

# Recursos de salud para padres y familias



## **Defensores de los Jóvenes (Advocates for Youth) [www.advocatesforyouth.org/parents-sex-ed-center-home](http://www.advocatesforyouth.org/parents-sex-ed-center-home)**

El Centro de Enseñanza Sexual para Padres (*Parent Sex Ed Center*) de *Advocates for Youth* cuenta con muchas publicaciones y actividades que los padres pueden descargar de la Internet para ayudar a que las familias hablen de temas difíciles, incluso de la sexualidad. He aquí algunas sugerencias:

### **¿Se le pueden hacer preguntas como padre o madre? (*Are You an Askable Parent?*)**

El que *se le puedan hacer preguntas* significa que la gente le vea a usted como persona asequible y abierta a que le hagan preguntas. El que *se le puedan hacer preguntas* sobre la sexualidad es algo que la mayoría de los padres de familia y las personas cuidadoras quisiera lograr, pero que se le hace muy difícil.

### **¿Cuán bien conoce a su hijo o hija? (*How Well Do You Know Your Son or Daughter?*)**

### **¿Cuán bien conoce a sus padres de familia? (*How Well Do You Know Your Parents?*)**

A veces los padres de familia estamos tan ocupados cuidando a nuestros niños que le perdemos la pista a algunos detalles de las vidas de ellos.

Esta actividad es un método magnífico para lograr que los padres y los hijos platiquen.

## **Departamento de Educación de Arizona / Seguridad y Prevención en las Escuelas (Arizona Department of Education, School Safety & Prevention)**

### **Resultado de la Encuesta de Conductas Peligrosas de Jóvenes de Arizona del 2009**

**(Results from the 2009 Arizona Youth Risk Behavior Survey) [www.ade.state.az.us/sa/health/whatsnew.asp](http://www.ade.state.az.us/sa/health/whatsnew.asp)**

El informe resume los hallazgos de la encuesta que se hizo entre estudiantes de preparatoria de Arizona sobre la violencia, el suicidio, el alcohol, el tabaco, otras drogas, los peligros sexuales, el virus VIH y el síndrome de SIDA, las enfermedades venéreas, la imagen que tienen de sus propios cuerpos, la dieta y la actividad física.

## **Instituto Search (Search Institute) <http://www.search-institute.org/developmental-assets-tools>**

Esta página de Internet muestra a los padres cómo fomentar elementos fundamentales del desarrollo, que son los valores con los que se encamina el desarrollo positivo que ayuda a los niños a crecer y llegar a ser adultos responsables y comprensivos. Asegúrese de ver el Generador de Actividades (*Activity Generator*) y el Generador de Pláticas (*Conversation Generator*).

### **ParentFurther [www.parentfurther.com/espanol%20](http://www.parentfurther.com/espanol%20)**

Página de Internet del Instituto Search para la crianza de niños; contiene artículos, videos, pruebas interactivas, encuestas, ideas para animar las relaciones positivas entre compañeros de la misma edad, y asesoría o consejos basados en la investigación acerca de cómo los padres de familia pueden evitar las conductas peligrosas, incluso la actividad sexual temprana o precoz.

## **Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention/CDC's)**

[www.cdc.gov/parents/index.html](http://www.cdc.gov/parents/index.html)

La página de Internet de los CDC's con información para padres de familia (*CDC's Parent Information*) cuenta con un caudal de información que le ayudará a mantener a sus hijos de todas las edades sanos y salvos.

### **Información para padres de familia sobre adolescentes de 12 a 19 años de edad**

**(Parent Information on Teens - ages 12 – 19 years) [www.cdc.gov/parents/teens/index.html](http://www.cdc.gov/parents/teens/index.html)**

Estas páginas de Internet le ayudarán a guiar a su adolescente para que llegue a ser persona adulta sana y de provecho. Cuentan con información sobre cómo evitar las lesiones y la violencia, las conductas peligrosas, los embarazos en la adolescencia, el virus VIH, las enfermedades venéreas y más.

## **Consejo de los Estados Unidos de Información y Enseñanza Sobre la Sexualidad (Sexuality Information and Education Council of the United States / SIECUS)**

### **La amistad, las citas románticas y el amor (*Friendship, Dating, and Love*)**

[www.siecus.org/data/global/pubs/families/FAT\\_spn\\_newsletter\\_V3N1.pdf](http://www.siecus.org/data/global/pubs/families/FAT_spn_newsletter_V3N1.pdf)

Esta hoja con datos proporciona sugerencias para que los padres de familia platiquen con sus hijos acerca de la amistad, las citas románticas y las relaciones de amor, así como las cualidades de las relaciones sanas. Se esbozan sugerencias para niños en los grupos de edades de 5 a 8, de 9 a 12, de 12 a 15 y 15 a 18, e incluye actividades para animar a que las familias platiquen sobre estos asuntos importantes.

## **Secretaría de Educación de los Estados Unidos (U.S. Department of Education)**

### **Ayude a sus hijos al comenzar la adolescencia**

**(Helping Your Child through Early Adolescence) <http://www2.ed.gov/parents/academic/help/hyc.html>**

Este cuaderno se basa en las investigaciones más recientes sobre el desarrollo y el aprendizaje de los adolescentes para contestar preguntas, proporcionar sugerencias y enfrentar asuntos que le resultan tan difíciles a los padres al comenzar la adolescencia de los hijos.

## **Secretaría de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (U.S. Department of Health and Human Services) Servicios para la Toxicomanía y la Salud Mental (Substance Abuse and Mental Health Services)**

### **Ready, Set, Listen!**

[www.toosmartostart.samhsa.gov/tweens/games/default.aspx](http://www.toosmartostart.samhsa.gov/tweens/games/default.aspx)

Se trata de un juego por Internet para entre dos a seis jugadores, con la intención de ayudar a los padres de familia y a los jóvenes a platicar sobre el consumo de alcohol entre menores de edad, por qué no resulta sensato, y cómo prevenirlo.

Para obtener mayor información y recursos, comuníquese con Barb Iversen, Administradora del Programa de Enseñanza Sobre Sexualidad y el Virus HIV del Área de Seguridad y Prevención en las Escuelas del Departamento de Educación de Arizona (*HIV/Sexuality Education Program Administrator at the Arizona Department of Education, School Safety and Prevention*), a su dirección electrónica de [barb.iversen@azed.gov](mailto:barb.iversen@azed.gov) ó al 602-542-8712.