

## A los Padres: Carta y Actividades

Estimados Padres o Tutores,

Actualmente, en la clase de salud estamos estudiando como los seres humanos se desarrollan desde su concepción hasta la edad adulta. Los estudiantes estudiarán los cambios físicos, mentales/emocionales y sociales que, generalmente, ocurren durante la adolescencia. Ellos aprenderán los efectos que el sistema endocrino ejerce sobre el crecimiento y el desarrollo y como trabaja el sistema reproductivo masculino y femenino.

Algunos de los asuntos que su hijo(a) adolescente va a investigar incluyen: *¿Cuáles cambios físicos ocurren durante la adolescencia? ¿Cuáles son las glándulas principales del sistema endocrino, dónde están situadas, qué hacen? ¿Cuáles son las partes del sistema reproductivo femenino y masculino y cuáles son sus funciones? ¿Cómo se desarrolla un bebé antes del nacimiento? ¿Cuáles factores afectan el desarrollo de un bebé? ¿Cuáles son las etapas de la vida? ¿Cómo la gente enfrenta a la muerte y cómo maneja sus sentimientos respecto a la muerte?*

Estos cambios pueden ser causa de confusión para los adolescentes. Durante la adolescencia, los adolescentes no sólo comienzan a cambiar físicamente, sino también mental, emocional y socialmente. Su hijo(a) puede experimentar la adolescencia con confianza, si aprende sobre estos cambios. Su participación en esta exploración del crecimiento y desarrollo es vital.

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

- Juntos, vean fotos o cintas de video que muestren a su hijo(a) en edades tempranas. Conversen sobre los cambios físicos que han ocurrido desde que se tomaron esas fotos.
- Conversen sobre como los intereses de su hijo(a) han cambiado en los últimos cinco, seis, o más años. Estimule a su hijo(a) a que hable sobre sus intereses actuales y a especular acerca de qué le podría interesar en el futuro.
- Comparta con su hijo(a) algunos aspectos de su propia adolescencia. Por ejemplo, conversen sobre las actividades que Ud. y sus amigos disfrutaban. Conversen sobre algunos de los sentimientos y emociones que Ud. experimentó.

Por favor, siéntanse libres de involucrarse en otras actividades que Uds. consideren que puedan ayudar a su hijo(a) adolescente a entender el proceso del crecimiento y desarrollo hacia una edad adulta saludable. Uno de los mejores regalos que Ud. puede darle a su hijo(a) es su apoyo y comprensión durante la adolescencia. Como siempre, pueden contactarme para mayor información, cuando así lo deseen.

Atentamente,

Maestro(a) de Salud