

En el mes de septiembre, estamos celebrando el mes de la Cultura Hispana y sus tradiciones. En este mes, también 7 países celebran el Día de su Independencia.

La población hispana en los Estados Unidos está proyectada aumentar de 17.7% en el 2015 a 22.8% en el 2035. Los hispanos somos la población minoritaria más grande en los EE. UU. Se han encontrado importantes diferencias, una de ellas es la expectativa de vida, es más alta en los que nacieron fuera de los EE. UU. comparada con los de origen hispano nacidos en los E. U. Este factor está asociado con varios factores de riesgo y en general un pobre estatus de salud.

Nos encontramos en un momento decisivo respecto a la salud de los hispanos. Los hispanos muestran:

- altas tasas de diabetes
- predominio a estar con sobre peso o ser obeso
- los índices de infecciones del VIH continúan incrementando considerablemente
- un porcentaje alto de adultos entre 18 -64 años **no** tiene seguro medico
- un porcentaje **pequeño** de hispanos mayores de 6 meses se han vacunado contra la influenza (gripe) y el COVID-19

Para mejorar la calidad de vida, se deben tomar decisiones que involucren comportamientos saludables y seguros. Pero donde vivimos, aprendemos, trabajamos y jugamos tiene un efecto grandísimo en nuestra habilidad para tomar decisiones saludables.

- *es difícil comer alimentos saludables cuando no hay un supermercado que ofrezca productos frescos y que sean accesibles.*
- *se hace más difícil hacer ejercicio si no hay una acera en la comunidad donde vive o trabaja o en un barrio inseguro.*

Diferencias en salud relacionadas con factores sociales, económicos y ambientales son conocidos como desigualdades en salud. Estas desigualdades imponen un alto costo en la economía de los EE. UU. y un daño muy alto en la salud y productividad de estas personas. A menos que trabajemos en abordar estos factores, no vamos a mejorar la salud y bienestar de los Hispanos.

Mucho de lo que influye nuestra salud pasa afuera de la oficina del médico. Lograr una buena salud requiere más del cuidado médico o comportamientos saludables. Se necesita mejorar las condiciones que mantienen a la persona saludable. Algunos de los programas y servicios que ofrece el Departamento de Salud en colaboración con promotores o Community Health Workers para mejorar la salud de los hispanos en Des Moines Iowa, incluye:

1. involucrarse en programas de salud- ya sea programa de diabetes, actividad física o nutrición
2. acceso a servicios preventivos y exámenes regulares- apropiado y convenientemente en su idioma
3. conseguir en seguro médico de salud – como por ejemplo el Mercado de Seguros de Salud o (Obamacare) para recibir los servicios médicos de salud necesarios

Para mayor información sobre los servicios y programas que ofrece el Departamento de Salud del Condado de Polk visite www.polkcountyiowa.gov/health