



Estimado/a _____,

¡Gracias por estar de acuerdo en participar en el Estudio sobre la Salud de la Comunidad Hispana / Estudio de Latinos (HCHS/SOL, por sus siglas en inglés)! Su cita en el Centro de Estudios ha sido programada para:

Día:

Fecha:

Hora:

Por favor preséntese en:

_____ Clínica de la Universidad de Northwestern en el 680 N. Lake Dr., Suite 800

_____ La Clínica de CommunityHealth en el 2611 W. Chicago Ave.

Adjunto a este documento incluimos un mapa y direcciones a la clínica. Para preguntas, por favor llame a nuestros centros: (312) 503-7760 (Universidad de Northwestern) o al (773) 395- 2650 (CommunityHealth) entre 7:30 A.M. y 4:00 P.M., de lunes a viernes.

POR FAVOR LEA LAS INSTRUCCIONES A CONTINUACIÓN CUIDADOSAMENTE:

- **AYUNO:** A menos que se le hayan dado instrucciones diciendo lo contrario, debe ayunar. Esto significa que no debe comer ni beber nada (excepto agua) desde las 12 a.m. (medianoche) hasta su cita la mañana siguiente. Le pedimos que haga esto porque el personal de nuestra clínica tomará una muestra de su sangre esa mañana. Se le proveerá una merienda durante su visita.
- **TOMA DE MUESTRA SANGUÍNEA:** Por favor no done sangre durante la semana antes de su cita en la clínica. Si se vuelve necesario el donar una pinta de sangre o plasma durante los 7 días antes de su cita, por favor llámenos para cambiar su cita.
- **ACTIVIDAD FÍSICA Y FUMAR:** Absténgase de fumar o de actividad física por lo menos durante una hora antes de su cita.

- **ROPA:** Prepárese para cambiarse y ponerse una bata de hospital o un pijama médico después de que llegue. Traiga o use zapatos cómodos o sandalias que sean fáciles de poner y quitar. Póngase ropa interior que no le quede apretada y deje sus prendas en su hogar.
- **MEDICINAS:** Si está bajo el cuidado de un profesional de la salud, y él/ella le ha indicado que debe tomar medicina en la mañana para su **presión arterial (hipertensión) o para problemas del corazón** le pedimos que lo haga. En otras palabras, **tome su medicina para la presión o para el corazón antes de su venir a la clínica, para que así su presión arterial esté controlada durante su visita.**

Si toma medicinas para la **diabetes**, le pedimos que **NO se las tome esa mañana**, pero tráigalas a la clínica. Le pedimos que haga esto para prevenir que le baje el azúcar durante su visita ya que estará en ayuno. Luego de que el personal de la clínica le haya tomado la muestra de sangre, recibirá una merienda, y en este momento usted podrá tomar sus medicinas. Si toma insulina, por favor tráigala a la clínica, así como sus jeringuillas, tiras o cintas para examinar el azúcar en su sangre, y su aparato para medir los niveles de azúcar en la sangre.

Si usted usa un **inhalador para el asma, enfisema, u otra enfermedad crónica del corazón**, lo puede usar esa mañana. Si es posible, úselo por lo menos dos horas antes de su cita. Recuerde la hora en que lo utilizó y notifique a la persona que hará su examen de función pulmonar.

Asegúrese de traer todas sus medicinas y suplementos que ha usado en las pasadas 4 semanas en sus envases originales. Traiga todas sus medicinas que hayan sido recetadas por su doctor y también medicamentos y suplementos que no hayan sido recetados pero que le hayan sido recomendados por otras personas. También traiga té, polvos, lociones, jarabes, u otros productos o remedios naturales o herbales que usted esté acostumbrado a usar aunque los haya traído de afuera de los E.U. Por favor traiga las etiquetas o botellas de los medicamentos o suplementos que ha usado en las últimas 4 semanas a su cita aunque ya se las haya terminado de tomar. (Vea el papel de las Instrucciones para Medicinas)

- **ESPEJUELOS/LENTES:** Si normalmente usa lentes o espejuelos para leer, por favor tráigalos y manténgalos con usted durante su visita.
- **DIRECCIÓN DE SU MÉDICO:** Por favor escriba el nombre y la dirección de su médico primario en la hoja de Información de Contactos y tráigala con usted a la clínica de HCHS/SOL.
- **PRUEBA DE TOLERANCIA DE GLUCOSA:** Si usted decide hacer esta prueba no se le ofrecerá nada de beber ni comer después de que se haya tomado la bebida de glucosa, hasta que se le tome una segunda muestra de sangre dos horas después.

- **INFORMACIÓN DE CONTACTO:** Por favor escriba los nombres, direcciones, y números de teléfono de dos personas con las que nos podamos comunicar y mantenernos al tanto de cómo localizarlo/a a usted en el futuro en la página adjunta de Información de Contactos.

Para ayudarlo a moverse a través de la clínica como está programado, **es importante que llegue a tiempo para su cita**. He aquí una lista de las actividades planificadas para su visita:

- | | |
|--------------------------------------|------------------------------|
| - Recepción | - Examen de audición |
| - Muestra de orina | - Entrevistas |
| - Medida de presión arterial | - Electrocardiograma (ECG) |
| - Muestra de sangre | - Merienda |
| - Prueba de tolerancia de glucosa | - Examen dental |
| - Antropometría (medidas corporales) | - Examen de función pulmonar |

Tiempo total del examen: 6 a 7 horas

Si tiene preguntas o algún problema con su cita, por favor llámenos a nuestras clínicas (312) 503-7760 (Universidad de Northwestern) o al (773) 395-2650 (CommunityHealth) entre las 7:30 A.M. y 4:00 P.M., de lunes a viernes.

HCHS/SOL es realizado por la Universidad de Northwestern en colaboración con la Universidad de Illinois en Chicago (UIC).



HCHS/SOL – INFORMACIÓN SOBRE TRAER MEDICINAS A LA CLÍNICA

El día de su visita por favor traiga con usted todas las medicinas que ha usado durante las últimas 4 semanas en la bolsa que le proporcionamos. Esto incluye:

- ❖ Medicinas con receta de su médico (tanto de los E.U. como fuera de los E.U.)
- ❖ Medicinas con receta que ha obtenido de algún amigo o familiar
- ❖ Medicinas sin receta que ha obtenido de la farmacia, supermercado, o por correo, tales como aspirina, remedios para la gripa o catarro, vitaminas, o productos similares.
- ❖ Suplementos, té, polvos, lociones, jarabes, u otros productos herbales o naturales comprados en los E.U. o fuera de los E.U.

Para asegurarse de haber incluido todo, piense sobre las últimas cuatro semanas. Ha estado enfermo o ha visitado algún médico o dentista que le haya podido recetar alguna medicina? Para su conveniencia he aquí una lista de medicinas para ayudarlo a recordar que medicamentos puede traer.

Condiciones Médicas

- Alergias
- Artritis, problemas en las articulaciones, (por ejemplo, medicinas como cortisona o antiinflamatorios.
- Planificación familiar
- Cancer
- Constipación o estreñimiento
- Resfriados, catarro, gripa, o tos
- Diabetes (por ejemplo, insulina)
- Fiebre
- Problemas del corazón, angina, o dolor en el pecho (por ejemplo: digitalis o nitroglicerina)
- Presión arterial
- Sofoco ("hot flashes")
- Infecciones (por ejemplo: penicilina, sulfas u otros antibióticos)
- Problemas de los pulmones (tales como asma, enfermedades del pulmón, enfisema, faltarle el aire, silbido o "wheezing")
- Problemas menstruales
- Nausea
- Convulsiones
- Problemas en la piel
- Tiroide
- Tranquilizantes
- Úlceras, problemas en el estómago o de digestión
- Problemas vasculares, o para hacer la sangre más líquida (por ejemplo: dicumarol, Coumadin)
- Reducción de peso

Medicamentos

- Antiácidos
- Antidepresivos o sedantes
- Antihistamínicos
- Medicinas para controlar el apetito
- Suplementos de calcio
- Medicamento para bajar colesterol
- Medicina para la tos
- Descongestionantes
- Píldoras para adelgazar
- Medicinas para la digestión
- Ojos, oído y nariz: gotas, pomadas, aerosoles
- Aceites de pescado
- Supositorios para hemorroides
- Remedios a base de hierbas o medicina alternativa
- Hormonas
- Hierro o medicinas para la anemia (por ejemplo: Geritol)
- Laxantes
- Vitaminas o suplementos minerales
- Relajantes musculares
- Anticonceptivo oral
- Medicinas para aliviar el dolor (por ejemplo: codeína, Darvon, Percodan, Tylenol #3/#4)
- Inyecciones o píldoras para reducir el agua en el cuerpo
- Pastillas para dormir
- Esteroides, cortisona: en forma de inhaladores, pomadas, píldoras, o aerosoles