

# Programa Para la Comunidad Hispana/Latina Alcancer Nacional



## Su Bienestar, Una Guia para La Comunidad Hispana/Latina

De La Fundacion Defensora del Paciente  
Resolviendo Asuntos de Cuidado Medico  
Desde 1996

**PAF** Patient Advocate  
Foundation

Solving Insurance and Healthcare Access Problems | since 1996



## **DECLARACIÓN DE LA MISIÓN**

Patient Advocate Foundation (Fundación Defensora del Paciente, PAF) es una organización nacional en los Estados Unidos sin fines de lucro que sirve como enlace activo entre el paciente y su seguro médico, retención de empleo y/o acreedores al fin de resolver asuntos de seguro médico, discriminación laboral y/o crisis por deudas relativa al diagnóstico del pacientes. Mediante supervisores de caso, medicos y abogados.

La Fundación procura defender los derechos del paciente a traves de una mediación eficaz para asegurar su atencion medica, la conservación de su empleo y la preservación de su estabilidad financiera.

### **DECLARACIÓN DE LA MISIÓN Del Programa Hispano/Latino Alcance Nacional**

Programa Hispano/Latino Alcance Nacional de La Fundación Defensora del Paciente (PAF). El proposito del Programa Hispano/Latino Alcance Nacional es mejorar el acceso al cuidado de medico a los pacientes diagnosticados con enfermedades crónicas, debilitantes que amenaza la salud y calidad de vida a nuestra comunidad Hispana/Latina en los Estados Unidos. A través de nuestro esfuerzos alcance y comunitarios al nivel nacional y estatal, nos brindamos presentar los servicios de la Fundación a sus profesionales medicos, liderazgo politico, sus iglesias y todos los centros de servicios que sirven la comunidad Hispana/Latina. El programa respalda la misión de la Fundación Defensora del Paciente que procura defender a pacientes a través de mediación eficaz. Asegurando el

acceso al cuidado médico, conservación de empleo y preservación de su estabilidad financiera

### **Declaración de la Misión del Programa de Auxilio Co-Pago**

Declaración de la Misión Programa de Ayuda Co-Pagos El Programa de Auxilio Co-Pago (CPR) de la Fundación para la Defensa del Paciente (PAF) asegura proporcional ayuda de co-pagos para pacientes el los EE.UU asegurados quienes economicamente y diagnostica-mente califican.

## Indice de Materias

Introduccion .....	4
Diagnosticos frecuentes en los Hispanos/Latinos en los Estados Unidos	
Cardiopatía.....	5
Tipos de Cardiopatía.....	5
A. Síndrome Coronario Agudo .....	5
B. Hipertensión.....	6
C. Infarto de Corazón.....	7
D. Embolia .....	7
Diabetes .....	8
VIH/SIDA.....	10
Carga de Cáncer en los Hispano/Latinos en los Estados Unidos .....	12
Types of Cancer .....	12
A. Cáncer de Pulmón.....	12
B. Cáncer de Mama.....	14
C. Cáncer Cervical .....	15
Referencias.....	18
Recursos.....	19
Reconocimientos.....	20

## Introduccion

Acuerdo al censo en los Estados Unidos, la poblacion Hispana/ Latina calcula ser casi 15.1% de la entera poblacion en los EE.UU desde el 2007.

Hay riesgos especificos y con mucha frecuencia de enfermedades y mortalidad en la comunidad Hispana/Latina comparada a la poblacion general en los EE.UU debido a la situacion economica, educacion y creencias culturales en la comunidad.

El proposito de este folleto es poner en cuenta esos asuntos y educar a la poblacion Hispana/Latina sobre los riesgos y proveer informacion sobre la importancia de deteccion temprana para poder evitar prevalencias altas de mortalidad en la poblacion.

La PAF comprende que asuntos de cuidado medico en la poblacion Hispana/Latina son los mismos que en la poblacion general; en los EE.UU. Frecuentemente, los Hispanos/Latinos son diagnosticados con enfermedades cronicas y mortales muy tarde. Decisiones sobre cuidado medico es algo muy importante en la vida de uno. Sin embargo, en la poblacion Hispana/Latina este concepto falla de prevalecer por muchas razones como idioma, cultura, adaptacion y conceptos erroneos de cuidado medico en general. Por ejemplo, los estudios clinicos.

Sabemos que una actitud proactiva sobre su cuidado medico permite mas control sobre una enfermedad mortal o debilitante. El proposito de este folleto es educar sobre la importancia de prevencion, deteccion temprana y el uso de herramientas necesarias para mayor informar a la comunidad Hispana/Latina.

# Frequeunte Enfermedades an la Populacion Hispana/Latina en los EE.UU

## Enfermedades Cardiacas

Enfermedades cardiacas es la primer causa de muerte en la populacion Hispana/latina en los EE.UU. Cuando se compara las incidencias de esta enfermedad son los caucasicos y los Afroamericanos, las incidencias son muchas mas bajas. Enfermedades cardiacas incluyen enfermedad de la arterias coronarias, infarto, embolia y aumento de la tension o hypotension. Las razones de aumento de incidencias de enfermedades cardiacas en los Hispanos/Latinos es depido a cierto riesgos como el fumar cigarros y colollas puede ser depido a su cultura o cambios, una nueva cultura con diferente attitude.

Hay diferente attitudes significativas en las diferentes culturas en la comunidad Hispana/Latina. Por ejemplo,cuando se depe a fumar, sabemos qu hay diferente attitudes culturales en la comunidad. Por ejemplo, los Cubanos estan mas a riesgo en comparacion con los Puertorriquenos, mejicancos y los dominicanos. En gran parte, cambios en cultura y influencias diferente es la razon por que fuman los Hispananos/Latinos hasta cuando embarazado

## Tipos de Cardiopatia

**Sindrome Coronario Agudo** Coronary Artery Disease (CAD), also known as Coronary Heart Disease, is a condition in which plaque builds up inside the coronary arteries. These arteries supply the heart muscle with oxygen-rich blood. Plaque is made up of fat, cholesterol, calcium, and other substances found in the blood. When plaque builds up in the arteries, the condition is called atherosclerosis, in which plaque builds up on the insides of the arteries. Arteries are blood vessels that carry oxygen-rich blood to the heart and other parts of the human body.

Durante mucho tiempo, la placa se endurece y las arterias se hacen mas pequenas. La corriente de sangre rica de oxygen a los organos y otras parte del cuerpo se reduce. Esto puede causar muchos problemas como ataque al Corazon, un ataque cerebral, hasta fallecimiento

Enfermedades coronarias de la arterias, placa reduce las arterias y la corriente de la sangre a los musculos del Corazon y probablemente coagulo de la sangre se forma en las arterias. Coagulo sanguine puede parcialmente o totalmente causar un bloqueo a la corriente de sangre.

Angina es un dolor en el pecho o un malestar que resulta cuando no ha suficiente sangre rica con oxygen a una area del musculo del Corazon. Angina se puede sentir como presion o un apreton en el pecho. El dolor se puede sentir tambien en el hombre, brazos, el cuello, la mandibula o su espalda.

Un ataque del Corazon ocurre cuando la corriente de sangre a una area de los musculos del Corazon se bloquea completamente Esto no permite la sangre rica con oxygen llegar a esas areas de los musculos del Corazon y causa esos musculos que se mueran. Si no se recibe tratamiento rapido, un ataque del Corazon puede causar muchos problemas hasta fallecimiento.

Durante mucho tiempo, condiciones arterias coronarias puede debilitar los musculos del Corazon y causar insuficiencia cardiac y arritmias. Arritmia es un problema con la velocidad o ritmo de su Corazon. Durante un arritma, el Corazon puede batir muy rapido, o muy lente o un ritmo irregular. Fallo cardiac es una condicion donde el Corazon no puede bombear suficiente sangre en todo el cuerpo.

Ataques del Corazon es una enfermedad common. Es la numero una causa de muerto en los EE.UU para ambos hombres y mujeres. Cambios en su manera de vivir, medicina y/o procedimientos medicos pueden con mucho efecto prevenir o tartar enfermedades arterias del Corazon.del Corazon.

## **Hipertencion**

Hipertencion, es un asesino mudo. Ocurre cuando la presion de sangre contra la pared de los vasos sanguineos aumentan.

Oresion de sangre mal contolada es la causa principal de enfermedad chronic del rinon, ataques del Corazon y strokes. Presion alta del Corazon se puede tartar con medicadion, una dieta, ejercicio y una vida saludable.

## **Ataque del Corazon**

Un ataque del Corazon ocurre cuando la sangre que se suministra al Corazon se reduce o se bloquea. Si la sangre y oxygen se corta por mas de un segundo, los celulus musculos del Corazon sufren permanente y mueren.

### **Senales y Sintomas:**

- Incomodidad o un dolor suave en el centro del pecho. Peude ser que el dolor venga y vfalle y muchas veces se describe como presion, o un apreton, indigesticion o simplemente un dolor
- Dolor puede riegar a uno o los dos brazos
- Problemas con respire, sudo, mareo o nauseaSi usted parece de alunguno de ossintomas mencionado, corer un reis go de enfermedad cardiac. No debe gnoralo.

### **Riesgos**

- Historia medica familiar
- Si fumas
- Tienes colesterol alta
- Diabetes
- Estres
- Inactividad fisica
- Pesas mucho, obesidad
- High blood pressure
- Bebes mucho alcohol

IEs muy importante que no demores su visita al medico cuando sintomas aparecen. Cada segundo conta!

## Ataque del Corazon

Un ataque cerebral es un resultado de un bloqueo de oxígeno en los vasos sanguíneos o si un coágulo sanguíneo se rompe en el cerebro

Partes del cerebro comienzan a morir cuando no recibe sangre y oxígeno que necesita. Cuando una porción del cerebro muere, el área del cuerpo que controla es afectada.

Un ataque cerebral puede causar por completo o parcialmente pérdida de movimiento o sensación, afectar su forma de hablar o su visión. Los efectos secundarios de un ataque cerebral pueden ser permanentes o temporales y pueden ser distintos.

### Señales y Síntomas:

- Entumescimiento repentino del cuerpo
- Confusión repentina, problemas al hablar
- Problemas con la visión en los dos ojos
- No puedes caminar, mareo de repente, o problemas con el equilibrio
- Dolor de cabeza de repente sin causa conocida

## Diabetes

La diabetes afecta aproximadamente a 2.5 millones de hispanos/latinos en los EE.UU. y es la cuarta causa de muerte en mujeres en la comunidad y para nuestros ancianos. La diabetes es una condición crónica donde el cuerpo no produce suficiente insulina. La insulina es una hormona que regula los niveles de azúcar en la sangre; que se necesita para convertir el azúcar, almidón y otras comidas en energía. Aunque no hay una causa o razón concreta por la diabetes, sabemos que la genética de uno, la obesidad y la falta de ejercicio pueden ser las causas principales.

Hay dos tipos principales de diabetes: son;

**Tipo 1** que resulta cuando el cuerpo no produce suficiente insulina. Este tipo de diabetes ocurre durante la infancia o la adultez temprana. Los pacientes con diabetes tipo 1 normalmente se administran una insulina. Un estimado del 5% - 10% de las personas en los EE.UU. tiene diabetes tipo 1.

**Tipo 2** diabetes se resulta cuando el cuerpo falla cuando usa insulina. Usualmente esto es asociado con ser encima de peso y hay una tendencia de verse en la hisptoras de en familias. La mayoría de las personas en los EE.UU son diagnosticados con diabetes tipo 2.

Acuerdo a la Asociacion Americana de Diabetes, hay 23 millions de personas con diabetes en los EE.UU. mas especificamente un 10.4 por ciento Hispano/Latino de edad 20 o mas han sido diagnosticado con diabetes. Entre ellas estas poblaciones son un 8.2 porcente ser Cubanos, un 11.9 pro cento ser Mejicanos y un 12.6 por cento ser Puertorriquenos. Saber mas sobre los sintomas, tratamientos y la prevencion a lo largo, le ayudara prevenir y maejar la diabetes

### **Senales y Sintomas:**

- Aumento en sed
- Aumento en orinarn
- Aumento de hambre
- Cansancio o fatiga
- Bajo de peso
- Vision borrosa
- El sentirse irritable, todo le molesta

### **Riesgos:**

- Historia de daibtes en su familiar/genetic
- Actividad fisica baja
- Su Edad
- Mucho peso/obesidad
- El no comer comidas saludables
- Alta presion de la sangre/Colesterol

### **Prevencion:**

**Tipo I** diabetes no se puede prevenir porque ha sido enlazado por su hsitoria familiar, si genetic

**Tipo 2** diabetes siempre no se puedo prevenir. Sin embargo una dieta saludable y aumento en actividad fisica puede bajar el riesgo de desrollarse la diabetes.

Educacion es la mayor parte de prevenir complicaciones.

## **Si tienes diabetes:**

- Es necesario que visite su medico regularmente
- Mantiene su presion alta a menudo
- Siga la dieta recomendada
- No fumes
- Limite el bebe alcohol
- Ejercicio Con Frecuencia
- Tome sus medicinas como oredenado por su medico

## **VIH/SIDA**

Como un 1.2 Million de personas viven con VIH/SIDA en los EE.UU. Los Hispanos/Latinos cuentan por 14 por ciento de la poblacion en los EE.UU con VIH/SIDA. Estando mismas estadisticas indicant que esta poblacion representa 20 por ciento o por lo menos 200,000 de todos que viven con el VIH/SIDA en los EE.UU. reports recientemente tambien indicant qu los Hispanos/Latinos tienen considerablemente mucho mas incidencias de VIH/Sida que la poblacion en los EE.UU; sin embargo no se sabe claramente se esta informacion es correcta por razones de estadisticas basadas en diferente regiones del pais. Prinicpalmente las comunidades donde viven much Hispanos/latinos en los EE. UU. Muchos concluyen que la prevelencia de VIH/SIDA en los Hispanaos/Latinos en los EE.UU es un 2 o 3 veces mas que esas personas que no son Hispanos/Latinos. Mayormente los Hispanos/Latinos tienen casi 3 veces mucho mas prevelencia de muerte por SIDA que los caucasicos.

Hay una creencia incorrect que los imigrantes tren enfermedades a los EE.UU a diferencia de regresar para atras a su pais con una enfermedad. Estaticas indicant que un 0.6 por ciento de los casos de SIDA en los EE.UU, comparado a solamente a un 0.3 por ciento en nuestro vecino, el pais de Mexico. Para el proposito de esta publicacion, La Fundacion Defensora de paciente, prove informacion basada enen la poblacion general de VIH/SIDA en los EE.UU.

Hay muchas razones por los factores de riesgos que contribuyen en las incidencias de VIH/SIDA en la comunidad Hispana/Latina en los EE.UU. Puede ser una creencia cultural, razones socio-economic y origen etnica. Por ejemplo, puede ser que algunos Hispanos caribeno contraten el VIH por uso de drogas y riesgo alto de contacto heterosexual, mientras contacto sexual con otros hombres es la causa del VIH en los latinos nacido en Centro Sur de America.

Los datos estadisticos sugerir que la mayoría de las mujeres Hispana/Latinas contractan el VIH como resultado de sexo con hombre. Para muchas Hispana/Latinas, el hablar de asuntos de sexo con su medico no es una practica common, hasta cuando casada o en una relacion monogama.

### **Risk Factors:**

- Sexo con multiple parejas sin protectio
- Sexo con uno persona sin protection con VIH
- Diagnosticado con una enfermedad de transmission sexual
- Compartir agujas de uso para drogas
- Recibio transfusion de sangre antes de 1985
- Menos copias de un gen llamado CCL3L1 que ayuda combatir la infeccionVIH

Unvision, la cadena de television en espanol y la Fundacion Kaiser son companeros en una linea en espanol para recursos gratis y informacion sobre SIDA y VIH 1.866.TU.SALUD o 1.866.887.2583.

## **Carga de Cancer Para Los Hispanos/Latinos en los EE.UU**

Cancer es la secuda causa de muerto en la poblacion Hispana/Latina. Cancer y sus causas son varias en estas poblacion por causa de comportamiento, cultura, genes, y situaciones economica. Aculturacion es una razon de por menos.

En comparacion a la poblacion caucasico, las incidencias de cancer son mucho mas menos en los Hispanos/Latinos excluyendo cancer del higado, cervical y del estomago. Cancer de la prostata y colon son las secuda causa de muerte para hombres Hispano/Latino. Cancer de pulmon es la secuda causa de muerte para mujeres Hispana/Latinas.

Los riesgos que contribuyen a estos cancers son el fumar, obesidad, edad, y una dieta mala basas de una generacion a la otra por causa de cambios en habito cultural.

El acceso a investigacion de antecedentes gratuitas o de bajo costo es la clave para detecion temprana y prevencion de cancer. Muejers tiene acceso a mammograms y pruebas de papanicolaou en las clinicas de salud en su comunidad si falta de seguro medico es un problema. Ls Hombres se pueden comunicar con La Sociedad Americana de Cancer linea de prevencion de cancer (1.800.227.2345) para informacion sobre pruebas antecedents en su estado. Ayuda en espanol es disponible.

### **Cancer de Pulmon**

Cancer no afecta a toda razas de la misma manera en los EE.UU. En la poblacion Hispana/Latina en los EE.UU, por causa de las diferente razas en nuestra comunidad, el cancer habra una profunda diferencia por causa de etnica, cultura,y el origen del paciente. Semejanzas en culturas existen, principalmente en lenguaje y religion. Sin embargo, hay muchas diferencias que tiene un impacto grande en la salud en estas culturas.

Por el proposito de esta publicacion, vamos a proveer informacion sobre los diferente sexos en la poblacion Hispana/Latina.

Muchas persona mueran mas de cancer del pulmon en los EE.UU que otros tipos de cancer. El la poblacion Hispana/Latina, cancer del pulmon y bronchial son las secunda causa mas comones en los EE.UU, secunda para para los hombres Hispanos/Latinos y teresa cuasa par alas muejers Hispanas/Latinas. El cigarillo es la cuasa principal por cancer del pulmon en los EE.UU en la populacin Hispana/Latina.

Los riegos son por el cigarillo y humo secundi-no de cigarillo a productos dañino en la casa o sitio de trabajo como el asbestos, rayon y otros fumes cancerosos toxicos. Dejar de fumar y evitar lucares con ambits toxicos puede reducir el reisgo. Hay medios efectivos para reducir la prevelencia del cancer del pulomon en la poblacion Hispana/Latina en los EE.UU.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, la CDC y el Instituto Nacional del Cáncer ofrece una linea de “Dejar de Fumar” para personas que fuman en los EE.UU, La Red Nacional de Ceso Taboco. Este programa para dejar de fumar ofrecen ayuda gratis. Llame al 1.800..QUITNOW o el 1.800.784.8669. Cualguire persona que llame, se le ofrecen el programa “QUITLINE” (Dejar de Fumar) en su estado. Sis u estado no ofrece un programa, la llamada sera contestada por el Instituto Nacional del Cáncer . Los servicios son ofrecido en espanol.

## **Senalles y Sintomas**

- Tos
- Falta de aliento
- Resuello, dolor de pecho
- Tosiendo sangre
- Baja de peso/ y fatiga

## Reisgo

- Fumar
- Fibra de Asbestos
- Gas de rayon
- Enfermedad de pulmon
- Polución en el aire
- Historia de enfermedad en su familia

## Cancer del Pecho

Cancer del pecho es el diagnostico mas comun y cuasa principal de muesrto para las mujeres Hispana/Latinas. A pesar del aumento de investigacioes se antecedentes, el cancer del pecho se sigue diagnosticada en etapas muy tarde. El estigma socail de un diagnostico de cancer, y falta de educacion sobre la enfermedad, el rechazo/miedo son las cuasas por falta de visitas a los medicos y el ignoro a bultos encontrado durantes exámenes de si mismo.

## Senas y Sintomas :

- Encuentro de un bulto/chichon duro sin dolar
- Una pocion de su piel en el pecho o baja brazo que se hincha con un aparecimiento diferente
- La Venas en un pecho son mas notable
- El pezón se puesto al revés , encuentro de un sarpullido ,cambios en la piel,o una descarga del pezon que no es leche
- Se encuentraUna depression en la area del seno

La mayoría de los casos de cancer del pecho se ven en muejers sin riesgos o senalles identificables y a menudo sin sintomas.

## Riesgos y Senalles

- Falta de examen de mammo y visitas al medico
- Inactividad Fisica
- Dieta y nutricion
- Mucho peso y la obesidad
- Beber mucho alcohol
- Fumar
- El Stress y ansiedad
- Tratamiento de hormonas estrogen por argo tiempo

Alcunos reisos no se pueden evitar, como la edad, sexo, raza, y historia personal de familia. Tampien la menopausa temprana.

## ¿Cuáles son las estadísticas claves del cáncer del seno?

El cáncer del seno es el más común en las mujeres en los Estados Unidos, excepto por el cáncer de la piel. La posibilidad de desarrollar un cáncer del seno agresivo en la vida de una mujer es un caso entre ocho, o sea un 12%. Las estadísticas más actuales del cáncer del seno, según La Sociedad Americana del Cáncer, (*The American Cancer Society*) del año 2010 son:

- Aproximadamente 207,090 nuevos casos de cáncer agresivo serán diagnosticados en las mujeres.
- Aproximadamente 54,010 nuevos casos de carcinoma in situ (CIS cáncer de seno no agresivo-precoc) serán diagnosticados.
- Aproximadamente 39,840 mujeres fall-ecerán del cáncer del seno.

Después de un incremento de dos décadas, el cáncer del seno de la mujer bajo un 2 % por lo menos; por año, desde el 1998 hasta el 2007. Este bajo sólo se nota en mujeres de 50 años de edad o mayores de esta edad y puede ser debido al bajo del uso de terapia hormonal después de la menopausia. Esto se sabe por los resultados publicados en el año 2002 por La Iniciativa de Salud de la Mujer (*Women's Health Initiative*). Esa estadística nota un enlace el uso de terapia hormonal a un alto riesgo a contraer cáncer del seno y enfermedades del corazón.

El cáncer del seno es la segunda causa de fallecimiento por cáncer en las mujeres después del cáncer del pulmón. La posibilidad de que el cáncer del seno sea responsable por el fallecimiento de la mujer es de 1 en 35 (aproximadamente 3%). El índice de fallecimiento por cáncer del seno ha bajado desde 1990, especialmente en mujeres menores de 50 años de edad. Este baja puede ser el resultado del descubrimiento a través de estudios anticipados y un incremento en el conocimiento; así como mejores tratamientos.

En este momento hay más de 2.5 millones de mujeres sobrevivientes del cáncer del seno en los Estados Unidos. (Esto incluye mujeres aún tratándose y aquellas que finalizaron su tratamiento). *Última actualización médica 9/17/10. Última corrección 2/9/11. Estadísticas del cáncer del seno.ACS.2010-11*

## **Prevención /Mejor Defensas**

- Evaluación Personal
- Investigaciones de Antecedentes , examen de mamo deben comensar a los 40 años ( o como recomendado por su medico)
- Examen de senos anuales por su medico comensando a los 20 años
- Examen de senos personal cada mes

## **Cancer Cervical**

Las mujeres Hispana/Latina son tres veces más probable de ser diagnosticadas con cáncer cervical que las mujeres caucásicas. Un cincuenta por ciento de las mujeres Hispana/Latinas mueren de cáncer cervical que las mujeres caucásicas.

La razón por esto es por investigaciones de antecedentes inadecuadas, son diagnosticadas muy tarde, y falta de acceso al cuidado médico. A menudo, el cáncer cervical es diagnosticado en mujeres jóvenes. Y el riesgo de ser diagnosticada con cáncer cervical puede ser durante el resto de su vida. Como el 80% de muerte causado por el cáncer cervical se pudo

prevenir con visitas al medico y investigaciones de antecedentes. Es muy importante tener los examens de papanicolau continuamente hasta la edad de 70 o mas.

El cuello del utero es la parte baja del utero, el sitio donde los bebes crecen durante un embarazo. La cuasa de Cancer cervical son varias tipor de virus llamadas virus del papiloma humano (VPH). L virus VPH se reiga por contacto sexual. Muchos cuerpos de mueuejeres pueden combater la infeccion del virus de VPH, pero alguna veses la infeccion puede causar cancer. Usted puede estar en riesgos si si fumass, tienes muchos hijos, usass usass pidola para el control de la natalidad por mucho tiempo o tienes la VIH.

### **Senas y Sintomas:**

Normalmenteno hay sintomas de cancer cervical al principio de la enfermedad. Un desarrollo en Una mueuejer, usualmente se ve cuando el cancer se ha riegado. Estos sintomas pueden see:

- Un flujo vaginal inusual
- Sangrando o manchas de sangre
- Sexo doloroso

Todass estas sintomas y senallas pueden ser causado por otras raones. Si usted teines alucuanas de las sintomas nombradas, depes de ver a su medico inediatamente. Ignorando estos sintomas puedo dejar que el cancer se desarrolle mucho mas y puedes murir.

### **Riesgos:**

- Sexo en una edad temprana
- Muchas parenjas
- Una pareja que hay tenido mucho sexo
- Sexo con hombres sin circuncidar
- Una historia de VPH

### **Prevencion/Mejor Defensas:**

- Uso de condones
- Examen de la pelvis y papanicolau comensando a la eded de 18 (mas temprano si eres sexualmente active)
- Vacinacion de VPH ( estevacinacion produce un exito de 70%)

Investigaciones de antecedentes para el cáncer de pecho y cervical están disponibles para la población médica más baja servida en los E.UU. El Programa Nacional para la detección y prevención de cáncer cervical y pecho es un programa que ofrece detección de cáncer de pecho y cervical para mujeres sin seguro médico gratis o de bajo precio.

Contacte El Programa Nacional para la detección y prevención de cáncer cervical y pecho al 1.888.842.6355 o su departamento de salud en su estado. Para más información sobre el programa más cercano a usted, visite la portada <http://apps.nccd.cdc.gov/cancercontacts/nbccep/contactos.asp>. Puedes también comunicarse con la VPH Nacional y la línea de Prevención de Cáncer Cervical al 919.361.4848.

# Su Bienestar, Una Guía para La Comunidad Hispana/Latina

## References

American Cancer Society Website (Rev. 2008)  
Cancer Facts and Figures for Hispanics/Latinos 2006-2008 from  
<http://www.cancer.org/downloads/STT/CAFF2006HispPWSecured.pdf>

American Cancer Society (Rev. May 7, 2009)  
Overview: Can Cancer of the Cervix Be Prevented from  
[http://www.cancer.org/docroot/CRI/CRI\\_2\\_1x.asp?dt=8](http://www.cancer.org/docroot/CRI/CRI_2_1x.asp?dt=8)

Breast Cancer.Org (Rev. November 25, 2008)  
Breast Cancer Risk Factors. 11, 2009 from  
[http://www.breastcancer.org/symptoms/understand\\_bc/risk/factors.jsp](http://www.breastcancer.org/symptoms/understand_bc/risk/factors.jsp)

Division of Cancer Prevention and Control  
The Burden of Lung Cancer. Retrieved 3/1/2009 from  
[http://www.cdc.gov/cancer/lung/pdf/0809\\_lung\\_fs.pdf](http://www.cdc.gov/cancer/lung/pdf/0809_lung_fs.pdf)

Frey, William H. 2006.  
"Diversity Spreads Out:  
Metropolitan Shifts in Hispanic, Asian, and Black Populations  
Since 2000". Washington, DC:  
The Brookings Institution.

Fischer, Mary J. and Marta Tienda. 2006.  
"Redrawing Spatial Color Lines: Hispanic Metropolitan  
Dispersal, Segregation, and Economic Opportunity," in Hispanics  
and the Future of America,  
edited by Marta Tienda and Faith Mitchell. Washington, DC: The  
National Academies Press.

Guzman, Betsy and Eileen Diaz McConnell. 2001.  
"The Hispanic Population: 1990-2000 Growth and Change".  
Washington, DC: U.S. Census Bureau.

Heart Attack, Stroke and Cardiac Arrest Warning Signs.  
Retrieved July, 2009 from  
<http://www.americanheart.org/presenter.jhtml?identifier=3053>

<http://cancerweb.ncl.ac.uk/cancernet/600623.html>

<http://www.womenshealth.gov/minority/hispanicamerican/bc.cfm>

Johnson, Kenneth M. and Daniel T. Lichter. 2008.  
"Natural Increase: A New Source of Population Growth in  
Emerging Hispanic Destinations in the United States,"  
Population and Development Review, vol. 34, no. 2, June.

Kandel, William and John Cromartie. 2004.  
"New Patterns of Hispanic Settlement in Rural America."  
Washington, DC: Economic Research Service,  
U.S. Department of Agriculture.

Kochhar, Rakesh, Roberto Suro and Sonya Tafoya. 2005.  
"The New Latino South:  
The Context and Consequences of Rapid Population Growth"  
<http://pewhispanic.org/reports/report.php?ReportID=96>

Latina Breast Cancer Agency (Rev. June 30, 2008) Latinas:  
Breast and Cervical Cancer from  
<http://www.latinabca.org/LatinasBreastandCervi.asp>

Lung Cancer Initiatives Facts From the Division of Cancer  
Prevention and Control. Retrieved 3/27/2009 from  
[http://www.cdc.gov/cancer/lung/pdf/0809\\_lung\\_fs.pdf](http://www.cdc.gov/cancer/lung/pdf/0809_lung_fs.pdf)

Washington, DC: The Pew Hispanic Center.  
Passel, Jeffrey S. and D'Vera Cohn. 2008. U.S. Population  
Projections: 2005-2050. Washington, DC: The Pew Hispanic Center.

What Is Coronary Artery Disease?  
National Heart Lung and Blood Institute.  
Diseases and Conditions Index. FEB 2009. Retrieved from  
<http://www.nhlbi.nih.gov/health/dci/Diseases>

## **Recursos en Español**

CDC Division of Diabetes Spanish website  
<http://www.cdc.gov/diabetes/spanish/index.htm>

Or call the CDC Spanish hotline at  
1.800.CDC.INFO/1.800.232.4636

CDC Spanish website regarding heart disease  
and prevention  
<http://www.cdc.gov/spanish/>

U.S Department of Health & Human Services  
[healthfinder.gov](http://healthfinder.gov)

Viva Bien Aprenda Como Spanish website  
<http://www.healthfinder.gov/espanol/>

or you may call the National Institutes of Health Spanish  
hotline 301.592.8573

## **Reconocimiento**

### **Su Bienestar, Una Guia para La Comunidad Hispana/Latina fue preparada por La Fundacion Defensora de Pacientes y su empleados**

La Fundacion Defensora de Pacientes reconoce los varias recursos que proveen informacion valudable y queremos dar las gracias por el uso en esta publicacion:

#### **Autores Prinicpal**

Wanda Febus  
National Hispanic/Latino Outreach Program Director,  
Senior Case Manager

Courtney Jones  
Livestrong Program Director, Senior Case Manager

Michelle Shanks  
SCUP Program Director, Case Manager

Jamilla Williams  
Virginia Cares for Uninsured Population  
Program Director, Case Manager

#### **Edicion Prinicpal**

Tami Lewis, RN  
Training Coordinator for Case Management  
Patient Advocate Foundation

Esta publicacion fue apoyada por un acuerdo cooperative numero 1U50DP001705-01 del Centro para el Control y La Prevencion de Enfermedades. Su contenido y conclusions son esas de las autororas y no representan la posicion del Centros Para el Control y La Prevencion.

**PAF** Patient Advocate  
Foundation

---

Solving Insurance and Healthcare Access Problems | since 1996

421 Butler Farm Road  
Hampton, VA 23666  
1.800.532.5274  
757.873.8999 Fax  
[www.patientadvocate.org](http://www.patientadvocate.org)  
[info@patientadvocate.org](mailto:info@patientadvocate.org)