

## **Las mujeres Hispánicas de Carolina del Norte no toman multivitaminas a pesar del aumento del riesgo de defectos de nacimiento**

Un estudio del Estado espera entender las creencias y comportamientos de las mujeres Hispánicas acerca de las multivitaminas y del ácido fólico

**Raleigh, NC** (10 de Junio del 2009) – Un estudio Estatal reciente llevado a cabo por el Campaña de Ácido Fólico del Carolina del Norte y publicado por el “*American Journal of Health Education*” revela que solo un tercio de las mujeres Hispánicas toman diariamente multivitaminas con ácido fólico. Estas conclusiones son importantes porque las Hispánicas tienen un riesgo significativamente mayor de tener bebés afectados con defectos de nacimiento en la columna vertebral (espina bífida) o en el cerebro (anencefalia). De acuerdo con expertos en salud pública, todas las mujeres en edad fértil deben tomar una multivitamina con 400 microgramos (mcg) de ácido fólico todos los días para reducir el riesgo de tener bebés con estos defectos de nacimiento. Esta recomendación es especialmente importante para las Hispánicas ya que su riesgo es el doble al de los blancos y negros no Hispánicos.

Como parte del estudio, en 2006, el Campaña del Ácido Fólico de Carolina del Norte realizó un estudio a mujeres Hispánicas nacidas en el extranjero con edades entre 18 y 35, de 12 Condados elegidos al azar a lo largo del Estado. Los resultados del estudio confirman que las mujeres Hispánicas en Carolina del Norte tienen falta de conciencia sobre la importancia de las Multivitaminas, el ácido fólico y los defectos de nacimiento. Menos de un cuarto de las Hispánicas sabían que es necesario a tomar una multivitamina con ácido fólico antes del embarazo y solo un 20 por ciento sabía que el ácido fólico es bueno para el desarrollo del cerebro y la columna vertebral de los fetos.

Investigaciones conocidas demuestran que hasta un 70 por ciento de los defectos de nacimiento de la columna vertebral o el cerebro, conocidos como defectos del tubo neural, pueden ser prevenidos con un consumo adecuado (400 microgramos) de ácido fólico antes y durante las primeras semanas de embarazo. El ácido fólico es una vitamina B, soluble en agua, que se encuentra en una multivitamina y alimentos fortificados.

La encuesta también encontró varios mitos sobre las multivitaminas en la comunidad Hispánica. Las mujeres Hispánicas creen que una multivitamina es carro, que solo los necesitan las mujeres embarazadas, y que pueden causar aumento de peso y/o aumentar su apetito. Estos mitos pueden crear significantes barreras y retos para que las mujeres Hispánicas comiencen el hábito de la toma diariamente una multivitamina con ácido fólico. Así, estas barreras pueden contribuir en el bajo consumo de vitaminas en las mujeres Hispánicas de Carolina del Norte. En la realidad, las multivitaminas son económicas y solo cuestan centavos al día. También está claro que las mujeres necesitan tomar una multivitamina al diario independientemente de sus intenciones de quedarse embarazada. Actualmente no existe ninguna investigación que demuestre o desmienta la creencia de que las multivitaminas crean aumento de peso y/o del apetito.

--MÁS--

Aunque este estudio confirme el conocimiento y comportamiento de las multivitaminas de los otros estudios, ha sido único porque ofreció el entendimiento sobre una población que raramente se estudia de una manera tan comprensiva. La combinación de un estudio anónimo cara a cara en Español y el uso de recolectores de datos nativos en habla Hispana, produjeron un alto nivel de participación cómoda con el estudio, de tal modo que permitió al Campaña del Ácido Fólico de Carolina del Norte estudiar aproximadamente un uno por ciento de la totalidad de la población de mujeres de habla Hispana en Carolina del Norte, nacidas en el extranjero entre 18 y 35 años.

Este estudio también destacó el papel importante del proveedores de salud y educadores de salud en la educación de las mujeres Hispanas acerca de las multivitaminas, el ácido fólico y los defectos del nacimiento. El 99 por ciento de las participantes que no tomaban una multivitamina diario, informo que lo harían tras la recomendación de su proveedor de salud o medico (frente a un 88 por ciento de todas las mujeres en edad fértil a nivel nacional).

“Estas son buenas noticias para nuestros proveedores de salud y educadores de salud. Ellos juegan un importante papel en el aumento del conocimiento y aumentan el comportamiento influenciado del consumo de una multivitamina con ácido fólico en mujeres Hispanas,” dice Leslie deRosset, MPH, Coordinadora de la Campaña Hispana y la autora principal del estudio. “Deberían estar preparados ante cualquier oportunidad disponible para aconsejar a las mujeres sobre los posibles riesgo y beneficios del consumo de ácido fólico previo a la concepción.”

El artículo “Multivitaminas, ácido fólico y defectos de nacimiento: Conocimiento, creencias y comportamientos de las mujeres Hispanas en Carolina del Norte” fue publicado en el numero de Mayo/Junio del *American Journal of Health Education*. Esta es la primera vez que el Campaña del Ácido Fólico de Carolina del Norte ha sido publicado en una publicación arbitrada.

Para más información sobre los resultados de este estudio, por favor contacten con Leslie deRosset, MPH, en el numero 919-424-2149 o en [lderosset@marchofdimes.com](mailto:lderosset@marchofdimes.com). El Consejo del Ácido Fólico de Carolina del Norte es una colaboración entre El Consejo del Ácido Fólico de Carolina del Norte y March of Dimes. Afiliación a nuestro Consejo es gratis. Para más información visite [www.getfolic.com](http://www.getfolic.com).

###

***Acerca de la Campaña del Ácido Fólico de Carolina del Norte***

*La Campaña del Ácido Fólico de Carolina del Norte es un programa Estatal cuya misión es mejorar la salud promocionando los beneficios y el consumo de ácido fólico tomado preparados multivitamínicos a diario. Establecido en 1994, el programa aboga por que todas las mujeres en edad fértil tomen 400mcg de ácido fólico al día para ayudar a prevenir los defectos del tubo neural. A través de su colaboración y asociación, ‘March of dimes’ y el Consejo del Ácido Fólico de Carolina del Norte, han conseguido un progreso significativo en la campaña para reducir los defectos del tubo neural. Para aprender más, visite [www.getfolic.com](http://www.getfolic.com) and [www.marchofdimes.com](http://www.marchofdimes.com)*

***Sobre March of Dimes***

*“March of dimes” es la organización líder sin fines lucrativos para la salud del embarazo y de los bebés. Con sedes en todo el país y su principal evento, “March for Babies”, March of Dimes trabaja para mejorar la salud de los bebés. Para los últimos medios e información visite [marchofdimes.com](http://marchofdimes.com) o [nacersano.org](http://nacersano.org).*