

FACTS ABOUT DIABETES IN HISPANIC/LATINOS:

Results from the Hispanic Community Health Study/Study of Latinos

HCHS/SOL Factsheet #3: Information in this factsheet is based on data published in a research paper



Schneiderman et al, *Prevalence of Diabetes Among Hispanic/Latinos from Diverse Backgrounds: The Hispanic Community Health Study/Study of Latinos (HCHS/SOL)*

What Is Diabetes and Why Is It Important?

- Diabetes develops when the body is unable to properly use or produce insulin, causing sugar (glucose) to accumulate in the bloodstream and produce high blood glucose levels.
- While type 1 diabetes is largely due to genetic predisposition, the development of type 2 diabetes is often the result of harmful health behaviors such as obesity, physical inactivity, and poor eating habits.
- Combined, the two types affect an estimated 29.1 million U.S. adults; of those, approximately 95% have type 2 diabetes (CDC, 2014).
- Treatment for type 2 diabetes will often involve a combination of regular glucose monitoring, prescribed medications, increases in physical activity, and healthier eating.
- If not properly treated, diabetes can lead to major complications such as vision problems (including blindness), kidney damage, and foot problems due to nerve damage and poor circulation that can lead to amputations. In addition, diabetes is a contributor to heart disease and stroke.

Diabetes in Hispanic/Latinos

- Hispanic/Latinos are at a higher risk to develop type 2 diabetes mellitus and the complications of the disease.
- Previous research has shown that Hispanic/Latinos are 1.7 times more likely to be diagnosed with diabetes compared to non-Hispanic Whites (CDC, 2011).
- An individual with diabetes has at least twice the risk of having coronary heart disease and stroke. Diabetes is one of the leading causes of death and disability in the United States but it can be managed through lifestyle changes and medication.

Diabetes in the HCHS/SOL Study

- Results of the HCHS/SOL study showed that many Hispanic/Latinos with diabetes were unaware of their diabetes (41.3%), had poor control of the disease (52%) and or lacked health insurance (47.9%)
- The HCHS/SOL study found a higher overall occurrence of diabetes in Hispanics, 16.9%. Previous studies had reported that 12% of Hispanic/Latinos had diabetes (CDC, 2011).
- The frequency of diabetes varies among individuals of different Hispanic backgrounds: 10.2% in South Americans, 13.4% in Cubans, 17.7% in Central Americans, 18% in Dominicans and Puerto Ricans and 18.3% in Mexicans.
- The presence of diabetes was similar for men and women ages 18-74 years old.
- Higher occurrence of diabetes was seen with increased age, body mass index –BMI- and length of time living in the United States (10 or more years).
- One of every 3 individuals with diabetes did not know that they had the disease at the time of the HCHS/SOL exam.
- Awareness of having diabetes was reported by 58.7% of HCHS/SOL participants with diabetes and the number of individuals who were aware of having diabetes and having it under control increased with age.

What can you do?

- Hispanics individuals who are overweight, older than 45 and/or with a family history of diabetes can take steps to prevent Diabetes by losing extra weight, adopting healthy habits such as; eating a healthy diet and keeping physically active. For more information visit: www.diabetes.org/are-you-at-risk/
- If you are a diabetic seek regular medical treatment, learn about the disease and maintain healthy habits.
For more information visit: www.diabetes.org
For information on medication prescription assistance visit <https://www.pparx.org>

Sources: Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2011). *National diabetes fact sheet: National estimates and general information on diabetes and prediabetes in the United States, 2011*. Atlanta, GA: United States Department of Health and Human Services Centers for Disease Control and Prevention.



Miami HCHS/SOL Center: 1120 NW 14th Street . Miami, FL 33136

www.saludsol.net

FACTORES SOBRE LA DIABETES EN HISPANOS O LATINOS

Resultados del Estudio de la Salud de la Comunidad Hispana/Estudio de los Latinos

HCHS/SOL Hoja Informativa #3: La información de esta hoja está basada en datos presentados en una publicación científica



Schneiderman et al, Prevalence of Diabetes among Hispanic/Latinos from Diverse Backgrounds: The Hispanic Community Health Study/Study of Latinos (HCHS/SOL). Diabetes Care, Agosto 2014

¿Qué es la diabetes y por qué es importante?

- La diabetes se desarrolla cuando el cuerpo es incapaz de producir o de usar adecuadamente la insulina, causando que el azúcar (glucosa) se acumule y produzca niveles altos de glucosa en la sangre.
- La diabetes tipo 1 o juvenil se debe principalmente a una predisposición genética, mientras que la diabetes tipo 2 se desarrolla frecuentemente como resultado de obesidad y conductas dañinas para la salud como inactividad física y malos hábitos alimenticios.
- En conjunto, estas dos formas de Diabetes afectan aproximadamente a 29.1 millones de adultos americanos de los cuales cerca del 95% sufren Diabetes tipo 2 (CDC, 2014).
- El tratamiento de la diabetes tipo 2 con frecuencia consiste en una combinación de vigilancia regular del azúcar en la sangre, medicinas, aumento de la actividad física y dieta saludable.
- Si no se trata adecuadamente, la diabetes puede traer complicaciones graves tales como pérdida de la visión (incluyendo la ceguera), daño renal, lesiones en los pies causadas por daños circulatorios y de los nervios, que pueden requerir amputaciones. Además, la diabetes contribuye al desarrollo de la enfermedad cardíaca y al ataque cerebral.

Diabetes en los hispanos o latinos

- Los hispanos o latinos tienen un mayor riesgo para desarrollar diabetes tipo 2 o mellitus y sus complicaciones.
- Previos estudios de investigación han mostrado que los hispanos o latinos son 1.7 veces más propensos a ser diagnosticados con diabetes que otros grupos blancos no hispanos (CDC, 2011).
- Un individuo con diabetes tiene por lo menos el doble de riesgo de sufrir de enfermedad coronaria y ataque cerebral. La diabetes es una de las causas más importantes de muerte e incapacidad en Estados Unidos pero se puede tratar con cambios en los hábitos de salud y medicinas.

Diabetes en el estudio HCHS/SOL

- Los resultados del estudio HCHS/SOL mostraron que muchos hispanos o latinos diabéticos no sabían que tenían la enfermedad (41.3%), no tenían su diabetes bajo control (52%) y/o no tenían seguro de salud (47.9%).
- El estudio HCHS/SOL encontró una frecuencia de diabetes entre los hispanos o latinos del 16.9%, más alta que la que se conocía anteriormente del 12%. (CDC, 2011)
- La frecuencia de la diabetes varía entre los diferentes grupos hispanos: 10.2% en los suramericanos, 13.4% en los cubanos, 17.7% en los centroamericanos, 18% en los dominicanos y los puertorriqueños y 18.3% en los mexicanos.
- La frecuencia de la diabetes fue similar para hombres y mujeres entre los 18 – 74 años de edad.
- La frecuencia de la diabetes aumentó con el aumento de la edad, del índice de masa corporal (BMI, por sus siglas en inglés) y con la cantidad de tiempo de residencia en los Estados Unidos.
- Una de cada tres personas con diabetes no sabía que tenía la enfermedad cuando asistió al examen del estudio HCHS/SOL.
- El 58.7% de los participantes del estudio HCHS/SOL reportaron que tenían diabetes. El número de individuos conscientes de tener diabetes y con control de su enfermedad fue mayor entre las personas de mayor edad.

¿Qué puede hacer usted?

- Para disminuir el riesgo y prevenir la diabetes, las personas con sobrepeso, mayores de 45 años y/o con historia de diabetes en la familia pueden perder peso, incorporar hábitos sanos como comer alimentos saludables y mantenerse físicamente activas. Para más información visite: www.diabetes.org/es
- Si usted tiene diabetes, busque cuidado médico regular, edúquese sobre la diabetes y mantenga hábitos de salud sanos. Para más información visite el enlace: www.ndep.nih.gov y pulse donde dice **Tengo diabetes.**
- Para información sobre asistencia para obtener sus medicinas visite www.pparx.org/es

Fuente: Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2011). *National diabetes fact sheet: National estimates and general information on diabetes and prediabetes in the United States, 2011*. Atlanta, GA: United States Department of Health and Human Services Centers for Disease Control and Prevention.



Miami HCHS/SOL Center: 1120 NW 14th Street . Miami, FL 33136
www.saludsol.net