

Capítulo**9****A los Padres: Carta y Actividades**

Estimados Padres o Tutores:

La clase de salud de su hijo está estudiando el alcohol y otras drogas. Los temas incluyen los efectos del alcohol en el cuerpo, el uso saludable de las medicinas, los peligros de abusar drogas, y distintos métodos de evitar sustancias que perjudican la salud.

Algunas preguntas que considerará su hijo incluyen: *¿Qué efecto tiene el consumo del alcohol en la salud? ¿Cómo puedo usar las medicinas con seguridad? ¿Qué estrategias puedo usar para evitar el alcohol y otras drogas?* Con su ayuda, su hijo puede explorar estas preguntas con confianza y obtener respuestas que le permitirán tomar decisiones importantes durante su vida.

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.

- Hablen con su hijo o hija sobre los procedimientos seguros que Uds. siguen al usar medicinas-las que necesitan recetas y las que no. Estudien juntos la etiqueta de un medicamento sin receta.
- Conversen con su hijo o hija sobre los efectos físicos y mentales del uso de alcohol y otras drogas. Hablen de distintas estrategias para rechazar estas sustancias.
- Compartan con su hijo o hija sus propias experiencias rechazando ofertas de alcohol y otras drogas. Con su hijo, identifiquen alternativas saludables al uso de estas sustancias.

Por favor participen en otras actividades que Uds. crean que ayudarán a su hijo a fomentar maneras para evitar el uso de alcohol y otras drogas. Muchas gracias por su atención. Quedo, como siempre, a su disposición.

Atentamente,

Maestro de Salud