

Estimados Padres o Tutores,

El enfoque actual de la clase de salud de su hijo(a) está dirigido hacia las relaciones sociales. Durante la adolescencia, los jóvenes empiezan a confiar cada vez más en los amigos para obtener consejo y aprobación. A medida que la confianza de los adolescentes cambia de los padres a los amigos, es importante que los adolescentes empiecen a desarrollar un entendimiento más maduro de la dinámica de las relaciones. En la clase de salud, su hijo(a) aprenderá sobre las diferentes clases de amistad, los efectos de la presión social, técnicas para resistirse a la presión social, comportamientos saludables y responsables en las citas, y los méritos de la abstinencia. Todos estos aspectos juegan un papel importante para ayudar a los adolescentes a tomar decisiones saludables sobre la actividad sexual. Las buenas noticias: De acuerdo con información suministrada por el Departamento de Salud y Servicios Humanos y el Centro para el Control y Prevención de Enfermedades, los partos de adolescentes son ahora un 22 por ciento menos que en la década pasada.

Algunas cuestiones que su hijo(a) explorará en este capítulo incluyen: *¿Cuáles son los efectos positivos y negativos de la pareja y los amigos en la salud física, mental/emocional y social? ¿Cuál es la dinámica de los grupos sociales? ¿Cuáles son las estrategias necesarias para mantener y mejorar relaciones saludables? ¿Cómo funciona la presión de pareja? ¿Cuáles son algunas estrategias que sirven para reducir los efectos de la presión de pareja? ¿Cuál es la diferencia entre comunicación agresiva, afirmativa, y pasiva? ¿Cómo el comportamiento en las citas fomenta el respeto mutuo mientras previene comportamientos no saludables? ¿Cómo pueden ser establecidos los límites para evitar comportamientos arriesgados en las citas? ¿Cuáles son los riesgos involucrados en la actividad sexual? ¿Cuáles son los beneficios de la abstinencia a corto y largo plazo? ¿Cuáles son algunas estrategias que ayudan a los adolescentes a permanecer abstinentes?*

Por favor refuerce nuestro trabajo en clase, conversando con su hijo(a) acerca de uno o más de los siguientes temas:

- Pida a su hijo(a) que identifique tres tipos de amistades. Pida a su hijo(a) que nombre una persona con quien él o ella mantenga cada tipo de amistad. A su turno, comparta información similar con su hijo(a)
- Discuta con su hijo(a) los instantes específicos cuando puede ser ejercida la presión de los compañeros. Hable sobre las formas en las que la presión puede ser aplicada, y los métodos para resistirla.
- Discuta con su hijo(a) la necesidad de establecer límites cuando sale con alguien. Hable sobre estrategias circunstanciales que puedan ayudar a evitar comportamientos arriesgados.
- Discuta con su hijo(a) las consecuencias morales, legales, físicas, y potencialmente alteradoras de la vida producidas por la actividad sexual prematrimonial. Pida a su hijo(a) que explique los beneficios de la abstinencia.

Por favor planee otras actividades que usted considere que puedan ayudar para que su hijo(a) mantenga o desarrolle relaciones positivas de compañerismo y tome decisiones saludables en sus citas. Gracias por contribuir a nuestro trabajo en clase. No dude en ponerse en contacto conmigo si desea conversar acerca de la educación sobre salud de su hijo(a).

Atentamente,

Profesor(a) de Salud