, han identificado algunas razones por las cuales la salud de pacientes hispanos o latinos en el Bronx y en Puerto Rico ha tenido peores consecuencias que la de otros grupos.

“Nuestros estudios demostraron que los pacientes latinos con enfermedades del corazón tienen una tendencia a resultados menos favorables que otros que los que no son latinos. La falta de seguro médico, barreras del idioma e índices altos de depresión fueron parte de la explicación, pero esto no reveló la historia completa. Por otra parte, para muchos pacientes latinos el ser miembro de una comunidad muy unida parece tener un efecto positivo en la salud”, señaló el Dr. Kaplan.

El Dr. Kaplan es el orgulloso padre de su hija Lucy de dos años y de su hijo Henry, nacido en febrero de este año. Después que Henry nació, el Dr. Kaplan fue con su familia a vivir y trabajar por dos meses a Corozal, Puerto Rico. Durante su visita, presentó información sobre el estudio de HCHS/SOL en la Universidad de Puerto Rico. Espera ayudar a los investigadores de esa universidad a crear un estudio parecido al HCHS/SOL que compare la salud de los participantes del HCHS/SOL y de la Isla de Puerto Rico.



Dr. Robert Kaplan

¿Por qué le preguntamos qué come?

Mientras participe en SOL, le haremos muchas preguntas. Algunas son sobre lo que come. Estamos interesados en saber cómo su alimentación afecta su salud. Le preguntaremos qué comió el día anterior o lo que ha comido durante un período más largo de tiempo. Por favor, responda a la llamada que le haremos para preguntarle sobre lo que comió.

NO NECESITA CAMBIAR LO QUE COME REGULARMENTE PARA EL ESTUDIO SOL.

También, el **Folleto de Cantidad de Alimentos** que el entrevistador de nutrición le pueda proveer es solamente para ayudarle a calcular cuánto come.

NO TIENE QUE ANOTAR LO QUE COME.

Si tiene preguntas, llame al **1-718-584-0513**.

Dra. Yasmin Mossavar-Rahmani
Coinvestigadora, HCHS/SOL



Asma en la comunidad hispana/latina

¿Qué es el asma?

Es una enfermedad crónica de los pulmones y es causada por la reducción del flujo de aire en las vías respiratorias. El asma es un problema de salud creciente en los EE.UU. Los síntomas de un ataque de asma son:

- **Tos**
- **Sibilancia**
- **Presión en el pecho**
- **Dificultad para respirar**



¿Cuáles son las causas y factores de riesgo?

El asma se presenta en personas con tendencia a desarrollar la enfermedad. Los genes de una persona y el ambiente aumentan este riesgo. Existen muchas cosas que pueden causar o empeorar los ataques de asma. Éstos incluyen:

- **Contacto con césped/grama, hierbas, polen de árboles, gatos, perros u otros animales**
- **Infecciones de las vías respiratorias y los pulmones**
- **Sustancias que causen que las vías respiratorias se inflamen o se pongan sensibles, como el humo del tabaco y otras cosas en el ambiente**
- **Falta de conocimiento sobre la enfermedad**
- **Acceso limitado a servicios de salud**

¿A quién le da asma?

Las personas pueden desarrollar asma a cualquier edad, pero por lo general comienza en la niñez. En los EE.UU. y en la ciudad de Nueva York (NYC), hay más mujeres con asma que hombres. El asma afecta a cerca de 22 millones de estadounidenses y cerca de 6.5 millones de ellos son niños. Las personas que viven en comunidades de bajos ingresos tienen un índice más alto de asma que los que viven en comunidades adineradas. El asma afecta a los hispanos o latinos y afroamericanos más que a cualquier otro grupo.

¿Cómo afecta el asma a los hispanos o latinos?

En EE.UU., cerca de 2 millones de hispanos o latinos tienen asma. El Bronx tiene uno de los índices más altos de asma en el país provocando tres veces más muertes por asma y cinco veces más hospitalizaciones que el resto del país. En las comunidades hispanas o latinas del Bronx hay un mayor número de hospitalizaciones debido a asma que en las áreas adineradas de la ciudad porque los adultos hispanos o latinos generalmente viven en comunidades de bajos ingresos que los exponen a niveles más altos de cosas dañinas en el ambiente.

¿Puedo prevenir los síntomas del asma?

En el presente no existe cura para el asma, pero hay cosas que puede hacer para disminuir sus síntomas. Éstas incluyen:

- **Tener un mejor conocimiento sobre el asma y las maneras de controlarlo**
- **Evitar cosas que puedan empeorar el asma como polen, gatos, perros, etc.**
- **Hacer ejercicios regularmente**
- **Visitar a su médico regularmente, seguir sus instrucciones, y usar los medicamentos como él o ella le indica**

¿Cómo controlo el asma?

El tratamiento médico del asma depende de cuán grave ésta sea, y tiene el objetivo de revertir sus síntomas. Su médico puede recomendar el tratamiento a largo plazo con medicamentos inhalados para ayudarle a:

- **Prevenir el empeoramiento de sus síntomas**
- **Mantener la función pulmonar dentro de niveles normales o casi normales**
- **Tolerar niveles normales de actividad física**
- **Experimentar poca o ninguna reacción a los medicamentos**

Estudio sobre la Salud de la Comunidad Hispana/Estudio de los Latinos (HCHS-SOL)

1 Fordham Plaza, Suite 904B
Bronx, NY 10458

Para estar al tanto de las próximas actividades, por favor visite nuestra página Web

www.saludsol.net
y únase a nuestro blog.