

Estimados Padres o Tutores,

En la actualidad, en la clase de salud de su hijo(a) estamos estudiando el tabaco y como éste afecta de igual manera a los usuarios y a los que no son usuarios. Específicamente, los estudiantes aprenderán sobre los efectos que el uso del tabaco y la exposición al humo del tabaco producen en el cuerpo. Como Uds. saben, el tabaco es una sustancia extremadamente peligrosa y altamente causante de adicciones debido a la nicotina que contiene. El tabaco está fuertemente asociado a las enfermedades del corazón, a varios tipos de cáncer y a muchas otras enfermedades. Por lo tanto, el foco de nuestros estudios serán los efectos dañinos del tabaco y los beneficios de una vida libre de tabaco.

Algunos de los asuntos que su hijo(a) adolescente va a investigar incluyen: *¿Qué hay en el tabaco que causa problemas en la salud? ¿Cuáles son las partes del cuerpo que son afectadas por el tabaco? ¿Cómo puedo cuidar mis pulmones? ¿Por qué la gente se vuelve adicta al tabaco? ¿Cómo puedo mantenerme libre del tabaco? ¿Cuáles son algunas de las maneras de terminar con el hábito del tabaco?*

Con el fin de reforzar y enriquecer el trabajo de la clase, por favor, tómense unas horas dentro de las próximas semanas para completar una o más de las siguientes actividades, con su hijo(a):

- Estén disponibles para contestar preguntas y conversar sobre las preocupaciones que su hijo(a) pueda tener en relación al tabaco.
- Juntos, busquen anuncios comerciales de cigarrillos en revistas. Conversen sobre las imágenes que los anuncios usan para convencer a la gente de que fume. Conversen sobre qué es lo que las imágenes muestran y qué es lo que no le dicen al lector sobre los efectos del fumar.
- Si alguna vez uno de Uds. fue fumador, comparta las razones por las cuales comenzó a fumar y los métodos que usó para dejar de fumar. Si Ud. todavía fuma, converse sobre los efectos que esto tiene en su vida, hoy en día.
- Hagan una lista de la gente que Uds. todos conocen y que ha dejado de fumar. Luego, entrevístenlos y averiguen por qué y como dejaron de fumar.

Por favor, siéntase libres de involucrarse en otras actividades que Uds. consideren que puedan ayudar a su hijo(a) a evitar el uso del tabaco. Gracias por su apoyo a las actividades escolares. Como siempre, pueden contactarme para mayor información, si así lo desean.

Atentamente,

Maestro(a) de Salud