

A los Padres: Carta y Actividades

Estimados Padres o Tutores:

Estamos estudiando las enfermedades contagiosas—aquellas que son transmitidas de persona a persona—en la clase de salud de su hijo(a). Específicamente, estamos estudiando los mejores métodos de prevenir la transmisión de enfermedades y los modos en que el cuerpo humano se defiende de éstas. También estamos investigando las características de algunas enfermedades contagiosas comunes, como el sarampión y la hepatitis. Concluiremos con el estudio de las enfermedades transmitidas sexualmente y el VIH/SIDA.

Algunas preguntas que su adolescente va a contestar mientras investigamos estos tópicos son: *¿Cómo puedo evitar que se me peguen gérmenes que causan enfermedades y cómo puedo evitar contagiar yo a otras personas? ¿Si estoy rodeado(a) de gérmenes, por qué no estoy enfermo(a) todo el tiempo? ¿Cuál es la causa del catarro, y cómo se puede curar? ¿Cuál es la mejor manera de no contraer una enfermedad transmitida sexualmente? ¿Qué puedo hacer para evitar el SIDA?* y otros más.

Quisiera dirigir su atención a las últimas dos preguntas en especial. La respuesta a las dos es, sencillamente, la abstinencia. Nuestro estudio insistirá en que “elegir la abstinencia es una de las decisiones más importantes para la salud que puedes hacer jamás.” Su adolescente aprenderá métodos concretos para evitar ser coaccionado a tener relaciones sexuales. Nuestro objetivo es alentar a los muchachos a que elijan la abstinencia y a que se sientan satisfechos con su decisión.

Para reforzar y enriquecer el trabajo de la clase, por favor complete por lo menos una de las siguientes actividades con su hijo(a):

- Diseñen un Plan de Acción del Hogar para reducir las enfermedades al mínimo. Permitan que su chico(a) dé como sugerencias los métodos que ha aprendido en la clase y apoyen su implementación.
- Ayuden a que su adolescente obtenga y mantenga copias de sus inmunizaciones.
- Visiten la farmacia y comparen distintos remedios para el catarro.
- Juntos hagan una lista de medicinas y otros artículos para la salud que se deben tener en casa.
- Pónganse a la disposición de su hijo para contestar preguntas y hablar sobre temas que le interesen o preocupen sobre las enfermedades transmitidas sexualmente y el VIH/SIDA.

Por supuesto, empleen otros medios que Uds. crean que ayuden a su hijo(a) a entender mejor las enfermedades contagiosas. Gracias por apoyar nuestro trabajo de clase. Como siempre, si desean más información, estoy a su disposición.

Atentamente,

Maestro(a) de Salud