

NORTH CAROLINA

FOLIC ACID
COUNCIL

Evaluation Results

Resultados de la Evaluación

The North Carolina Folic Acid Campaign completes its evaluation with Hispanic women in North Carolina

The North Carolina Folic Acid Campaign is excited to announce the 2006-2008 evaluation report, "The knowledge, beliefs and behaviors of Hispanic women ages 18-35 in North Carolina," is complete. The Campaign conducted a pre-test survey in 2006, followed by a post-test survey in 2008 in order to measure the effectiveness of a multifaceted educational program.

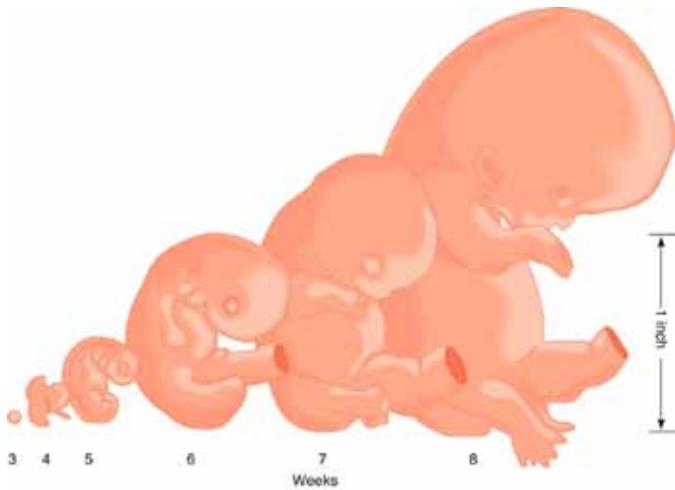
La Campaña de Acido Fólico de Carolina del Norte termina su evaluación de las mujeres hispanas en Carolina del Norte

La Campaña de Acido Fólico de Carolina del Norte se complace en anunciar que el reporte evaluativo de 2006 a 2008, "El conocimiento, creencias y comportamiento de las mujeres hispanas de edades entre 18-35 años en Carolina del Norte", está terminado. En 2006, la Campaña realizó una encuesta preliminar. Entre los próximos dos años, la Campaña implementó una campaña educativa multifacético para promover el uso de las multivitaminas con ácido fólico. En el 2008, la Campaña realizó una segunda encuesta para medir el éxito de la campaña.

Birth Defects and Neural Tube Defects

of birth defect that affects the brain and spine of a developing fetus is called a neural tube defect (NTD). In North Carolina one out of every 1,470 babies is affected with an NTD, like spina bifida or anencephaly. These birth defects can be extremely serious, resulting in paralysis or death. Although NTD-affected births are not as common as heart defects, they result in more deaths of both fetuses and newborns. Also, more babies die each year as a result of NTD than all the other childhood illnesses.

Twice as many Hispanic women suffer from NTD-affected pregnancies than non-Hispanic white and non-Hispanic black women.



As you might know, many types of birth defects can occur when a woman is pregnant. One type



This means that for every one NTD birth among whites or blacks, Hispanic women will have two.

Luckily, if all women of childbearing age take 400 mcg of folic acid every day, before and during early pregnancy, it may help reduce the number of NTD-affected pregnancies by up to 70 percent.

Defectos de Nacimiento y Defectos del Tubo Neural

columna vertebral (espinas bifidas) y el cerebro (anecefalia) de un feto que se está desarrollando se llama defecto del tubo neural (DTN). En Carolina del Norte uno de cada 1.470 bebés se ve afectado por un defecto del tubo neural. Estos defectos de nacimiento pueden ser extremadamente serios dando como resultado una parálisis o la muerte. Aunque los embarazos afectados por un defecto del tubo neural no son tan comunes como los defectos del corazón, causan más muertes de fetos y de recién nacidos. Además, más bebés mueren a causa de los defectos del tubo neural que a causa de cualquier otra enfermedad infantil.

Como ustedes deben saber, muchos tipos de defectos de nacimiento pueden ocurrir cuando una mujer está embarazada. Un tipo de defecto de nacimiento que afecta la

Las mujeres hispanas sufren dos veces más de embarazos afectados por un defecto del tubo neural (DTN) que las mujeres blancas no hispanas y las mujeres negras no hispanas. Esto significa que, por cada embarazo afectado por un defecto del tubo neural entre mujeres blancas o negras las mujeres hispanas tienen dos.

Afortunadamente, si todas las mujeres en edad fértil toman 400 mcg de ácido fólico cada día antes y durante el comienzo del embarazo, esto puede ayudar a disminuir el número de embarazos afectados por un defecto del tubo neural hasta en un 70 por ciento.

Good News!

Hispanic women in North Carolina have learned a lot about multivitamins and folic acid between 2006 and 2008. According to our survey, more Hispanic women ages 18-35 knew about the importance of multivitamins and folic acid in 2008 than in 2006. Additionally, more Hispanic women knew what multivitamins are and that the best time to start taking a multivitamin is at the start of menstruation.

Now, the Bad News

Even though more women knew about the importance of multivitamins and folic acid, the percent of Hispanic women taking multivitamins with folic acid did not increase from 2006 to 2008. Only one-third (32%) of women are taking their multivitamins every day. Although Hispanic women in North Carolina are more likely to have a baby with a neural tube defect, they do not take a daily multivitamin as often as non-Hispanic whites and non-Hispanic blacks.



Why don't Hispanic women take a daily multivitamin with folic acid?

The most common reasons for not taking a daily multivitamin did not change much between 2006 and 2008. The most reported reasons were: "I forget;" "I don't think a multivitamin is necessary;" "No one in my family takes them;" and "I am not planning a pregnancy."

More good news

In 2008, more Hispanic women knew that a prescription is not necessary to buy multivitamins and that the best time to start taking a multivitamin every day is when young women first get their period. Yet, there is still some confusion among Hispanic women regarding multivitamins with folic acid. Many women still believe in the following myths:

- Multivitamins are expensive. This is not true! You can buy a three-month supply of generic brand multivitamin tablets (100 pills) for less than \$5.00.
- Multivitamins will make you gain weight and/or increase your appetite. Experts can not find studies that explain this or prove it to be true. If this concerns you, take your multivitamin at night right before bedtime. And if you do feel hungrier than usual, eat healthy snacks such as fruits, vegetables and low-fat dairy products.



¡Buenas Noticias!

Las mujeres hispanas en Carolina del Norte han aprendido mucho acerca de las multivitaminas y el ácido fólico entre 2006 y 2008. De acuerdo con nuestra encuesta, más mujeres hispanas de edades entre 18 y 35 sabían la importancia de las multivitaminas y el ácido fólico en el 2008 que en el 2006. Además, más mujeres hispanas sabían la definición de multivitaminas y el mejor época para empezar a tomarlas.

Ahora las malas noticias

Aún cuando ahora, más mujeres saben de la importancia del ácido fólico; el porcentaje de mujeres hispanas que toma multivitaminas con ácido fólico no incremento entre el 2006 y el 2008. Sólo un tercio (32%) de las mujeres están tomando sus multivitaminas todos los días. Aunque las mujeres hispanas tienen mayor posibilidad de tener un bebé con un defecto del tubo neural, no toman una multivitamina al día tan a menudo como las mujeres blancas y las mujeres negras no hispanas.

¿Por qué las mujeres hispanas no toman una multivitamina diaria con ácido fólico?

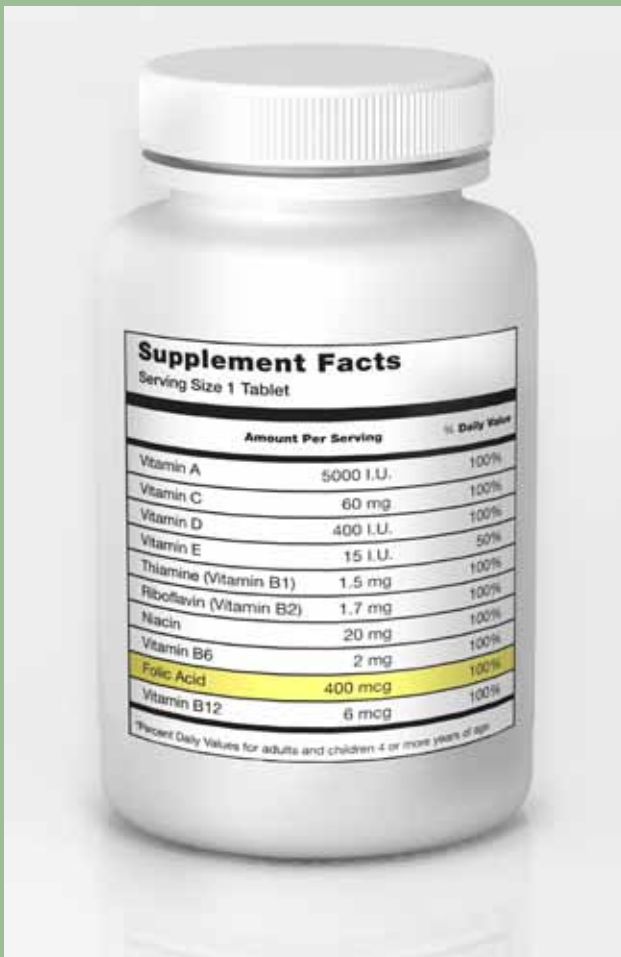
Las razones más comunes para no tomar una multivitamina diaria no cambiaron mucho entre 2006 y 2008. Las más reportadas son: “Se me olvida;” “La multivitamina no es necesario;” “Nadie en mi familia la toma;” y “No estoy planeando quedar embarazada.”

En el 2008, más mujeres hispanas sabían que no es necesario una receta para comprar las multivitaminas y que el mejor momento para empezar a tomarlas diariamente es cuando a las jóvenes les llega su primer periodo.

Más buenas noticias

Sin embargo, aún hay algo de confusión entre las mujeres hispanas con respecto a las multivitaminas con ácido fólico. Muchas mujeres aún creen en los siguientes mitos:

- Las multivitaminas son caras. ¡Esto NO es cierto! Usted puede comprar un suplemento trimestral de tabletas de multivitaminas genéricas (100 píldoras) por menos de \$5.00.
- Las multivitaminas harán que aumente de peso y/o aumentarán su apetito. Los expertos no han encontrado estudios que expliquen que esto es cierto. Si le preocupa tome sus multivitaminas en la noche antes de ir a la cama. También si usted siente más hambre de lo normal, coma bocadillos saludables como frutas, vegetales o lacteos bajos en grasa.



Changing habits

In 2008, more Hispanic women knew that taking a daily multivitamin with folic acid could prevent a birth defect, but the same percent were taking a multivitamin as compared to the women surveyed in 2006. So how do we get Hispanic women to change their habits and take a daily multivitamin?

- Take it at the same time as another daily activity, such as brushing your teeth or with breakfast.
- Put your multivitamins in a location where you will see them such as the kitchen counter.
- Take a multivitamin along with your family so that it becomes a habit for all your family members.



Cambiando hábitos

En el 2008, más mujeres hispanas sabían que tomando una multivitamina con ácido fólico diariamente puede prevenir los defectos del tubo neural, pero el mismo porcentaje estaban tomando una multivitamina en comparación a las mujeres encuestadas en el 2006. Entonces, ¿cómo hacemos para que las mujeres hispanas cambian sus hábitos y tomen una multivitamina diaria?

- Tómela al momento de realizar alguna otra actividad diaria, como lavarse los dientes o con su desayuno.
- Ponga sus multivitaminas en un lugar donde pueda verlas como en la repisa de la cocina.
- Tome una multivitamina junto con su familia para que se convierta en un hábito para todos los miembros la misma.

Did you know?

Word of mouth, educational information from health care providers and health departments/community health centers and advertising really DO work! Hispanic women reported they received information about multivitamins, folic acid and birth defects from the following groups: media outlets (television, radio and newspaper), health care providers, health departments, community health centers, and of course, our Lay Health Educators.

In both 2006 and 2008, 99% of Hispanic women said they would take a daily multivitamin if their health care provider recommended it!

Did you know that, thanks to the incredible educational efforts of the Campaign's "Promotoras de Salud" program, more than 5,000 Hispanic women across North Carolina have been educated about the importance of multivitamins and folic acid in preventing neural tube defects in the last two years?

As we head into 2009, the Campaign will begin implementing programming changes to the Latino campaign as a result of the survey. The Campaign will work in the following key areas:

- Continue the Lay Health Education program with specific agencies in high risk areas across the state;
- Continue to provide cultural awareness programs with public health care agencies, teaching them about the culture and values of the Hispanic community and how it relates to preventative health care;
- Revise advertising messages for television, radio and newspaper;
- Redesign the Web site, www.getfolic.com, for Spanish-speaking women;
- And continue to provide health education to community members, community agencies



and public health care agencies who focus on preventing neural tube defects in the Hispanic community.

For more information about the importance of multivitamins and folic acid, or for more information about this evaluation, please contact Leslie deRosset at 919-424-2149 or lderosset@marchofdimes.com. You may also visit our Web site, www.getfolic.com.

MULTIVITAMINS

TAKE THEM FOR LIFE

1-800-367-2229

www.getfolic.com

MULTIVITAMINAS

Tomar multivitaminas hoy es
amar a tu bebé mañana

¿Sabía usted?

Las recomendaciones personales, la información educativa de los proveedores de salud y departamentos/centros comunitarios de salud y la publicidad realmente sí tienen efecto. Las mujeres hispanas reportaron haber recibido información acerca de multivitaminas, ácido fólico y defectos del tubo neural de los siguientes grupos: anuncios en los medios de comunicación (televisión, radio y prensa), proveedores de salud, departamentos y centros comunitarios de salud, y nuestras promotoras de salud.

99% de las mujeres hispanas dijeron que tomarían diariamente una multivitamina si su proveedor de salud se los recomendase en 2006 y 2008!

Las Promotoras de Salud educaron más de 5,000 mujeres hispanas en Carolina del Norte en los últimos dos años, al respecto a la importancia de las multivitaminas y el ácido fólico en la prevención de los defectos del tubo neural.

En el 2009, la Campaña continuará implementando cambios en el programa de la campaña Latina para reflejar los resultados de la encuesta. La Campaña trabaja en las siguientes áreas claves:

- Continuar el programa “Promotoras de Salud” con agencias específicas en áreas de alto riesgo a lo largo del estado;
- Continuar brindando programas acerca de la cultura y los valores de la comunidad hispana y cómo estos se relacionan con la salud preventiva a los agencias de salud pública;

- Revisar los mensajes publicitarios por televisión, radio y prensa;
- Rediseñar la página Web www.getfolic.com para mujeres que hablan español;
- Y continuar dando educación en salud a los miembros de la comunidad, agencias comunitarias y agencias de salud pública que se especializan en prevenir embarazos afectados por defectos del tubo neural en la comunidad hispana.

Si usted quiere más información sobre la importancia de las multivitaminas con ácido fólico, por favor contacte a Leslie deRosset al 919-424-2149 o lderosset@marchofdimes.com. O puede visitar nuestro sitio Web, www.getfolic.com.





Thank you!

Our survey of more than 2,500 Hispanic women across the state over the last two years would not have been possible without our incredibly dedicated data collectors. More than 40 Spanish-speaking Hispanic women from across the state attended 16 hours of training and then worked many weekends collecting surveys in their local communities. These incredible women made our survey a success.

¡Gracias!

Nuestra encuesta a más de 2,500 mujeres hispanas a lo largo del estado durante los dos últimos años no habría sido posible sin nuestros increíblemente dedicados encuestadores. Más de 40 mujeres hispanas que hablan español, provenientes de todo el estado asistieron a 16 horas de entrenamiento y luego trabajaron muchos fines de semanas llevando a cabo encuestas en sus comunidades locales. Éstas increíbles mujeres hicieron de nuestra encuesta un éxito.



North Carolina Folic Acid Campaign
C/O March of Dimes Foundation
North Carolina Chapter
6504 Falls of Neuse Rd, Ste 100
Raleigh, NC 27615

