



SALUD MATERNA DE LAS MUJERES HISPANAS Y LATINAS



heart.org/saludmaterna

Las enfermedades cardiovasculares son la causa principal de mortalidad materna en EE. UU. o, en otras palabras, las enfermedades cardíacas son la primera causa de muerte entre las madres primerizas.¹ Pueden representar una amenaza para la salud cardíaca de las mujeres durante el embarazo y más tarde en la vida, lo que destaca la importancia que las mujeres comprendan cómo cuidarse a sí mismas y a su bebé.

Más de un tercio de las mujeres Hispánicas y Latinas padecen enfermedades cardiovasculares² y, en los últimos años, la tasa de mortalidad materna de este grupo se incrementó considerablemente.³ A pesar de estas preocupantes tendencias, existe una falta de concientización en la comunidad, ya que es menos probable que las mujeres Hispánicas y Latinas sepan que las enfermedades cardiovasculares son el principal riesgo para su salud.⁴ Conocer y cuidar tu salud cardiovascular es fundamental para tener un buen embarazo.

La American Heart Association y Go Red for Women están adoptando medidas para combatir esta crisis.

Red de Investigación de Equidad en la Salud Sobre las Disparidades en los Resultados de Salud de Madres y Lactantes:

Su labor consiste en identificar las causas y encontrar soluciones a fin de mejorar los resultados entre las personas que tienen más probabilidades de sufrir complicaciones en el embarazo a causa de una salud cardíaca deficiente.



Research Goes Red: Asignar becas de investigación para ayudar a comprender mejor la conexión particular entre la salud cardiovascular y la materna.



Clase de sobrevivientes de Real Women para Go Red for Women:

Crear conciencia mediante historias reales de mujeres que se enfrentaron a enfermedades cardiovasculares durante el embarazo.



Extensión Posparto de Medicaid:

Conseguir la aprobación de una mayor cobertura para ayudar a las madres con bajos ingresos a tener un mejor acceso a la atención.



Sitio web de Go Red for Women en español:

Todo el sitio web de Go Red for Women está traducido al español (goredforwomen.org/es) con el fin de ofrecer a las mujeres Hispánicas y Latinas un espacio de información oportuna y científicamente precisa en su propio idioma.



Sabemos que muchas mujeres no solo quieren ser unas excelentes madres, sino que también quieren serlo durante un largo tiempo. Go Red For Women está aquí para ayudar en cada paso del proceso.

Datos Rápidos



La tasa de mortalidad entre las madres Hispánicas y Latinas aumentó en el 2020, un 44% más que el año anterior. De cada 100,000 nacimientos, se produjeron 18.2 muertes entre las mujeres Hispánicas en comparación con las 12.6 muertes registradas en el 2019.⁵



Las mujeres Hispánicas y Latinas tienen más probabilidades de tener presión arterial alta en comparación con los hombres⁹, lo que puede aumentar el riesgo de preeclampsia, que es una complicación del embarazo que puede provocar presión arterial alta o daños renales.



Las mujeres Hispánicas y Latinas presentan un mayor riesgo de tener un peso poco saludable.⁶ El sobrepeso puede aumentar el riesgo de complicaciones graves durante el embarazo, como la preeclampsia y la diabetes gestacional.⁷



Un poco más del 40% de las mujeres Hispánicas y Latinas padecen prediabetes,⁸ lo que puede aumentar el riesgo de tener diabetes gestacional en el embarazo.



Preguntas que debes realizar a tu médico si estás embarazada o planeas estarlo

- ✓ ¿Estoy en riesgo de tener problemas de salud cardiovascular durante el embarazo? Si es así, ¿cómo puedo reducir el riesgo?
- ✓ ¿Cómo pueden afectar mis niveles de presión arterial a mi embarazo y cuál es la mejor forma de controlarlos?
- ✓ ¿Cómo puedo mantener mi salud y la de mi bebé durante el embarazo y en las semanas fundamentales posteriores al parto?
- ✓ ¿Tengo antecedentes familiares de enfermedades cardíacas o ataques o derrames cerebrales.
- ✓ ¿Cómo puede afectar esto mi salud prenatal y de posparto, así como la salud a largo plazo de mi hijo?
- ✓ ¿Cómo puedo mejorar mi bienestar emocional y reducir el estrés durante el embarazo?

Last updated May 2023

⁵Petersen EE, Davis NL, Goodman D, et al. Vital Signs: Pregnancy-Related Deaths, United States, 2011–2015, and Strategies for Prevention, 13 States, 2013–2017. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep* 2019;68:423–429. DOI: <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm6818e1>
⁶Isao CW, Aday AW, Almarazooq ZI, Anderson CAM, Arora P, Avery CL, Baker-Smith CM, Beaton AZ, Boehme AK, Buxton AE, Commodore Mensah Y, Elkind MSV, Evenson KR, Eze-Nliam C, Fugar S, Generoso G, Heard DG, Hiremath S, Ho JE, Kalani R, Kazi DS, Ko D, Levine DA, Liu J, Ma J, Magnani JW, Michos ED, Mussolino ME, Navaneethan SD, Parikh NI, Poudel R, Rezk-Hanna M, Roth GA, Shah NS, St-Onge M-P, Thacker EL, Virani SS, Voeks JH, Wang N-Y, Wong ND, Wong SS, Yaffe K, Martin SS; on behalf of the American Heart Association Council on Epidemiology and Prevention Statistics Committee and Stroke Statistics Subcommittee. Heart disease and stroke statistics—2023 update: a report from the American Heart Association [published ahead of print January 25, 2023]. *Circulation*. doi: 10.1161/CIR.0000000000001123
⁷Centers for Disease Control Maternal Mortality Rates in the United States, 2020 <https://www.cdc.gov/nchs/data/hestat/maternal-mortality/2020/maternal-mortality-rates-2020.htm>
⁸Cardiovascular Disease in Hispanics/Latinos in the United States <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4943843/>
⁹Isao CW, Aday AW, Almarazooq ZI, Anderson CAM, Arora P, Avery CL, Baker-Smith CM, Beaton AZ, Boehme AK, Buxton AE, Commodore Mensah Y, Elkind MSV, Evenson KR, Eze-Nliam C, Fugar S, Generoso G, Heard DG, Hiremath S, Ho JE, Kalani R, Kazi DS, Ko D, Levine DA, Liu J, Ma J, Magnani JW, Michos ED, Mussolino ME, Navaneethan SD, Parikh NI, Poudel R, Rezk-Hanna M, Roth GA, Shah NS, St-Onge M-P, Thacker EL, Virani SS, Voeks JH, Wang N-Y, Wong ND, Wong SS, Yaffe K, Martin SS; on behalf of the American Heart Association Council on Epidemiology and Prevention Statistics Committee and Stroke Statistics Subcommittee. Heart disease and stroke statistics—2023 update: a report from the American Heart Association [published ahead of print January 25, 2023]. *Circulation*. doi: 10.1161/CIR.0000000000001123
¹⁰American College for Obstetricians and Gynecologists – Obesity and Pregnancy <https://www.acog.org/womens-health/faqs/obesity-and-pregnancy#:~:text=Birth%20defects%E2%80%9494Babies%20born%20to,anatomy%20on%20an%20ultrasound%20exam>
¹¹Isao CW, Aday AW, Almarazooq ZI, Anderson CAM, Arora P, Avery CL, Baker-Smith CM, Beaton AZ, Boehme AK, Buxton AE, Commodore Mensah Y, Elkind MSV, Evenson KR, Eze-Nliam C, Fugar S, Generoso G, Heard DG, Hiremath S, Ho JE, Kalani R, Kazi DS, Ko D, Levine DA, Liu J, Ma J, Magnani JW, Michos ED, Mussolino ME, Navaneethan SD, Parikh NI, Poudel R, Rezk-Hanna M, Roth GA, Shah NS, St-Onge M-P, Thacker EL, Virani SS, Voeks JH, Wang N-Y, Wong ND, Wong SS, Yaffe K, Martin SS; on behalf of the American Heart Association Council on Epidemiology and Prevention Statistics Committee and Stroke Statistics Subcommittee. Heart disease and stroke statistics—2023 update: a report from the American Heart Association [published ahead of print January 25, 2023]. *Circulation*. doi: 10.1161/CIR.0000000000001123