

Estimados padres o tutores,

Para los estadounidenses de todas las edades, las enfermedades del corazón y el cáncer siguen siendo las principales causas de mortalidad, produciendo más del 50% de todas las muertes. La diabetes de tipo 2 es causal de más del 90 por ciento de todos los casos de esta enfermedad. La proporción casi epidémica de la diabetes de tipo 2 se debe en parte a la predominancia de la obesidad y de un modo de vida inactivo. En este capítulo examinaremos las enfermedades del corazón, el cáncer, la diabetes, y otras enfermedades no transmisibles, a fin de aprender a reducir los factores de riesgo asociados con estas enfermedades.

Algunas de las cuestiones que su hijo(a) investigará en este capítulo son: *¿Cuáles son los diferentes tipos de enfermedades cardiovasculares? ¿Cuáles son los factores de riesgo para las enfermedades cardiovasculares? ¿Cuáles de estos factores se pueden controlar? ¿Cuáles son los factores de riesgo para el cáncer? ¿Cómo se detecta y se trata el cáncer? ¿Qué son las alergias? ¿Cómo se maneja el asma? ¿Cuáles son los síntomas de la diabetes? ¿Cuál es el papel de la insulina en la diabetes? ¿Cómo afecta al cuerpo la artritis? ¿Cómo ayudan a la gente los avances de la ciencia y la tecnología, para que superen las limitaciones físicas? ¿Qué cambios puede hacer la sociedad para ofrecer igualdad de oportunidades a la gente con limitaciones físicas y mentales?*

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

- Discuta la historia médica de su familia con su hijo(a). Busquen patrones de enfermedades no transmisibles. Haga énfasis en que muchas enfermedades no transmisibles se pueden prevenir o tratar efectivamente; una mayor conciencia de la historia médica de su familia puede ayudar a moldear comportamientos que puedan reducir el riesgo de estas enfermedades.
- Discuta cualquier factor controlable, tales como la nutrición, el ejercicio, la abstinencia de las drogas y el tabaco, que puede ayudar a que su hijo(a) reduzca el riesgo de contraer cáncer o enfermedades del corazón. Juntos, generen estrategias para el desarrollo y el mantenimiento de comportamientos saludables.
- Pida a su hijo(a) que explique cómo las alergias, el asma, y ciertos tipos de diabetes, son causados por respuestas del sistema inmunológico. Encuentren el índice de contaminación atmosférica en la sección meteorológica de su periódico local, y ayude a que su hijo(a) entienda el significado de dicho índice y cómo la mala calidad del aire afecta a las personas con asma y con otras dificultades respiratorias.
- Hable con su hijo(a) sobre los tipos de retos que enfrentan las personas con incapacidades físicas o mentales. Ayude a su hijo(a) para que investigue cualesquiera cambios que haya realizado su gobierno estatal o local para cumplir con el Acta de Ley sobre Estadounidenses Incapacitados de 1990.

Espero que el conocimiento que su hijo(a) adquiera durante nuestro estudio de las enfermedades no transmisibles le ayude a tomar decisiones saludables. 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