

Capítulo**4****A los Padres: Carta y Actividades**

Estimados Padres o Tutores:

La clase de salud de su hijo está estudiando el cuidado de la salud personal. Los temas incluyen cómo mantener los dientes, la piel y el cabello saludables; cómo proteger la vista y el oído; cómo seleccionar productos de la salud o la higiene personal; y cómo comparar los servicios médicos en la comunidad.

Algunas preguntas que considerará su hijo incluyen: *¿Cómo puedo cuidar mis dientes, piel y cabello? ¿Por qué necesitan algunas personas llevar gafas o lentes de contacto? ¿Cómo puedo escoger entre tantos productos de la salud o de la higiene personal? ¿Cómo decido a qué médico debo acudir cuando estoy enfermo?*

Para reforzar y enriquecer el trabajo de la clase, por favor tomen unas horas durante las próximas semanas para llevar a cabo por lo menos una de las siguientes actividades con su hijo.

- Animen a su hijo o hija a identificar las buenas costumbres que Uds. practican para cuidar de sus dientes, piel y cabello. Conversen sobre cómo estos buenos hábitos afectan su salud total.
- Visiten con su hijo o hija a una tienda para comparar varias marcas de un producto para la higiene personal, por ejemplo pasta de dientes o champú. Tomen en cuenta los precios, las características del producto, y las garantías que ofrecen los fabricantes. Juntos, seleccionen la marca que más les conviene.
- Hablen sobre los servicios médicos en su comunidad. Expliquen algunas de las razones por las cuales Uds. escogen ciertos servicios.

Por favor participen en otras actividades que Uds. crean que ayudarán a su hijo a tener buenos hábitos del cuidado de la salud personal. Muchas gracias por su atención. Quedo, como siempre, a su disposición.

Atentamente,

Maestro de Salud