

Introducción a LifeSmart Youth, Inc.

LifeSmart Youth es la agencia de educación para la salud, sin fines de lucro, más antigua de Indiana que atiende a los jóvenes en las escuelas. Desde 1943 ofrecemos programas en las escuelas de todo el estado. Este año esperamos con interés ofrecer nuestros programas a sus niños pequeños y adolescentes.

LifeSmart Youth no es una agencia gubernamental ni religiosa. Somos una organización de educación para la salud, sin fines de lucro, que se dedica a ofrecer información objetiva, médicamente correcta y adecuada a cada edad, para jóvenes en la escuela, desde el jardín de infancia hasta el octavo grado.

Nuestro equipo de educadores profesionales de la salud está comprometido con ofrecer programas de alta calidad en las escuelas y en otros lugares donde se encuentren socios comunitarios. Nuestros educadores de la salud tienen experiencia trabajando con jóvenes entre los 5 y los 15 años de edad, y cuentan con credenciales en diversas disciplinas que incluyen educación primaria, educación para la salud, salud pública y trabajo social.

Nuestra misión

En LifeSmart Youth, *promovemos vidas exitosas a través del empoderamiento de los jóvenes para que hagan elecciones responsables y adopten conductas saludables.*

Plan de estudio de LifeSmart Youth

Nuestros educadores de la salud ofrecen programas interactivos e incluyentes que tienen como base las mejores prácticas actuales de desarrollo positivo para la juventud. Nuestros materiales para el plan de estudio de los estudiantes se alinean con las leyes del estado de Indiana relacionadas con la enseñanza de la sexualidad humana y contra el acoso; también cumplen con más de 100 estándares académicos dentro de los Estándares Académicos del Departamento de Educación de Indiana, en lo referente a salud y bienestar, orientación y otros. Las áreas de nuestro programa incluyen:

1. Desarrollo y crecimiento humano (también conocido como educación sobre la pubertad)
2. Prevención del embarazo adolescente y de las enfermedades de transmisión sexual (ETS)
3. Relaciones de noviazgo saludables entre adolescentes y prevención de la violencia
4. Relaciones saludables entre compañeros y contra el acoso, y prevención de la violencia entre compañeros.

Nuestra área del programa de quinto, TrusteEd Adults™ (Adultos de confianza) abarca educación para los padres, tutores, consejeros, entrenadores y otros adultos de confianza sobre cómo empoderar a los jóvenes para llevar vidas felices, saludables y seguras.

Qué esperar

En todos nuestros programas puede encontrar un formato similar. El educador profesional de la salud de LifeSmart Youth se presentará ante la clase, revisará las normas básicas para la lección e informará a los estudiantes lo que pueden esperar durante el tiempo que pasarán juntos. A pesar de que nuestros

educadores de salud se sienten cómodos y tienen experiencia en el salón de clases, se espera que el maestro de su hijo o algún otro miembro del personal de la escuela estén presentes durante la lección.

¿Por qué enseñar sobre la pubertad, el embarazo adolescente y las enfermedades de transmisión sexual?

La educación sobre la pubertad es de importancia vital para el desarrollo saludable, tanto social como físico, de los adolescentes. Los adolescentes precoces tienen muchas preocupaciones en cuanto a los cambios que se producen en la pubertad. Al ofrecer educación sobre la pubertad, LifeSmart Youth trabaja para aliviar algunas de estas preocupaciones y recordarles a los estudiantes que estos cambios son parte normal del desarrollo saludable. La educación sobre la pubertad es la base de la salud sexual y reproductiva. Las experiencias de los estudiantes en la pubertad influyen en gran medida en la toma de decisiones posteriores en sus vidas relacionadas con la sexualidad. Los programas escolares con base en la salud ayudan a los jóvenes a adoptar conductas y actitudes permanentes en pro del bienestar y de la salud general, lo que incluye conductas que pueden reducir el riesgo de embarazos no deseados, abuso de sustancias y de contraer VIH, además de otras enfermedades de transmisión sexual.

De acuerdo con la Encuesta sobre conductas de riesgo para los jóvenes de Indiana de 2018, un 42% de los estudiantes de la escuela secundaria ha tenido relaciones sexuales y un 9% de los estudiantes ha tenido relaciones sexuales con cuatro o más parejas. Adicionalmente, cada año uno de cada cuatro adolescentes sexualmente activos contrae una enfermedad de transmisión sexual. La tasa de embarazos adolescentes en Indiana es mayor que el promedio nacional. Estas mediciones han mejorado de forma significativa con el tiempo; sin embargo, las estadísticas indican que todavía es necesario ofrecer una educación preventiva de alta calidad con relación al embarazo adolescente y a las enfermedades de transmisión sexual, que es precisamente lo que LifeSmart Youth ofrece.

Consejos para los padres y adultos de confianza

Por lo general, durante los programas de LifeSmart Youth los jóvenes se muestran curiosos y ansiosos por participar. Durante la lección los educadores profesionales de la salud responderán las preguntas de los estudiantes y se enfocarán en ofrecer información objetiva, médicamente correcta y adecuada según la edad de los estudiantes. Siempre alentamos a los jóvenes a hablar con sus padres, tutores u otros adultos de confianza cuando tengan preguntas, especialmente acerca de sus valores y creencias.

Sabemos que en ocasiones puede ser difícil hablar con los jóvenes acerca de temas sensibles como la pubertad, el sexo, el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual. Sin embargo, la investigación indica que los jóvenes desean aprender sobre estos temas de sus padres y tutores. LifeSmart Youth trabaja para brindar a los jóvenes las herramientas que necesitan para hablar con los adultos de confianza. He aquí algunos consejos útiles para cuando su hijo acuda a usted con algunas preguntas:

- **Mantenga la calma:** trate de no reaccionar de forma negativa cuando su hijo le haga una pregunta. Mantenerse calmado ayudará a que su hijo se sienta más cómodo y dispuesto a hacer otras preguntas en el futuro.
- **Sea positivo, honesto y sincero:** hablar sobre la pubertad, el sexo y las relaciones precoces; y con frecuencia ayudar a los jóvenes a entender que lo que están experimentando es una parte normal de la vida.

- **Hable con su hijo con anticipación, si es posible:** hablar a una edad temprana y con frecuencia ayuda a los jóvenes a estar mejor preparados para lidiar con los cambios en sus cuerpos y los sentimientos durante su adolescencia. También los ayuda a sentirse más cómodos cuando hacen preguntas difíciles posteriormente.
- **Asegúrese de que su hijo conozca sus valores, creencias y expectativas.** Los jóvenes merecen recibir información médicamente correcta y adecuada para su edad. También necesitan orientación acerca de las conductas que se consideran aceptables. Las mejores personas para brindar este tipo de consejo son los padres y los tutores.
- **Tenga en mente los mejores momentos para hablar.** Cuanto más a menudo sucedan las conversaciones, más fáciles se volverán. Sin embargo, algunas veces comenzar la conversación puede ser algo complicado. Aproveche los momentos de enseñanza o las charlas mientras conduce a casa luego de una actividad extracurricular.
- **Haga preguntas y escuche:** trate de evitar sentarse para “la conversación”. Hágale preguntas a su hijo sobre lo que ve y escucha en la escuela, o cuando navega en Internet, y escuche lo que tiene que decir. Recuérdele que usted siempre está disponible para hablar o responder preguntas.
- **Use sitios web y libros de confianza como recursos:** hay muchos libros buenos y sitios web disponibles para ayudar a los padres y a los jóvenes a afrontar todos los cambios durante la adolescencia. Visite: www.lifesmartyouth.org para obtener una lista de recursos. Recuerde, siempre es mejor revisar previamente los materiales a fin de asegurarse de que estén alineados con los valores de su familia, antes de entregárselos a su hijo. Algunos de nuestros recursos digitales favoritos incluyen:
 - Talk2Protect (Hablar para proteger): un recurso gratuito que les brinda semanalmente a los padres de los adolescentes algunos temas para iniciar la conversación. Envíe la palabra CONNECT al 95577 para apuntarse.
 - La campaña nacional para prevenir el embarazo adolescente y no planificado <https://powertodecide.org/>
 - Niños saludables de acuerdo con la Academia Americana de Pediatría www.healthychildren.org
 - La salud de los niños: un proyecto de Nemours Children’s Hospital con artículos para niños, adolescentes, educadores y padres. <http://kidshealth.org/>

Contáctenos

Esperamos que tenga ahora una mejor comprensión de LifeSmart Youth. Le presentamos algunos segmentos de video adicionales para que obtenga información específica sobre los programas de LifeSmart Youth sobre desarrollo y crecimiento humano, la prevención del embarazo adolescente y las enfermedades de transmisión sexual. Si alguna vez tiene preguntas o inquietudes sobre nuestros programas, por favor no dude en ponerse en contacto con nuestro Director de Programas y Evaluación llamando al (317) 667-0343 o a través del correo electrónico: trustedadults@lifesmartyouth.org.

Referencias

Centers for Disease Control and Prevention [Centros para el Control y Prevención de Enfermedades]. (2017). Sexual risk behaviors: HIV, STD, & teen pregnancy prevention. [Conductas sexuales riesgosas: prevención del VIH, las ETS y del embarazo adolescente]. Extraído de: https://www.cdc.gov/healthyyouth/sexualbehaviors/index.htm?s_cid=hy-homepage-004

Do Something. [Hacer algo]. (2014). 11 Facts About Teens and STDs. [11 hechos sobre los adolescentes y las ETS]. Extraído de: www.dosomething.org/tipsandtools/11-facts-about-teens-and-stds

Ginsburg, K.R. (2015). Talking to Your Child About Sex [Hablar sobre sexo con su hijo]. Academia Americana de Pediatría. Extraído de: <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/gradeschool/puberty/Pages/Talking-to-Your-Child-About-Sex.aspx>

Herbert, A.C., Ramirez, A.M., Lee, G., North, S., Askari, M.S., West, R.L., Sommer, M. (2016). Puberty Experience of Low-Income Girls in the United States: A Systematic Review of Qualitative Literature From 2000 to 2014. [La experiencia de la pubertad de las jóvenes de bajos ingresos en los Estados Unidos: una revisión sistemática de la literatura cualitativa desde 2000 hasta 2014]. *Journal of Adolescent Health*. [Revista de la salud del adolescente]. 60: 363-379.

Indiana State Department of health. [Departamento de Salud del estado de Indiana]. (2015). Indiana Youth Risk Behavior Survey. [Encuesta sobre conductas de riesgo para los jóvenes de Indiana]. Extraído de: <http://www.in.gov/isdh/20627.htm>

The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy. [La campaña nacional para prevenir el embarazo adolescente y no planificado]. (2008). 10 Tips for Parents to Help Their Children Avoid Teen Pregnancy. [10 consejos para que los padres ayuden a sus hijos a evitar el embarazo adolescente]. <https://thenationalcampaign.org/resource/ten-tips-parents-help-their-children-avoid-teen-pregnancy>

The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy. [La campaña nacional para prevenir el embarazo adolescente y no planificado]. (2017). *Indiana data*. [Datos de Indiana]. Extraído de <https://thenationalcampaign.org/data/state/indiana>