



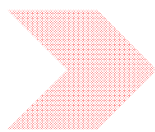
# ESMaestras

(Estudio de Seguimiento la Salud de las Maestras)

El Estudio de Seguimiento de la Salud de las Maestras es un estudio de 115 mil maestras mexicanas que inició en 2006 y cuyo propósito es estudiar factores de riesgo para enfermedades crónicas en mujeres mexicanas por un periodo de 30 años.

- ▶ Es el estudio de enfermedades crónicas más grande que se ha hecho en México y en Latinoamérica.
- ▶ Investigación que aportará la mayor información sobre enfermedades crónicas en México en los próximos años.
- ▶ Equipo de investigación con amplia experiencia y profesionalismo.



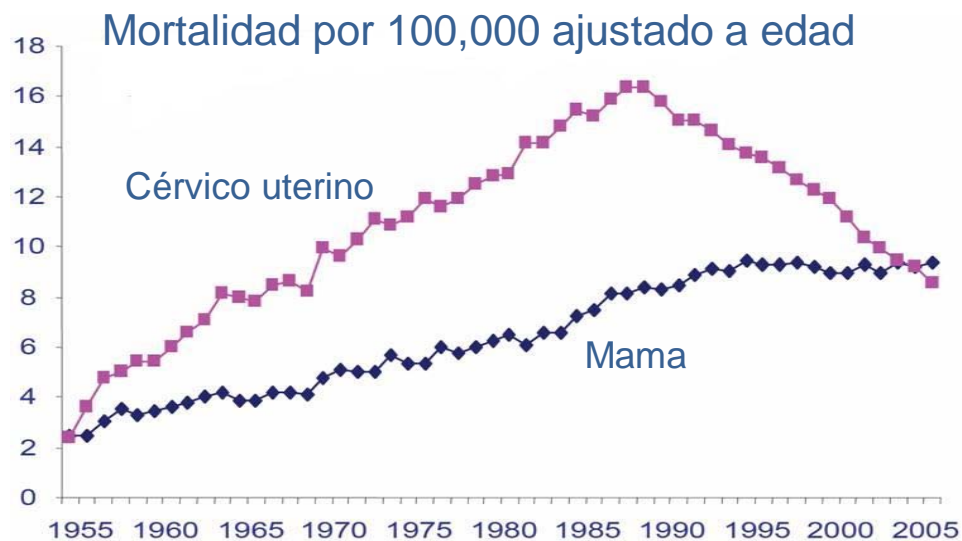


# ESMaestras

(Estudio de Seguimiento la Salud de las Maestras)

## ► Cáncer de mama: Una epidemia en México

El número de casos nuevos y mortalidad por cáncer de mama se encuentra en aumento y no hemos logrado identificar cuáles son los factores que ocasionan este incremento. El cáncer cérvico-uterino si se logró controlar.



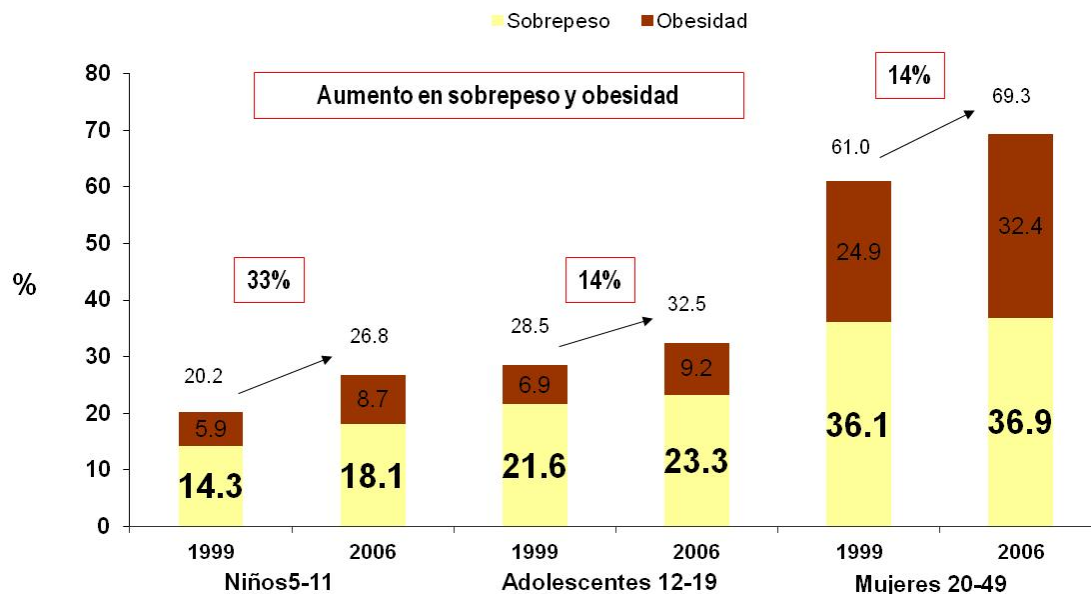


# ESMaestras

(Estudio de Seguimiento la Salud de las Maestras)

## ► Obesidad: Una enfermedad en descontrol

Los mexicanos hemos cambiado nuestro estilo de vida y nuestra dieta y actualmente 70% de los adultos se encuentran en sobrepeso u obesidad. Necesitamos información para conocer las causas.



### Diapositiva 3

---

am2

Me parece que no hay respuesta a la pregunta de ¿qué tenemos que hacer?  
adriana.monge, 10/18/2012



# ESMaestras

(Estudio de Seguimiento la Salud de las Maestras)

## ▶ ¿En qué consiste ESMaestras?

### Estudio de Seguimiento ó cohorte

- ▶ Las participantes reciben un **cuestionario y un boletín de salud** cada dos a tres años a través del cual las maestras proporcionan información anónima y confidencial sobre su estilo de vida y estado de salud.
- ▶ Un grupo pequeño de maestras, seleccionadas al azar, participan en **Jornadas de Salud** en las cuales se realizan una evaluación clínica: mamografía, presión arterial, peso, pruebas de función respiratoria, densidad ósea y toma de muestras de sangre, entre otras y una entrevista.





# ESMaestras

(Estudio de Seguimiento la Salud de las Maestras)

## ▶ Estudios de seguimiento

### ▶ Largo plazo

Para estudiar enfermedades crónicas es necesario conocer los hábitos de las personas muchos años antes de que ocurra una enfermedad.

### ▶ Participantes insustituibles

Es **fundamental** que todas las participantes respondan sin importar si **se jubilan, cambian de trabajo o de estado** ya que perder a una participante afecta la calidad de las conclusiones.

### ▶ Beneficio para la salud de futuras generaciones

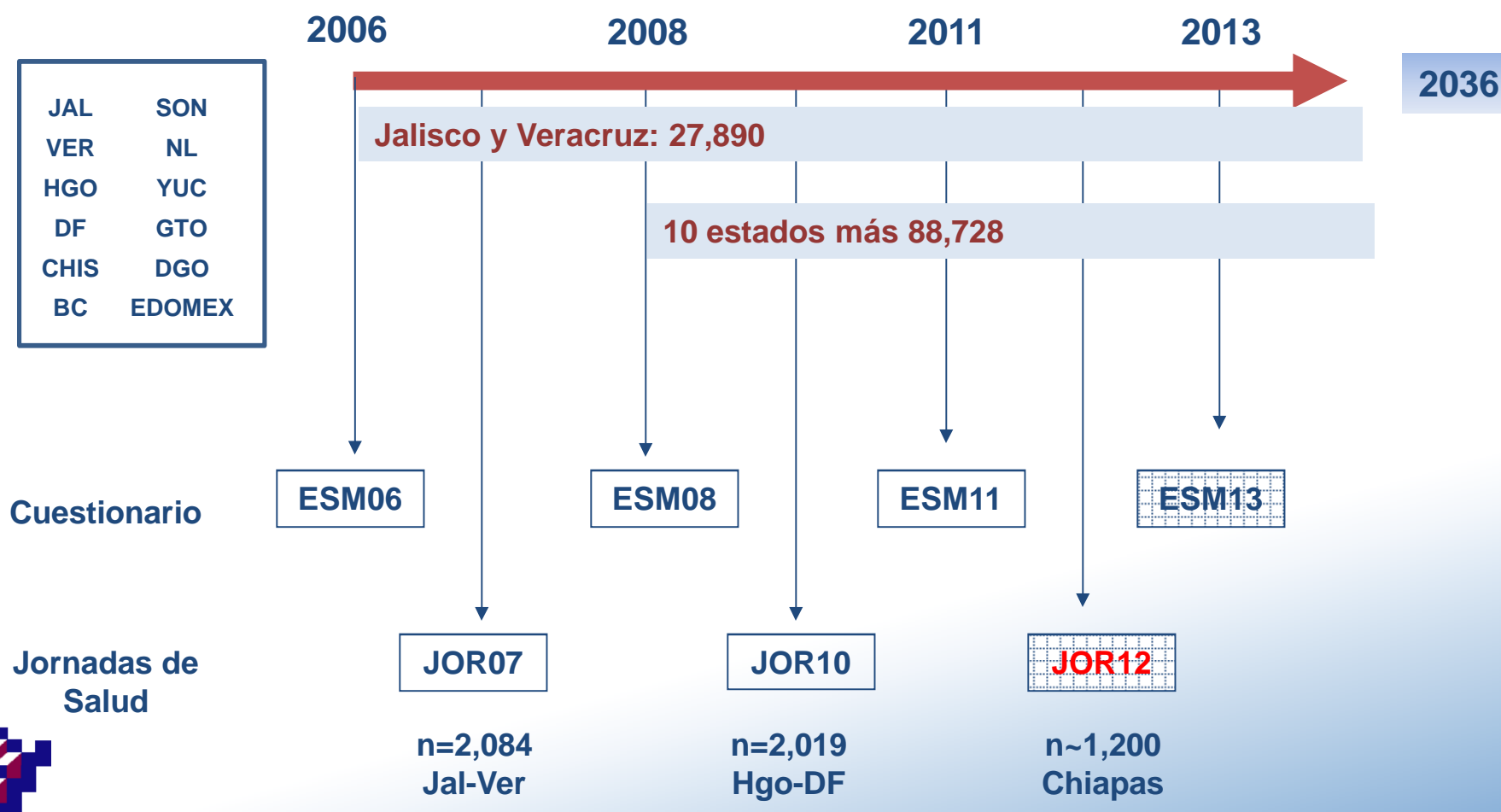
Los beneficios inmediatos para las participantes son mínimos, pero su contribución mejorará la salud de futuras generaciones de mexicanas.



# ESMaestras

(Estudio de Seguimiento la Salud de las Maestras)

► ¿Dónde estamos y a dónde vamos?





# ESMaestras

(Estudio de Seguimiento la Salud de las Maestras)

## ▶ ¿Qué investigamos?

### ▶ Estilos de vida y dieta

Actividad física, tabaquismo, dieta y dieta en la adolescencia, embarazos, uso de hormonas, medicamentos y suplementos, uso de cosméticos y muchos otros aspectos de la vida diaria.

### ▶ Enfermedades

**Cáncer de mama**, diabetes, obesidad, infartos, depresión, ansiedad, asma, infertilidad, alteraciones del sueño, osteoporosis y muchas más.







# ESMaestras

(Estudio de Seguimiento la Salud de las Maestras)

## ► ¿Quiénes somos?



### ► **115,346** maestras mexicanas comprometidas de todo el país

Aportamos información sobre nuestros estilos de vida, dieta y salud que permitirá mejorar la salud de nuestras compañeras, hijas y nietas.

### ► **Un grupo de investigadores**

Somos un equipo interdisciplinario de médicos, enfermeras, epidemiólogos, nutriólogos, economistas, informáticos y trabajadores de los Institutos Nacionales de Salud y otras instituciones de investigación y salud comprometidos a mejorar la salud de todas las mexicanas.



Instituto Nacional de Nutrición  
Salvador Zubirán



INSTITUTO NACIONAL  
DE CANCEROLOGÍA





# ESMaestras

(Estudio de Seguimiento la Salud de las Maestras)

## ▶ ¿Qué queremos hacer?

Aportar evidencia científica de calidad sobre enfermedades crónicas en México que permita el establecimiento de políticas de prevención.

## ▶ ¿Cuál es nuestro futuro?

Ser la cohorte de seguimiento de los Institutos Nacionales de Salud y un referente nacional e internacional en investigación epidemiológica y clínica y en formación de recursos humanos.



**Maestra, debes sentirte orgullosa de participar en este estudio pues contribuyes a mejorar la salud de muchas mujeres de nuestro país.**

