

Recuperándose de la adicción y la codependencia

Estimados Padres o Tutores,

En la clase de salud, su hijo(a) está estudiando el asunto complejo de la adicción. Definimos a la adicción como la dependencia fisiológica o psicológica de una sustancia o actividad. Aunque esta definición abarca muchos tipos de adicción, inclusive a la comida o a los juegos de azar, vamos a concentrarnos en la adicción al alcohol y otras drogas.

Estas son algunas de las cuestiones que su hijo(a) va a investigar al estudiar este capítulo: *¿Cuáles son los signos que nos advierten de que hay una adicción? ¿Cómo es que la intervención ayuda a las personas a recuperarse de una adicción? ¿Adónde pueden recurrir los adictos que necesitan ayuda? ¿Qué es la codependencia? ¿Por qué se considera a la adicción como una enfermedad familiar? ¿Qué fuentes de ayuda están disponibles para quienes están involucrados en las vidas de personas alcohólicas o con otro tipo de adicción?*

Para reforzar y ampliar nuestro trabajo de clase, por favor prepárese para realizar una o más de las siguientes actividades con su hijo(a) adolescente:

- Pídale a su hijo(a) que le describa el proceso de la adicción.
- Juntos, averiguen qué servicios ofrece su comunidad para el tratamiento de la adicción a las drogas y el alcohol. Hagan una lista de direcciones y números de teléfono de organizaciones que puedan prestar ayuda a un amigo o pariente que la necesite.
- Con su hijo(a), escriban una carta a un amigo imaginario o a un pariente que esté preocupado por la adicción de un ser querido. Anímenlo y ofrézcanle su apoyo.

Por favor organice otras actividades que Ud. crea que ayudarán a su hijo(a) a comprender la importancia de escoger vivir sin consumir este tipo de sustancias. Gracias por apoyar nuestro trabajo de clase. No dude en ponerse en contacto conmigo si desea conversar acerca de la educación sobre salud de su hijo(a).

Atentamente,

Maestro(a) de Salud