

FULLERTON JOINT UNION HIGH SCHOOL DISTRICT

Carta de notificación a los padres/tutores para la instrucción de salud

Mayo

Estimado padre/tutor:

Le enviamos la presente porque su hijo está inscrito en la clase de salud de la escuela de verano de *Fullerton Joint Union High School District* (Distrito) que se enseña en un entorno en línea con el plan de estudios APEX. La educación de salud en la enseñanza secundaria incluye educación sexual.

La ley del estado de California denominada *California Healthy Youth Act** (Ley de Juventud Saludable de California, CHYA, por sus siglas en inglés) exige que se brinde educación integral sobre salud sexual y prevención del VIH a los estudiantes por lo menos una vez en la escuela intermedia o secundaria y una vez en la preparatoria, a partir del séptimo grado. Según la CHYA, la instrucción debe fomentar a los estudiantes a hablar con sus padres, tutores u otros adultos de confianza sobre la sexualidad humana. La instrucción debe ser médicamente correcta, apropiada para la edad e incluir a todos los estudiantes. Debe incluir lo siguiente:

- Información sobre el VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS), lo que incluye la transmisión, los métodos aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) para prevenir el VIH y las ITS y su tratamiento.
- Información de que la abstinencia es la única forma segura de prevenir los embarazos no deseados y el VIH y otras ITS, e información sobre el valor de retrasar la actividad sexual.
- Discusión sobre las perspectivas de la sociedad con respecto al VIH y el SIDA.
- Información sobre el acceso a recursos de atención médica para la salud sexual y reproductiva.
- Información sobre el embarazo, incluidos métodos de prevención aprobados por la FDA, los resultados del embarazo, la atención prenatal y la ley de entrega segura de recién nacidos.
- Información sobre orientación sexual e identidad de género.
- Información sobre relaciones saludables y cómo evitar conductas y situaciones no saludables.

Los padres/tutores pueden revisar los materiales de instrucción de APEX siguiendo las indicaciones en el enlace que figura a continuación. Asimismo, en un video de dos minutos se explica cómo explorar el plan de estudios APEX.

<https://www.fjuhsd.org/Page/3201>

Si bien los estudiantes deben asistir al resto del curso de salud, los padres tienen derecho a elegir que sus hijos no participen de esta instrucción. Si tiene alguna pregunta, consulte con el director de la escuela de verano en su escuela específica. Si no desea que el estudiante participe en la educación integral sobre salud sexual o prevención del VIH, presente una petición por escrito al director de la escuela de verano de su hijo. Se le asignará una lección alternativa.

Atentamente,

Dr. Karl Zener

Director Ejecutivo de Servicios Administrativos

*CALIFORNIA HEALTHY YOUTH ACT SEXUAL HEALTH EDUCATION: EDUCATION CODE (Ley de Juventud Saludable de California, Educación sexual, Código de Educación del estado de California) Artículos 51930-51939

Descripción del curso

UNIDAD 1: SALUD MENTAL Y EMOCIONAL

- Lección 1: Introducción a la salud
- Lección 2: Su salud mental y emocional
- Lección 3: Prevención del suicidio y la violencia
- Lección 4: Habilidades de comunicación
- Lección 5: Conclusión: Salud mental y emocional

UNIDAD 2: APTITUD FÍSICA Y NUTRICIÓN

- Lección 1: Lineamientos para aptitud física y nutrición
- Lección 2: Amenazas a la aptitud física y la buena nutrición
- Lección 3: Planificación de la aptitud física y la buena nutrición
- Lección 4: Conclusión: Aptitud física y nutrición

UNIDAD 3: DROGAS

- Lección 1: El consumo y abuso de drogas
- Lección 2: La vida sin consumir drogas
- Lección 3: Abogar a favor de un estilo de vida sin drogas
- Lección 4: Conclusión: Drogas

UNIDAD 4: ENFERMEDADES

- Lección 1: Tipos de enfermedades
- Lección 2: Prevenir enfermedades
- Lección 3: Susceptibilidad, detección y tratamiento de enfermedades
- Lección 4: Conclusión: Enfermedades

****UNIDAD 6: SALUD SEXUAL**

Salud y relaciones reproductivas

- Sistemas reproductivos
- El sistema endocrino
- La anatomía reproductiva femenina
- El sistema reproductivo masculino
- La pubertad en las mujeres
- La pubertad en los hombres
- Problemas de salud reproductiva en mujeres
- Problemas de salud reproductiva en hombres

Identidad de género y orientación sexual

- Sexualidad y género
- Orientación sexual
- Estereotipos sexuales
- Estereotipos de género
- Identidad de género
- Diversidad y tolerancia
- Fobias referidas al género y sexualidad
- Sexismo

Salud básica extendida

Health (salud) es un curso de educación sanitaria valioso, basado en habilidades, diseñado para educación general en los grados 9 a 12. *Health* ayuda a los estudiantes a generar conocimiento, actitudes y habilidades esenciales en una variedad de temas relacionados con la salud, incluyendo la salud mental y emocional, la salud social, la nutrición, la aptitud física, consumo y abuso de sustancias, la prevención y el tratamiento de enfermedades, la prevención de lesiones y la seguridad.

Mediante el uso de información accesible, interactividades realistas y aprendizaje basado en proyectos, los estudiantes aplican las habilidades que necesitan para permanecer sanos. Estas habilidades incluyen identificar y acceder a información médica válida, practicar el control autónomo, identificar influencias internas y externas, comunicarse de manera eficaz, tomar decisiones saludables, determinar objetivos y abogar. Los estudiantes que completan el curso *Health* desarrollan las habilidades que necesitan para proteger, mejorar y promover su propia salud y la de otros.

El contenido se basa en las Normas de Salud Nacionales (SHAPE, por sus siglas en inglés) y cumple con las normas estatales.

Duración: un semestre

UNIDAD 1: SALUD MENTAL Y EMOCIONAL

LECCIÓN 1: INTRODUCCIÓN A LA SALUD

Estudio: ¿Qué es la salud? Aprenda los tres componentes que conforman la salud.

Prueba: ¿Qué es la salud? Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Tomar el control de tu salud - Aprenda cómo tomar el control de tu salud.

Prueba: Tomar el control de tu salud - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 2: SALUD MENTAL Y EMOCIONAL

Estudio: Control del estrés y autoestima - Aprenda cómo controlar el estrés.

Prueba: Control del estrés y autoestima - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Influencias sobre la salud mental y emocional - Aprenda cómo el ambiente influye en la salud mental y emocional.

Prueba: Influencias sobre la salud mental y emocional - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 3: PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y LA VIOLENCIA

Estudio: Suicidio - Aprenda las causas y formas de prevenir el suicidio.

Prueba: Suicidio - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Violencia y participación en pandillas - Aprenda las formas de prevenir la violencia.

Prueba: Violencia y participación en pandilla - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 4: HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

Estudio: Estrategias de comunicación - Aprenda estrategias para ayudarle a comunicarse y negociar.

Prueba: Estrategias de comunicación - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIONES: CONCLUSIÓN: SALUD MENTAL Y EMOCIONAL

Repaso: Salud mental y emocional - Preparar para el examen de la unidad mediante la revisión de los conceptos y habilidades clave.

Examen (puntuación por computadora): Salud mental y emocional - Tome un examen puntuado por computadora para evaluar lo que aprendió en la unidad.

Examen (puntuación del docente): Salud mental y emocional - Tome un examen puntuado por el docente para evaluar lo que aprendió en la unidad.

UNIDAD 2: APTITUD FÍSICA Y NUTRICIÓN

LECCIÓN 1: LINEAMIENTOS PARA LA APTITUD FÍSICA Y NUTRICIÓN

Estudio: Aptitud física - Aprenda sobre aptitud física y cómo esta afecta su salud.

Prueba: Aptitud física - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Buena nutrición - Aprenda cómo la comida afecta su salud.

Prueba: Buena nutrición - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 2: AMENAZAS A LA APTITUD FÍSICA Y LA BUENA NUTRICIÓN

Estudio: Evaluar productos, práctica y servicios de salud - Aprenda sobre mitos de salud y cómo evaluar productos y servicios de salud.

Prueba: Evaluar productos, práctica y servicios de salud - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Trastornos alimenticios - Aprenda las causas y efectos de los trastornos alimenticios.

Prueba: Trastornos alimenticios - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 3: PLANIFICACIÓN DE LA APTITUD FÍSICA Y LA BUENA NUTRICIÓN

Estudio: Determinar objetivos y crear un plan - Aprenda cómo crear un plan y determinar objetivos para mejorar la salud.

Prueba: Determinar objetivos y crear un plan – Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 4: CONCLUSIÓN: APTITUD FÍSICA Y NUTRICIÓN

Repaso: Aptitud física y nutrición - Prepárese para la prueba de la unidad mediante la revisión de los conceptos y habilidades clave.

Examen (puntuación por computadora): Aptitud física y nutrición - Tome un examen puntuado por computadora para evaluar lo que aprendió en la unidad.

Examen (puntuación del docente): Aptitud física y nutrición - Tome un examen puntuado por el docente para evaluar lo que aprendió en la unidad.

UNIDAD 3: DROGAS

LECCIÓN 1: CONSUMO Y ABUSO DE DROGAS

Estudio: Alcohol, tabaco y otras drogas - Aprenda los efectos del alcohol, el tabaco y otras drogas.

Prueba: Alcohol, tabaco y otras drogas- Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Influencias sobre el consumo de drogas - Aprenda cómo el consumo de drogas afecta su vida.

Prueba: Influencias sobre el consumo de drogas - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 2: LA VIDA SIN CONSUMIR DROGAS

Estudio: Comunicarse con respecto a las drogas - Aprenda cómo hablar sobre drogas y evitar comportamientos riesgosos con respecto su consumo.

Prueba: Comunicarse con respecto a las drogas - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Recursos para la protección contra la el abuso de drogas - Aprenda maneras de protegerse y ayudar a otras personas con problemas de adicción.

Prueba: Recursos para la protección contra el abuso de drogas - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 3: ABOGAR A FAVOR DE UN ESTILO DE VIDA SIN DROGAS

Estudio: Abogar en contra el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas - Aprenda cómo abogar contra el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.

Prueba: Abogar en contra del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 4: CONCLUSIÓN: DROGAS

Repaso: Drogas - Prepárese para la prueba de la unidad mediante la revisión de los conceptos y habilidades clave.

Examen (puntuación por computadora): Drogas - Tome un examen puntuado por computadora para evaluar lo que aprendió en la unidad.

Examen (puntuación del docente): Drogas - Tome un examen puntuado por el docente para evaluar lo que aprendió en la unidad.

UNIDAD 4: ENFERMEDADES

LECCIÓN 1: TIPOS DE ENFERMEDADES

Estudio: Enfermedades infecciosas - Aprenda sobre enfermedades infecciosas y cómo prevenirlas. Prueba:

Enfermedades infecciosas - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Enfermedades no infecciosas y crónicas - Aprenda sobre las enfermedades no infecciosas y crónicas y los factores de riesgo involucrados.

Prueba: Enfermedades no infecciosas y crónicas - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 2: PREVENIR ENFERMEDADES

Estudio: Políticas de salud pública - Aprenda sobre las políticas de salud pública y cómo afectan la salud.

Prueba: Políticas de salud pública - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Buenos hábitos de higiene. Aprenda sobre el higiene y cómo tomar buenas decisiones al respecto. Prueba:

Buenos hábitos de higiene - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 3: SUSCEPTIBILIDAD, DETECCIÓN Y TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES

Estudio: El impacto de la tecnología en la salud - Aprenda cómo la tecnología puede afectar la salud.

Prueba: El impacto de la tecnología en la salud - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 4: CONCLUSIÓN: ENFERMEDADES

Repaso: Enfermedades - Prepárese para el examen de la unidad mediante la revisión de los conceptos y habilidades clave.

Examen (puntuación por computadora): Enfermedades - Tome un examen puntuado por computadora para evaluar lo que aprendió en la unidad.

Examen (puntuación del docente): Enfermedades - Tome un examen puntuado por el docente para evaluar lo que aprendió en la unidad.

UNIDAD 5: LESIONES

LECCIÓN 1: SEGURIDAD Y PREVENCIÓN DE LESIONES

Estudio: Seguridad personal - Aprenda sobre seguridad personas y las formas de evitar lesiones y situaciones riesgosas.

Prueba: Seguridad personal- Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Tomar decisiones para evitar lesiones - Aprenda cómo tomar decisiones para evitar lesiones.

Prueba: Tomar decisiones para evitar lesiones- Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 2: LEYES DE SEGURIDAD Y PRIMEROS AUXILIOS

Estudio: Políticas públicas y su seguridad - Aprenda sobre políticas públicas y cómo se relacionan con su seguridad.

Prueba: Políticas públicas y su seguridad- Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Primeros auxilios - Aprenda sobre primeros auxilios y maneras eficaces para ponerlos en práctica de forma segura.

Prueba: Primeros auxilios - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 3: SEGURIDAD ANTE UNA CATÁSTROFE CLIMÁTICA O NATURAL

Estudio: Seguridad ante una catástrofe climática o natural - Aprenda cómo mantenerse a salvo en condiciones climáticas y desastres naturales diferentes.

Prueba: Seguridad ante una catástrofe climática o natural - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 4: CONCLUSIÓN: LESIONES

Repaso: Lesiones: prepárese para el examen de la unidad mediante la revisión de los conceptos y habilidades clave.

Examen (puntuación por computadora): Lesiones - Tome un examen puntuado por computadora para evaluar lo que aprendió en la unidad.

Examen (puntuación del docente): Lesiones - Tome un examen puntuado por el docente para evaluar lo que aprendió en la unidad.

UNIDAD 6: SALUD SEXUAL

LECCIÓN 1: SALUD Y RELACIONES REPRODUCTIVAS

Estudio: Sistemas reproductivos - Aprenda sobre los sistemas reproductivos femeninos y masculinos.

Prueba: Sistemas reproductivos - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Identidad de género y orientación sexual - Aprenda sobre la identidad de género y la orientación sexual.

Prueba: Identidad de género y orientación sexual - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Relaciones seguras y saludables - Aprenda qué aspectos hacen que una relación sea segura y saludable.

Prueba: Relaciones seguras y saludables - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 2: ABSTINENCIA Y SEGURIDAD EN LÍNEA

Estudio: Practicar la abstinencia - Aprenda sobre practicar la abstinencia y los beneficios de la abstinencia.

Prueba: Practicar la abstinencia - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Seguridad en línea - Aprenda cómo navegar en Internet de manera segura.

Prueba: Seguridad en línea - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 3: RECONOCER RELACIONES DAÑINAS

Estudio: Relaciones abusivas y agresión sexual - Aprenda sobre las relaciones abusivas.

Prueba: Relaciones abusivas y agresión sexual - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 4: SEXUALIDAD SEGURA Y EL EMBARAZO

Estudio: Enfermedades e infecciones de transmisión sexual - Aprenda sobre las diferentes enfermedades de transmisión sexual y cómo prevenirlas.

Prueba: Enfermedades e infecciones de transmisión sexual - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Métodos anticonceptivos - Aprenda sobre los diferentes métodos anticonceptivos para prevenir el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual.

Prueba: Métodos anticonceptivos - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

Estudio: Embarazo y crianza de los hijos - Aprenda sobre el embarazo y la crianza de los hijos.

Prueba: Embarazo y crianza de los hijos - Tome una prueba para evaluar la comprensión del material.

LECCIÓN 5: CONCLUSIÓN: SALUD SEXUAL

Repaso: Salud sexual - Prepárese para el examen de la unidad mediante la revisión de los conceptos y habilidades clave.

Examen (puntuación por computadora): Salud sexual - Tome un examen puntuado por computadora para evaluar lo que aprendió en la unidad.

Examen (puntuación del docente): Salud sexual - Tome un examen puntuado por el docente para evaluar lo que aprendió en la unidad.

Ley de Juventud Saludable de California

Proyecto de ley:

https://leginfo.legislature.ca.gov/faces/billNavClient.xhtml?bill_id=201520160AB329

Datos rápidos:

https://www.aclusocal.org/sites/default/files/fast_facts_about_the_california_healthy_youth_act.pdf

Preguntas frecuentes:

https://www.aclunc.org/docs/frequently_asked_questions-california_healthy_youth_act-ca_sexual_health_education_roundtable.pdf

Hoja informativa para padres:

https://www.aclunc.org/docs/parent_fact_sheet.pdf

Preguntas y respuestas para distritos escolares:

https://www.aclunc.org/docs/questions_and_answers_for_school_districts-ca_healthy_youth_act.pdf

Sin "cláusula de exclusión selectiva" para LGBTQ:

https://www.aclunc.org/docs/lgbtq_inclusivity_requirements_and_how_they_interact_with_parental_opt_out.pdf