

Estimados Padres o Tutores,

Actualmente, en la clase de salud su hijo(a) está estudiando las enfermedades contagiosas, aquellas que son transmisibles de una persona a otra. Estamos estudiando como se propagan las enfermedades contagiosas y como el cuerpo humano se defiende contra los gérmenes y las enfermedades. También estamos estudiando las características de algunas enfermedades contagiosas comunes, como el sarampión, la hepatitis y la tuberculosis y los estilos de vida que nos ayudan a protegernos contra estas enfermedades. Concluiremos nuestro estudio con las enfermedades transmitidas sexualmente, incluyendo el VIH/SIDA.

Algunos de los asuntos que su hijo(a) adolescente va a investigar incluyen: *¿Qué causa las enfermedades y como éstas se propagan? ¿Cómo trabaja el sistema de inmunidad? ¿Cuál es la enfermedad contagiosa más común? ¿Cómo puedo evitar las enfermedades contagiosas? ¿Cómo puedo proteger a otras personas contra las enfermedades contagiosas? ¿Qué es una enfermedad transmitida sexualmente y cuál es la mejor forma de evitarlas? ¿Cómo se contagia el SIDA y qué puedo hacer para evitarlo?*

Quisiera llamar especialmente su atención sobre las últimas dos preguntas. La respuesta más simple es la abstinencia de actividades sexuales antes del matrimonio. A medida que enfoquemos los asuntos relacionados con las enfermedades transmitidas sexualmente, haremos énfasis en la abstinencia como una de las decisiones más importantes que la gente joven puede tomar. Además, su hijo(a) adolescente aprenderá maneras concretas para evitar ser coaccionado(a) a tener relaciones sexuales.

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):

- Visiten juntos una farmacia. Identifiquen y conversen sobre el valor de las diferentes medicinas que se pueden comprar sin receta médica, tales como las medicinas para la gripe, el resfriado, los dolores de cabeza y las infecciones de la sinusitis.
- Desarrollen un plan de salud casero para reducir al mínimo las enfermedades en su hogar. Estimule a su hijo(a) a que sugiera métodos apropiados aprendidos en la clase y apoye su implementación.
- Conversen sobre la última vez que cada uno de Uds. tuvo gripe o resfriado. Describan lo que cada uno de Uds. hizo para reducir al mínimo los síntomas y el malestar. Conversen sobre lo que pueden hacer cuando Uds. tengan gripe o resfriado para evitar un contagio al resto de la familia.
- Juntos, determinen cuáles artículos para el cuidado de la salud tienen Uds. en el hogar. Decidan si necesitan otros. Si es así, visiten juntos la farmacia para comprarlos.
- Póngase a la disposición para contestar preguntas y conversar sobre las preocupaciones que pueda tener su hijo(a) sobre las enfermedades contagiosas sexualmente, incluyendo el VIH/SIDA.

Por favor, siéntanse libres de involucrarse en otras actividades que Uds. consideren que puedan ayudar a su hijo(a) a desarrollar un mejor entendimiento de las enfermedades contagiosas. Esto podría ayudarle a todos a evitar el contagio de estas enfermedades. Gracias por su apoyo. Contáctenme si lo desean.

Atentamente,

Maestro(a) de Salud