

Estimados Padres o Tutores,

Actualmente, la clase de salud de su hijo(a) adolescente está aprendiendo sobre el alcohol y las drogas. Comenzaremos con la discusión de los efectos sobre el cuerpo del uso y abuso del alcohol y cómo el mal uso y abuso de las drogas puede afectar la salud. Específicamente, los estudiantes aprenderán a reconocer los riesgos que el alcohol y las drogas ponen sobre la salud física, mental/emocional y social. Estudiaremos el proceso de la adicción y del retiro del uso del alcohol y las drogas e investigaremos maneras de evitar el consumo de drogas.

Algunos de los asuntos que su hijo(a) adolescente va a investigar incluyen: *¿Por qué cada persona reacciona de manera diferente al alcohol? ¿Qué es alcoholismo y qué se puede hacer al respecto? ¿De qué maneras la gente hace mal uso y abusa de las drogas? ¿Cuáles son las partes del sistema nervioso? ¿Cómo pueden el alcohol y las drogas afectar mis pensamientos y emociones? ¿Cuáles son algunas de las razones para evitar el consumo de drogas? ¿Cuáles otras alternativas existen además del alcohol y las drogas? ¿Por qué es tan difícil dejar las drogas?*

El alcohol es la droga más comunmente usada en el país. Aunque es ilegal para las personas menores de 21 años tomar alcohol, la edad promedio para la primera bebida alcohólica es 13 años. Igualmente, una encuesta de opinión actualmente en proceso muestra un aumento permanente del consumo ilegal de drogas entre los adolescentes en los últimos años. Entre 1991 y 1996, el porcentaje de estudiantes del octavo grado que consume drogas se ha duplicado. Con estadísticas como ésta, es una prioridad hacer que los adolescentes se den cuenta de los riesgos del uso de las drogas y el alcohol.

Con el fin de reforzar y enriquecer el trabajo de la clase, por favor, tómense unas horas en 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 sobre el consumo de drogas y alcohol.
- Juntos, busquen anuncios comerciales de bebidas alcohólicas en revistas. Conversen sobre las imágenes que los anuncios usan para convencer a la gente de que tomen bebidas alcohólicas. Conversen sobre si las imágenes son acertadas y qué dicen y qué no dicen sobre los efectos del alcohol.
- Con el fin de ayudar a su hijo(a) a aprender a decir no, efectúen un simulacro de una situación en donde el uno trate de convencer al otro que no use drogas. Luego cambien los papeles.
- Estimule a su hijo(a) a compartir con Uds. lo que ha aprendido acerca de los efectos del alcohol sobre la coordinación motora.

Por favor, siéntanse libres de involucrarse en otras actividades que puedan estimular a su hijo(a) a desarrollar una mayor comprensión de los riesgos envueltos en el uso de drogas. Con este conocimiento su hijo(a) estará mejor preparado para nunca consumir drogas y alcohol. Gracias por su apoyo al trabajo escolar. Como siempre, pueden contactarme para mayor información, si así lo desean.

Atentamente,

Maestro(a) de Salud