Las necesidades de bienestar y cuidado personal CRECEN DURANTE LA PANDEMIA para las latinas y las mujeres negras 50+

Las latinas y las mujeres negras de edad 50+ que sufren el estrés de la pandemia renuevan su énfasis en la salud interior, el autocuidado y el bienestar personal.

1

Desde el comienzo de la pandemia, la mayoría de **las latinas y las mujeres negras 50+** se han enfocado más en su salud y bienestar.

Salud > Apariencia

63%

de las latinas y las mujeres negras 50+ se enfocan más en su salud que en su aspecto físico durante la pandemia.

Paz interior > Belleza exterior

60% de las latinas 50+

se han concentrado más en su paz interior que en su belleza exterior.

58% de las mujeres negras 50+

se han concentrado más en su paz interior que en su belleza exterior.

Fuentes: Las Latinas y la belleza con el paso de los años: una reflexión cultural 2021
Mirror/Mirror: AARP Survey of Black Women's Reflections on Beauty, Age, and Media (2021)

Contactos: Colette Thayer, Ph.D. | cthayer@aarp.org;
Angela Houghton | ahoughton@aarp.org.

Preguntas de los medios: media@aarp.org, <https://doi.org/10.26419/res.00429.009>
aarp.org/bienestarlatinas

2

La pandemia ha pasado factura física y emocional a **las latinas y las mujeres negras 50+**.

Problemas para dormir

63% de las latinas 50+

han tenido **problemas para dormir** desde que comenzó la pandemia.

49% de las mujeres negras 50+

han tenido **problemas para dormir** desde que comenzó la pandemia.

Caída del cabello

29% de las latinas 50+

han sufrido **pérdida o escasez de cabello** durante la pandemia.

19% de las mujeres negras 50+

han sufrido **pérdida o escasez de cabello** durante la pandemia.

Problemas de peso o alimentación

69% de las latinas 50+

han tenido **problemas de peso o alimentación** desde que comenzó la pandemia.

62% de las mujeres negras 50+

han tenido **problemas de peso o alimentación** desde que comenzó la pandemia.

Rechinamiento dental o apretamiento mandibular

27% de las latinas 50+

han sufrido **rechinamiento dental o apretamiento mandibular** durante la pandemia.

11% de las mujeres negras 50+

han sufrido **rechinamiento dental o apretamiento mandibular** durante la pandemia.