

## Investigador del Estudio del Aire de MESA colabora con Científicos Internacionales

Durante el receso entre el Examen 4 y el Examen 5 de MESA, el Profesor Joel Kaufman de la Universidad de Washington fue invitado a unirse temporalmente con un grupo de investigación en Barcelona, España desde finales de 2007 hasta mediados de 2008. El Dr. Kaufman dirige el grupo del Estudio del Aire de MESA, investigando la relación entre la contaminación del aire y la enfermedad cardíaca.

El trabajo de MESA fue de enorme interés para los investigadores de Europa. Además de presentar a los científicos europeos el enfoque del Estudio del Aire de MESA, el Dr. Kaufman trabajó con los investigadores para añadir un componente de medida de la polución del aire y una prueba de ultrasonido de la carótida, como los del Estudio del Aire de MESA, para continuar el estudio en Girona, España.

En 2008, la Unión Europea lanzó un nuevo proyecto de investigación importante llamado ESCAPE (European Study of Cohorts for Air Pollution Effects), dirigido por investigadores holandeses, con el fin de agregar medidas de la contaminación del aire para estudios de salud en curso en 17 países europeos. Debido a su experiencia, al Dr. Kaufman se le pidió que participara en el lanzamiento del estudio y continuara como asesor principal del proyecto.

Su participación en MESA y en Estudio del Aire de MESA está ayudando a que la investigación se realice usando los métodos científicos más novedoso, y preparando el terreno para entender más acerca de la interacción entre la salud del corazón y el medio ambiente, tanto aquí como en el extranjero.

**¡En agosto de 2008, los Institutos Nacionales de Salud otorgaron la continuación de contratos a los centros de MESA hasta el 2015! Actualmente MESA está haciendo planes para el siguiente gran esfuerzo, Examen 5, el cual comenzará en abril de 2010. Su participación continuada es esencial para que sigan los éxitos de MESA. ¡Gracias!**

El Mensajero de MESA es producido por el Estudio Multiétnico de Aterosclerosis (MESA).  
MESA es financiado por el Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y la Sangre (NHLBI).

PRSR STD  
U.S. Postage  
PAID  
Sequim, WA  
Permit No. 23

Multi-Ethnic Study of Atherosclerosis  
Coordinating Center  
University of Washington, Box 354922  
6200 NE 74th St., Building 29, Suite 310  
Seattle, WA 98115

# El Mensajero de MESA



Boletín Informativo del Estudio  
Multiétnico de Aterosclerosis

Verano 2009

No. 10

## ¿Cómo financian la Investigación Médica los Institutos Nacionales de Salud?

La Dra. Diane Bild, MPH • Funcionaria del proyecto MESA

Los Institutos Nacionales de Salud (NIH), una parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, son los organismos Federales principales que realizan y apoyan la investigación médica. Los NIH son los organismos de investigación biomédica de la nación, que hacen importantes descubrimientos médicos con el objetivo de mejorar la salud y salvar vidas.

Los NIH, integrados por 27 Institutos y Centros, proporcionan liderazgo y apoyo financiero a los investigadores en cada estado y en todo el mundo. Los NIH tienen más de 18,000 empleados y generalmente invierten aproximadamente \$29 billones anualmente para apoyar la investigación médica. Recientemente el Congreso otorgó a los NIH \$10 millones adicionales como parte de la Ley de Recuperación y Reinversión de los Estados Unidos, para utilizar en 2 años.

Más de 80% de los fondos de los NIH son otorgados a más de 325,000 investigadores en forma de subvenciones. En general, los investigadores solicitan las subvenciones al NIH para apoyar los proyectos de investigación, y paneles (comisiones) de científicos independientes revisan las ideas propuestas.

Aproximadamente el 10% del presupuesto de los NIH patrocina a unos 6,000 científicos que son empleados directamente por los NIH, la mayoría de



Dra. Diane Bild  
Funcionaria del proyecto MESA

los cuales trabaja en el campus de los NIH en laboratorios y un hospital en Bethesda, Maryland. Puede encontrar más información sobre los NIH en [www.nih.gov](http://www.nih.gov).

MESA es financiado mediante contratos establecidos entre organizaciones de investigación participantes y el gobierno.

Los contratos de NIH apoyan la investigación en áreas que se consideran de alta prioridad y/o requieren coordinación con otros grupos para proyectos complejos. Los NIH anuncian una "Solicitud de Propuestas", y las organizaciones implicadas en una investigación científica compiten por los fondos, basada en las revisiones de científicos independientes.

En el caso de MESA, el Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y de la Sangre (NHLBI) buscó asesoramiento de científicos expertos sobre la siguiente generación de estudios de población que se debían hacer en el área de prevención de la enfermedad cardiovascular y si nuevas tecnologías específicas, tomografía computarizada (CT) del corazón e imagen por resonancia magnética (MRI) del corazón, estaban "listas para el momento de mayor audiencia" con el fin de usarlas en grandes estudios.

El estudio ha mejorado nuestra comprensión acerca de cómo se desarrolla la enfermedad cardiovascular subclínica y conduce a la enfermedad cardiovascular clínica, en particular la enfermedad cardíaca y el accidente cerebrovascular (ataque cerebral).

**¡Por favor, mire su buzón para ver si hay un boletín informativo especial que describe nuevas oportunidades para la investigación genética en MESA!**

Jennifer Nettleton, PhD • University of Texas Health Sciences Center

En los últimos cinco años, varias investigaciones han tratado de obtener mejor comprensión de la relación entre la dieta y los factores de riesgo de diabetes y enfermedad cardiovascular usando los datos que usted proporcionó como participante en MESA.

Hay algunas similitudes generales en todos estos estudios que nos muestran cómo debemos comer para ser lo más sano posible.

En estos estudios, los investigadores de MESA usaron métodos científicos para estudiar la dieta. Ya que sabemos que los individuos no comen alimentos únicos ni nutrientes únicos, varios investigadores de MESA trataron de estudiar los patrones generales de la dieta en los participantes.

En investigación de nutrición, se llama análisis de los patrones de la dieta. Esto brinda un estimado de la combinación de alimentos consumidos por los grupos.

Entre muchas de las ventajas de este enfoque es que nos permite calcular los nutrientes que ha consumido una persona basado en los tipos de alimentos que come. Por ejemplo, las personas que comen cereales integrales (granos enteros) tienden a consumir también otros alimentos que se consideran saludables. Esto incluye productos lácteos bajos en grasa y vegetales. Ya que las personas comen muchos tipos y cantidades diferentes de alimentos, a menudo se dificulta establecer una relación clara entre la enfermedad y el consumo de un alimento único.

Al mismo tiempo, todos sabemos que comer un alimento saludable junto con una dieta poco

saludable no tendrá posiblemente el mismo efecto como comer ese alimento saludable con una dieta en general saludable. Una dieta saludable es también más eficaz cuando usted sigue otras prácticas saludables de estilo de vida, tales como ser físicamente activo y visitar al médico regularmente.

Los frutos de estos estudios (¡sin doble sentido!) han sido muchos. Los datos de MESA muestran que las personas que comen más cereales integrales (granos enteros), frutas y vegetales, productos lácteos bajos en grasa, frutos secos y semillas tienen niveles más bajos de factores de riesgo de enfermedad cardiovascular y menor riesgo de desarrollar diabetes o enfermedad cardiovascular.

En contraste, las personas que comen grandes cantidades de alimentos procesados, carnes rojas, grasas y azúcares añadidos, productos lácteos altos en grasa (p.ej., queso alto en grasa), granos refinados y postres tienen niveles más altos de factores de riesgo de enfermedad cardiovascular y mayor riesgo de desarrollar diabetes o enfermedad cardiovascular.

Por supuesto, como usted considera cuáles alimentos debe comer, usted debe pensar en comer una cantidad de alimento que se corresponda con su tamaño corporal y su nivel de actividad. El consumir más un alimento no será saludable si ese cambio además no se compensa comiendo menos de otro alimento (¡lo ideal, un alimento menos saludable!).

Los investigadores de MESA que usan los datos de la dieta que usted proporcionó en el examen inicial le agradecen mucho su esfuerzo y disposición para compartir información sobre sus hábitos de la dieta. Aunque lo alentamos sin duda a que usted siga los buenos hábitos en la dieta, también valoramos mucho su sinceridad cuando completó los cuestionarios relacionados con su dieta (aun si su dieta no era tan perfecta, ¡ninguna lo es!). La exactitud con la que describe sus prácticas regulares de la dieta son cimientos sólidos para nuestro trabajo.

¡¡¡MUCHAS GRACIAS!!! Esperamos saber de usted otra vez cuando vuelva a otro examen de MESA. ❤️



El Dr. Elsayed Z. Soliman, MSc, MS • Wake Forest University

Usted puede haber notado que en una parte de la llamada por teléfono de MESA le preguntaron si su profesional de cuidado de salud le ha dicho que usted tiene una fibrilación auricular. ¿Qué es una fibrilación auricular? ¿Por qué está interesado MESA en esto? ¿Cómo usted sabe si tiene una fibrilación auricular?

La fibrilación auricular, con frecuencia se llama "FA" es la frecuencia o el ritmo cardíaco anormal, continuo más común. La fibrilación auricular causa un latido cardíaco irregular y rápido, durante la cual las dos cavidades superiores del corazón o aurículas que reciben sangre tiemblan o "fibrilan" en lugar de latir normalmente.

El latido cardíaco irregular y rápido causado por la fibrilación auricular impide que el corazón bombee la sangre de manera eficiente. Como resultado, la sangre tiende a acumularse en las cavidades del corazón, aumentando el riesgo de formación de coágulos de sangre dentro del corazón. Los coágulos de sangre pueden viajar desde el corazón en el torrente sanguíneo y circular a través del cuerpo. A menudo, pueden alojarse en una arteria, causando problemas graves, tales como un accidente cerebrovascular (ataque cerebral).

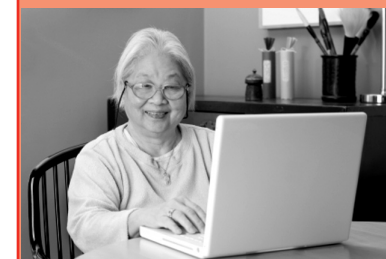
Con la edad, la incidencia de fibrilación auricular aumenta. Son causas comunes las enfermedades que afectan las válvulas o el músculo del corazón, incluyendo el ataque cardíaco y la presión arterial alta no controlada a largo plazo. Sin embargo, algunas personas que tienen fibrilación auricular no presentan problemas cardíacos subyacentes, la cual es una afección cardíaca llamada "fibrilación auricular solitaria o aislada". La causa de la fibrilación auricular solitaria con frecuencia no está clara.

Diferentes pacientes tienen síntomas distintos. La mayoría de los pacientes describen la fibrilación auricular como una sensación de que su corazón salta un latido, seguido por un golpe, y después los latidos se aceleran. Otras personas la describen como un latido cardíaco errático (irregular) o palpitaciones fuertes del corazón. Los síntomas de la fibrilación auricular pueden ser continuos o aparecer en episodios que duran desde minutos a horas o días.

El diagnóstico de fibrilación auricular lo podría hacer solamente un médico o un profesional de cuidado de salud, y generalmente implica realizar un electrocardiograma (ECG). Sin embargo, ya que la fibrilación auricular puede aparecer y desaparecer, un electrocardiograma regular puede dar un resultado normal. Si éste es el caso, se puede realizar una prueba llamada electrocardiografía ambulatoria. Durante esta prueba, el paciente usa una máquina de ECG portátil llamada monitor Holter, usualmente por 24 horas.

A pesar de los síntomas molestos y las complicaciones graves de la fibrilación auricular, son posibles la prevención y el tratamiento.

A través de la investigación de MESA que incluye preguntas sobre la fibrilación auricular durante las llamadas telefónicas y mediante los estudios de electrocardiogramas, se espera que podamos conocer más sobre la fibrilación auricular y sus factores de riesgo a fin de que se puedan desarrollar eficazmente las estrategias para la prevención y el tratamiento. ❤️



**Se ha vuelto a diseñar el sitio Web para los Participantes de MESA!**  
**¡Por favor, asegúrese de visitar nuestro sitio web rediseñado con un contenido nuevo y para que el usuario se sienta mejor!**  
<http://www.mesa-nhlbi.org/ParticipantWebsite/>