LATIDO DEL CORAZÓN DE FRAMINGHAM



Participantes de Offspring y Omni 1, ¿ya se hicieron el examen 10/5?

Aún quedan unos meses para completar este examen histórico. Este es el primer examen del FHS realizado en el marco de una pandemia y esperemos que sea el último. Les agradecemos a todos y cada uno de los que han trabajado con nosotros para completar una parte o la totalidad de este examen durante esta crisis de salud pública. Son un grupo de personas verdaderamente dedicadas y tenaces; los investigadores (y vuestros conciudadanos) están en deuda de gratitud con ustedes por continuar compartiendo sus datos de salud, dándoles así la oportunidad de comprender mejor y poder mejorar la salud humana.

Quienes no hayan venido para el examen 10/5, aún están a tiempo.

Todavía hay tiempo para hacerse este examen y tenemos nuevas alternativas en la forma en que lo realizamos. Comuníquese con el Estudio del Corazón para averiguar cómo puede participar.

Maureen Valentino

508-935-3417 (Ilamadas y texto)
Correo electrónico: maureenv@bu.edu

Si prefiere hablar en español, comuníquese con:

Patricia Olea-Fichtel

508-935-3485 (Ilamadas y texto) Correo electrónico: **polea@bu.edu**



NUEVO LLAMADO PARA ESTUDIOS DEL EXAMEN 10/5

Algunos de los estudios que iban a formar parte del examen actual de las cohortes Offspring y Omni 1 no fueron financiados hasta después del inicio del examen. Por este motivo, dichos estudios (descritos a continuación) se conducirán mediante un nuevo llamado. Nuestros reclutadores se comunicarán con los participantes que son elegibles para completar esta visita del estudio.

ESTUDIO ÓSEO: este estudio ha sido parte del Estudio del Corazón de Framingham durante muchos años y ha posibilitado varios descubrimientos importantes sobre los factores de riesgo de fractura y de pérdida ósea. Sin embargo, esta es la primera vez que el estudio investiga el papel de la salud vascular sobre el esqueleto. *El equipo está estudiando cómo las disminuciones en la* función vascular que ocurren con el envejecimiento pueden afectar la salud ósea. En otras palabras, lo que es bueno para el corazón también puede serlo para los huesos. Los investigadores están utilizando un escáner HR-pOCT (tomografía computarizada cuantitativa periférica de alta resolución) para medir los cambios que ocurren en los huesos de la parte inferior de las piernas y de los brazos. Descubrir que una función vascular deficiente reduce la fortaleza ósea puede llevar al desarrollo de nuevas estrategias para prevenir las enfermedades vasculares y la osteoporosis.

SALUD DEL CEREBRO: estamos interesados en encontrar una forma de definir la salud del cerebro más allá de la evaluación de pruebas cognitivas. La Estación para la salud del cerebro abarca una combinación innovadora de pruebas sensoriales que incluyen exámenes de la vista y de la audición, y una prueba de la forma de caminar. Cada una de estas pruebas mide la función sensorial-motora del participante, la cual se sabe que cambia a medida que la persona envejece y puede ser un indicador temprano de la salud general del cerebro. En nuestros exámenes de la vista se toman una serie de imágenes de la retina, del nervio óptico y de los vasos internos, junto con las medidas del ojo. En los exámenes de audición se prueba la agudeza auditiva a diferentes frecuencias para evaluar la audición en general. Por último, en la prueba de la forma de caminar le pediremos que camine sobre una colchoneta con sensores de presión para medir cómo cambia su forma de caminar cuando realiza varias tareas simultaneamente.

ESTACIÓN PARA LA SENSIBILIDAD SENSORIAL: muchas personas experimentan dolor en distintos momentos de su vida. El dolor es una de las causas principales de discapacidad en todo el mundo, pero las causas del dolor crónico no se conocen bien y tampoco se ha estudiado bien cómo afecta la vida de los adultos mayores. Ahora y por primera vez en el Estudio del Corazón de Framingham, les haremos preguntas sobre los dolores que podrían estar sintiendo en sus vidas diarias con el fin de comprender

> *mejor por qué ciertas personas sienten más dolor que otras.* También evaluaremos la respuesta del cuerpo ante la presión sobre la piel.



eFHS: ¡convocatoria a todos los usuarios de smartphones y computadoras! Si es participante de Offspring u Omni 1 y no se ha inscrito anteriormente para participar en el eFHS, el Estudio del Corazón de Framingham le ofrece esta oportunidad. Al inscribirse en el estudio eFHS, podrá utilizar la aplicación o el sitio web de MyDataHelps para completar las encuestas en su teléfono y mantener el control de su salud. Los participantes que tengan un iPhone pueden optar por usar un Apple Watch. Esto nos permitirá monitorear su salud y su actividad física, y nos proporcionará una excelente manera de mantenernos en contacto con usted entre un examen y otro. Puede inscribirse al momento de hacerse el examen. Si ya se lo ha hecho, llame a Heather al (508) 935- 3415 o envíe un correo electrónico a hpump14@bu.edu y con gusto lo iniciaremos en el estudio eFHS.

RECUERDE:

Las evaluaciones del Estudio del Corazón de Framingham se preparan solo con fines investigativos. ¡No reemplazan los controles periódicos con su propio médico o médicos!

Otros estudios a los que podrían ser invitadas a participar las cohortes Offspring y Omni 1

NUEVO PROGRAMA SOBRE EL ENVEJECIMIENTO DEL CEREBRO: NUEVO PROGRAMA SOBRE EL ENVEJE-CIMIENTO DEL CEREBRO: los Institutos Nacionales de Salud (NIH) otorgaron una subsidio al FHS para nuestro Programa sobre el Envejecimiento del Cerebro (FHS-BAP), que incluye varios componentes. Por ejemplo, Clinical Core continúa con la vigilancia de la demencia, las pruebas cognitivas, las resonancias magnéticas del cerebro y el programa de donación de cerebro para todos los participantes que quieran adherirse y muchos de ustedes ya lo han hecho. Las pruebas cognitivas incluirán la captura digital de la escritura y la voz. Hemos identificado ciertas características de la escritura y el habla relacionadas con un futuro diagnóstico de demencia que podrían ser indicadores tempranos de riesgo, así como perfiles de riesgo que permiten comprender cómo reducir el riesgo de demencia de una persona.

NUEVO ESTUDIO SOBRE LOS MÚSCULOS ESTÁ POR COMENZAR: el nuevo estudio Framingham sobre los músculos utilizará una evaluación con tecnología de punta para determinar la cantidad de tejido muscular en su cuerpo. Se le pedirá que tome una pastilla con creatina, que es uno de los componentes básicos del músculo. Tres días después se le hará un análisis de orina para calcular la cantidad de masa muscular en su cuerpo. Esto nos permitirá estudiar los genes, los factores de riesgo y las consecuencias (como caídas y lesiones) relacionadas con la masa muscular. Utilizaremos un cronograma mensual para hacer un seguimiento de las lesiones. *Mediante esta forma sencilla y precisa de medir la cantidad de masa muscular*, esperamos descubrir maneras de preservar este tejido valioso a medida que envejecemos.





NOVEDADES SOBRE LA INVESTIGACIÓN DEL COVID-19:

for COVID-19 Research El Estudio del Corazón de Framingham (FHS) quiere agradecer a todos los que han participado en el estudio C4R sobre el COVID-19. El seguimiento de 6 meses (parte 2) aún está en curso. Llámenos al **1-866-466-2040** para completar este seguimiento por teléfono. Le tomará aproximadamente 5 minutos. El FHS forma parte de un grupo más amplio de recopilación de datos que ayuda a identificar los factores que predicen la gravedad del COVID-19 y su impacto a largo plazo sobre la salud. Ya sea que hayan contestado el cuestionario en línea, por teléfono o en un folleto, la información anónima que proporcionaron continúa influvendo enormemente sobre las personas cuvas vidas se vieron afectadas por esta enfermedad. El estudio C4R está financiado por los Institutos Nacionales de Salud (NIH). Si bien la encuesta de seguimiento del C4R está llegando a su fin, los datos que aportaron serán utilizados por investigadores de todo el mundo. Aún queda mucho por descubrir sobre esta enfermedad. Ustedes han desempeñado un papel muy importante en ayudar al mundo a investigar y comprender la pandemia del COVID-19. Muchas gracias a nuestros maravillosos participantes por entender el valor de este estudio y compartir sus conocimientos en beneficio de la investigación para la salud.

QUÉ HAY DE NUEVO

El Estudio del Corazón de Framingham junto con su organización de Amigos are both proud to be giving se enorgullecen de poder retribuirle a la comunidad a través del patrocinio de un proyecto de arte público establecido por el Distrito Cultural de la Plaza Central de Framingham (FCCCD). No es casualidad que el nombre del proyecto sea:



"Many Cultures One Heart"

(Diferentes culturas, un corazón)



Este proyecto fue diseñado para celebrar las numerosas voces artísticas y étnicas de Framingham. Consiste en esculturas de corazones pintados de un modo único que se colocarán en distintas partes del Distrito Cultural y de la ciudad de Framingham. Cada escultura representará la contribución artística, cultural, histórica y recreativa de las organizaciones artísticas y culturales de Framingham, así como la diversidad de la ciudad. Para obtener más información, visite los siguientes enlaces.

Para interiorizarse más sobre el FCCCD y este proyecto específico, consulte su sitio web en https://www.framinghamcentrecommon.org o escanee el código QR de la derecha.



¡Lo que hemos aprendido gracias a USTED!

Artículos publicados en 2021

JOURNAL OF THE AMERICAN COLLEGE OF CARDIOLOGY

Alimentos ultraprocesados y la incidencia de enfermedades cardiovasculares en el estudio Offspring de Framingham

Información relevante: Los alimentos ultraprocesados aportan el 58% de la energía total de la dieta de EE.UU. pero su relación con las enfermedades cardiovasculares (CVD) aún no se ha estudiado bien.

Conclusión

Los descubrimientos actuales corroboran que un mayor consumo de alimentos ultraprocesados se asocia con un mayor riesgo de incidencia de CVD y mortalidad. Si bien se justifica realizar más investigaciones en poblaciones étnicamente diversas, estos resultados sugieren que limitar la cantidad de alimentos ultraprocesados es beneficioso para la salud cardiovascular.

THE JOURNAL OF THE PREVENTION OF ALZHEIMER'S DISEASE

Azúcar en bebidas y el riesgo de incidencia de demencia, Alzheimer y accidentes cerebrovasculares: un estudio prospectivo de cohortes

Información relevante: el objetivo de este estudio fue investigar la relación entre el azúcar en las bebidas y la demencia, el Alzheimer y los accidentes cerebrovasculares.

Conclusión

Se asoció un mayor consumo de bebidas azucaradas con un mayor riesgo de todos los tipos de demencia, demencia por Alzheimer y accidentes cerebrovasculares.

THE JOURNAL OF THE AMERICAN MEDICAL ASSOCIATION

Incidencia del ataque isquémico transitorio y su asociación con el riesgo a largo plazo de sufrir un accidente cerebrovascular

Pregunta: ¿cuál es la incidencia del primer ataque isquémico transitorio (TIA) relacionado con el riesgo posterior de sufrir un accidente cerebrovascular?

Significado

Entre los participantes del Estudio del Corazón de Framingham de 1948 a 2017, se asoció el TIA con un mayor riesgo de sufrir posteriormente un accidente cerebrovascular en comparación con los participantes del grupo de control sin TIA. El riesgo de accidente cerebrovascular después de un TIA fue menor en períodos más recientes.

Importancia

Una estimación precisa de la relación entre el TIA y el riesgo de sufrir posteriormente un accidente cerebrovascular puede ayudar a mejorar las medidas de prevención y limitar la carga de los accidentes cerebrovasculares en la población.

LA IMPORTANCIA DE LA ACTUALIZACIÓN DE LA HISTORIA MÉDICA (MHU):

¿Y POR QUÉ LE PEDIMOS QUE LA COMPLETE?

El Estudio del Corazón de Framingham es excepcionalmente único debido a la gran cantidad de participantes dedicados. La actualización anual (MHU), nos permite mantener al día la información de salud de nuestros participantes contenida en nuestros archivos. Una vez completado el cuestionario, nos ocupamos de recoger y validar los registros médicos. Toda la información de los participantes se anonimiza antes de enviarla a nuestro archivo de datos.

La MHU cierra la brecha entre exámenes, lo que nos permite obtener más información sobre su historia médica. Esta información abarca problemas cardíacos, neurológicos, circulatorios y de otro tipo que pueda haber experimentado desde la última vez que compartió su información de salud con nosotros. El proceso de actualización anual garantiza que los investigadores dispongan de una historia médica completa y precisa, y puedan utilizar los datos para informar y comprender las tendencias en materia de salud. Estos datos son especialmente útiles para detectar problemas de salud que se desarrollan lentamente y pueden afectar negativamente a una persona, tales como las enfermedades cardíacas y los problemas de memoria.

Cuando los investigadores descubren una tendencia o una enfermedad, pueden utilizar los datos recogidos en años anteriores para determinar la causa o los factores de riesgo. Como resultado, los investigadores de todo el mundo pueden utilizar, con debida autorización, los datos del archivo del FHS. En 2021, se escribieron más de 170 artículos científicos, lo que demuestra el gran interés que suscita la utilización de los datos.

Su participación en nuestra actualización anual de la salud desempeña un papel vital en mejorar la salud de todas las personas, incluida la suya.

Gracias por su continuo apoyo y participación en el proceso de MHU.



¡AYÚDENOS A MANTENER ACTUAL-IZADA SU INFORMACIÓN DE SALUD!

Su importante información contribuve a las investigaciones en curso en el FHS

Llámenos, o envíenos un texto o un correo electrónico 508-935-3428 | 1-866-466-2040

fhsmhu@bu.edu Puede completar la actualización de su historia médica por teléfono con el personal del FHS o hacerlo usted mismo a través

de un enlace enviado por correo electrónico o un formulario impreso enviado por correo postal.







www.framinghamheartstudy.org | 5



INFORME DE PROGRESO DEL DR. VASAN RAMACHANDRAN

Espero sinceramente que tanto ustedes como sus familias gocen de buena salud. En el Estudio del Corazón les estamos muy agradecidos por sus continuas contribuciones, aún con la pandemia de COVID-19. A pesar del aumento de contagios con las variantes delta y ómicron, ustedes siguieron contribuyendo al Estudio del Corazón con exámenes en persona, televisitas y actualizaciones de su historia médica. Hasta la fecha, hemos completado aproximadamente el 70% del ciclo de exámenes para Offspring (Examen 10) y OMNI 1 (Examen 5). Esperamos acelerar el ritmo y completar el resto de los exámenes durante el próximo trimestre, ya que los casos de COVID-19 en Massachusetts continúan disminuyendo. Durante todo el período de pandemia, las consultas del Estudio del Corazón se realizan con el máximo nivel de precauciones para salvaguardar a cada uno de ustedes. El personal de nuestro centro de investigaciones está completamente vacunado, incluso con la dosis de refuerzo, y sigue sometiéndose a pruebas semanales basadas en la PCR para detectar el virus que causa la COVID-19. Seguimos estrictamente las directrices de los CDC y de nuestro estado y continuamos con las mejoras de nuestro sistema de ventilación en el edificio Perini. Esperamos ver pronto a los participantes de Gen 2 y Omni 1 que están a la espera de sus exámenes en persona, estaremos en contacto!

El cuarto examen de las cohortes Gen 3, Omni 2 y NOS está programado para comenzar en la temporada de otoño de este año. Nuestros preparativos para este examen continúan. El contenido del examen comenzará a perfilarse a medida que se vayan financiando las subvenciones federales que lo definirán. En los próximos meses tendremos una idea definitiva de todos los componentes del examen. Nos mantendremos en contacto y les proporcionaremos los detalles conforme vayan avanzando nuestros planes. Las últimas indicaciones son que tendremos un examen muy interesante, con algunas pruebas nuevas que proporcionarán excelente información científica. Estamos muy ansiosos por verlos en el otoño en nuestro centro de investigaciones del FHS en el edificio Perini. También quiero agradecer a todas las cohortes del FHS por su participación y apoyo en el estudio nacional sobre el COVID-19, denominado C4R y respaldado por los NIH, en el que el FHS se asoció junto con otras trece cohortes. Gracias a sus respuestas detalladas a nuestros cuestionarios sobre el COVID y a nuestra solicitud de envío de manchas de sangre seca, se están obteniendo datos científicos muy valiosos, que ayudarán a nuestro país a responder mejor a la pandemia actual y otras futuras.

Esperamos poder servir a cada uno de ustedes este año, ya sea por teléfono o en persona en nuestro centro de investigaciones. Les estamos muy agradecidos por su continua participación en nuestra misión científica.

Con gran afecto y cordialidad,

Vasan S. Ramachandran, M.D., DM, FACC

Estudio del Corazón de Framingham, Escuela de Medicina de la Universidad de Boston Investigador principal y director de la Universidad de Boston, Estudio del Corazón de Framingham



ESTUDIANTES DEL ÚLTIMO AÑO DE LA ESCUELA SECUNDARIA: PARTICIPEN EN EL CONCURSO DE ENSAYOS DAWBER DE 2022 POR \$1500

Los miembros del consejo de Amigos del FHS y su presidente, John Galvani, anunciaron dos becas para 2022 basadas en un concurso de ensayos: un premio de \$1,500 y otro de \$750.

Elegibilidad: disponible para los hijos/as, hijastros/as y nietos/as de los participantes del FHS. Los solicitantes deben graduarse de la escuela secundaria este año y planear asistir a una universidad en el otoño de 2022.

Requisitos para participar: solo se necesitan dos elementos: 1) un correo electrónico con el nombre, dirección y número de teléfono del solicitante, así como sus planes respecto de la universidad y de su carrera (una descripción de dos oraciones, aproximadamente), y 2) un ensayo de 1,000 palabras titulado **Qué significa ser un participante en una investigación médica del Estudio del Corazón de Framingham.** Los solicitantes deberán contar una historia, hacer una entrevista o seguir cualquier otro ángulo de interés. Verifique los hechos y revise el ensayo antes de enviarlo. Envíelo por correo electrónico como archivo adjunto a fhsinbox@bu.edu antes del lunes 18 de abril de 2022. Confirmaremos la recepción de cada ensayo dentro de un día hábil. Si no recibe confirmación, llame al (508) 935-3443. Los Amigos revisarán los ensayos y notificarán a los premiados antes del 17 de mayo de 2022. Se invitará a los ganadores a recibir sus premios en el centro de investigaciones del FHS.



PRIMER PUESTO EN 2021 **Faith Wardwell**



SEGUNDO PUESTO EN 2021 Grace Doloher



Mensaje de los Amigos del Estudio del Corazón de Framingham

Estimados participantes: somos voluntarios participantes de las cohortes Offspring (segunda generación), Gen 3 (tercera generación) y Omni, y nos reunimos periódicamente durante el año como miembros del consejo directivo de Amigos del

Estudio del Corazón de Framingham. Con los fondos donados a los Amigos, brindamos apoyo para artículos y actividades del FHS, como subvenciones para viajes ocasionales de los investigadores del FHS que asisten a conferencias científicas, equipo audiovisual para conferencias a distancia con colaboradores, becas anuales para graduados de la escuela secundaria que van a la universidad, y las tarjetas de ECG que se envían a los participantes después de las visitas a la clínica. Con su ayuda, podremos colaborar más con el FHS en sus investigaciones innovadoras para mejorar la salud pública en relación con las enfermedades cardíacas, diabetes, cáncer, trastornos del sueño, envejecimiento y la enfermedad de Alzheimer.

Los Amigos del FHS es una organización 501 (c)(3) sin fines de lucro que se sustenta únicamente con donaciones. Lo invitamos a contribuir con una donación a modo personal o en memoria u honor de un familiar o amigo. Ninguna donación es demasiado pequeña ni demasiado grande y todas son deducibles de impuestos.

Para donaciones:

Envíe un cheque a nombre de: "Friends of the FHS" a la siguiente dirección:

Rebecca Bennett ATTN: Friends of the FHS 73 Mt. Wayte Ave., Suite 2 Framingham, MA 01702

Trustees of Boston University National Heart, Lung, and Blood Institute Framingham Heart Study

73 Mt. Wayte Avenue Framingham, MA 01702

RETURN SERVICE REQUESTED

www.framinghamheartstudy.org





CONTÁCTENOS

Número principal del FHS (508) 872-6562 u (800) 854-7582

Participantes de Offspring (segunda generación), Gen 3 y Omni Maureen Valentino (508) 935-3417, (800) 536-4143

o maureenv@bu.edu o SMS al (508) 935-3417

Si habla español, comuniquese con Patricia Olea-Fichtel (508) 935-3485 o polea@bu.edu

Donación de cerebro Servicio de respuesta o buscador del Programa sobre el Envejecimiento del Cerebro 1-(877) 993-6667

Coordinadora de Participantes del Programa sobre el Envejecimiento del Cerebro **Sophie Donohue** (508) 663-4078

Coordinadora de pruebas cognitivas y accidentes cerebrovasculares Katherine O'Malley (508) 663-4059 o keomall@bu.edu

Coordinadora del estudio de MRI/PET Vicki Peterson (508) 935-3468 o vpeters@bu.edu

Si forma parte de las cohortes Gen 3, OMNI 2 o New Offspring Spouse y se siente excluido, no se preocupe...

¡El examen 4 llegará muy pronto!

Estén atentos a nuestro boletín de otoño de 2022 para obtener más detalles.