

Capítulo 25 Carta y actividades dirigidas a los padres

Estimado padre o tutor:

Las enfermedades cardíacas y el cáncer continúan siendo las principales causas de muerte de los estadounidenses de todas las edades. Estas afecciones representan más del 50 por ciento de todas las muertes registradas. Además, la diabetes se ha convertido en un problema muy grave: la diabetes de tipo 2 representa más del 90 por ciento de todos los casos de esta enfermedad. La proporción casi epidémica alcanzada por la diabetes de tipo 2 se debe en parte a la mayor frecuencia de obesidad y estilos de vida inactivos. En este capítulo, examinaremos las enfermedades no contagiosas para aprender a reducir los factores de riesgo para la salud relacionados con estas enfermedades.

En este capítulo se tratarán los siguientes temas:

- Enfermedades cardiovasculares.
- El cáncer.
- Alergias, asma, diabetes y artritis.
- Retos físicos y mentales.

Puede respaldar nuestro trabajo en clase conversando con su hijo sobre uno o más de los siguientes temas: Converse con su hijo sobre los antecedentes médicos de la familia. Busque patrones de enfermedades no contagiosas. Haga hincapié en que muchas enfermedades no contagiosas se pueden prevenir o tratar en forma efectiva. Una mayor conciencia acerca de los antecedentes médicos familiares puede ayudar a desarrollar conductas que reducen el riesgo de padecer estas enfermedades. Converse sobre los factores controlables, como la nutrición, el ejercicio y la abstinencia de las drogas y el tabaco, que ayudarán a su hijo a reducir su riesgo de padecer cáncer o enfermedades cardíacas. Piense en estrategias para desarrollar y mantener conductas saludables. Pídale a su hijo que le explique cómo las alergias, el asma y ciertos tipos de diabetes son causados por una respuesta del sistema inmunitario. Busque el Índice de Calidad del Aire en la sección del clima del periódico local. Ayude a su hijo a comprender el significado de este índice y cómo la mala calidad del aire afecta a las personas con asma u otras afecciones respiratorias. Converse con su hijo sobre los tipos de retos que enfrentan las personas con discapacidades físicas o mentales. Ayude a su hijo a investigar los cambios que ha hecho su gobierno estatal o local para cumplir con la Ley para Americanos Discapacitados de 1990.

Espero que el conocimiento adquirido por su hijo durante nuestro estudio de las enfermedades no contagiosas lo ayude a tomar decisiones saludables. Gracias por respaldar nuestro trabajo en clase. No dude en comunicarse conmigo si desea hablar sobre la educación de su hijo en materia de salud.

Atentamente,

Su maestro de educación para la salud

Please read our [Terms of Use](#) and [Privacy Notice](#) before you explore our Web site. To report a technical problem with this Web site, please contact [Technical Support](#).