

# Recurso para Padres/Cuidadores

Estándares de Educación para la Salud 2023 en el Aprendizaje de K–5

## Prevención del Uso de Sustancias en Grados K–5

Como parte de los [Estándares de Educación para la Salud de Oregón de 2023](#), los estudiantes en grados del kínder a quinto grado aprenden sobre la prevención del uso de sustancias. Esto permite que los estudiantes de estas edades entiendan más sobre las sustancias.

Estos estándares están diseñados para ayudar a los estudiantes a tomar conciencia y adquirir conocimientos para que puedan tomar decisiones informadas. Su estudiante también aprende sobre cómo el uso de sustancias puede afectar sus cuerpos y sus comunidades.

### Temas cubiertos a través de los grados

- Uso de sustancias
- Efectos a corto y largo plazo del uso de sustancias
- Tabaco, marihuana, alcohol y otras sustancias
- Medicamentos de venta libre y con receta
- Impacto en uno mismo, en las comunidades y en otros resultados de salud
- Influencias, presión social y estrategias para afrontar las presiones
- Toma de decisiones sobre el uso de sustancias
- Obtener ayuda y acceder a recursos
- Reglas, leyes y políticas relacionadas con el uso de sustancias

### Términos clave que debe conocer

El **medicamento** (Grados K–1) es algo que usamos para ayudar a nuestros cuerpos a mantenerse saludables. El **medicamento** (Grados 4–5) es una sustancia utilizada para tratar una condición.

El **medicamento de venta libre** es un medicamento disponible para comprar sin receta de un médico.

Una **receta** es un medicamento prescrito por un médico.

Un **adulto de confianza** es un adulto en la vida de su estudiante en quien confiamos para mantenerlo seguro.

Una **sustancia** es un material, como el alcohol o las drogas, que afecta cómo funcionan el cerebro y el cuerpo y causa cambios en el estado de ánimo, la conciencia, los pensamientos, los sentimientos o el comportamiento.

Un **desorden por el consumo de sustancias** es una enfermedad tratable que afecta el cerebro y el comportamiento de una persona. Esto causa problemas que un médico consideraría muy serios, como la incapacidad de cumplir con responsabilidades importantes en el trabajo o la escuela.

A continuación, encontrará los temas y estándares sobre el uso de sustancias que su estudiante explora en los grados K-5.

### ¿Qué aprende mi estudiante en el kínder?

Tema	Estándares
Uso de sustancias	Discuta cómo usar los medicamentos correctamente. (K.SUB.1)
Efectos a corto y largo plazo del uso de sustancias	Comprenda que los medicamentos y sustancias pueden ser venenosos. (K.SUB.2)
Reglas, leyes y políticas relacionadas con el uso de sustancias	Identifique las reglas familiares y escolares sobre el uso de medicamentos. (K.SUB.3)

### ¿Qué aprende mi estudiante en primer grado?

Tema	Estándares
Obtener ayuda y acceder a recursos	Identifique a los adultos de confianza que pueden responder preguntas sobre medicamentos y productos del en casa. (1.SUB.1)
Reglas, leyes y políticas relacionadas con el uso de sustancias	Haga lista de los valores y las reglas familiares, culturales y escolares sobre el uso de medicamentos. (1.SUB.2)

## ¿Qué aprende mi estudiante en segundo grado?

Tema	Estándares
<b>Uso de sustancias</b>	Identifique la diferencia entre los medicamentos que ayudan a las personas enfermas y otros tipos de sustancias que pueden ser malas para el cuerpo. (2.SUB.1)
<b>Tabaco, marihuana, alcohol y otras sustancias</b>	Describa cómo el tabaco y el humo de segunda mano dañan el cuerpo. (2.SUB.2)
<b>Medicamentos de venta libre y con receta</b>	Describa las reglas de seguridad para el uso de medicamentos de venta libre y los medicamentos con receta. (2.SUB.3)
<b>Toma de decisiones sobre el uso de sustancias</b>	Haga lista de los pasos a seguir cuando se le ofrezcan sustancias. (2.SUB.4)

## ¿Qué aprende mi estudiante en tercer grado?

Tema	Estándares
<b>Efectos a corto y largo plazo del uso de sustancias</b>	Identifique que las sustancias son químicos que pueden cambiar cómo funcionan la mente y el cuerpo y pueden causar una adicción. (3.SUB.1)
<b>Tabaco, marihuana, alcohol y otras sustancias</b>	Identifique cómo el alcohol, la marihuana/cannabis, el tabaco y otras sustancias pueden ser malas para la mente, el cuerpo y el cerebro. (3.SUB.2)
<b>Influencias, presión social y estrategias para afrontar las presiones</b>	Discuta cómo reconocer las presiones sociales, las influencias de los compañeros y los sentimientos y emociones internas relacionadas al uso de sustancias. (3.SUB.3)
<b>Obtener ayuda y acceder a recursos</b>	Describa cómo y dónde obtener ayuda de adultos de confianza si hay un mal uso de sustancias. (3.SUB.4)

## ¿Qué aprende mi estudiante en cuarto grado?

Tema	Estándares
Efectos a corto y largo plazo del uso de sustancias	Identifique la función básica de los órganos y sistemas del cuerpo y cómo diferentes sustancias pueden afectarlos. (4.SUB.2)
Tabaco, marihuana, alcohol y otras sustancias	Discuta cómo el alcohol, la marihuana/cannabis, el tabaco y otras sustancias pueden ser adictivos y causar daño al cuerpo. (4.SUB.1)
Medicamentos de venta libre y con receta	Demuestre cómo leer las etiquetas de los medicamentos y las instrucciones de las recetas médicas. (4.SUB.4)
Impacto en uno mismo, en las comunidades y en otros resultados de salud	Discuta el impacto que el alcohol, la marihuana/cannabis, el tabaco y otras sustancias pueden tener en el logro de metas. (4.SUB.3)
Influencias, presión social y estrategias para afrontar las presiones	Demuestre estrategias de comunicación para afirmar límites asociadas con el uso de sustancias. (4.SUB.6)
Toma de decisiones sobre el uso de sustancias	Identifique los pasos procedimentales en la toma de decisiones en asociadas con el uso de sustancias. (4.SUB.5)
Obtener ayuda y acceder a recursos	Entienda que el desorden por consumo de sustancias es una condición médica y que hay recursos en las comunidades que pueden otorgar apoyo, tratamiento y curación. (4.SUB.7)

## ¿Qué aprende mi estudiante en quinto grado?

Tema	Estándares
Efectos a corto y largo plazo del uso de sustancias	Hay que reconocer que las sustancias pueden ser adictivas y perjudiciales para los adolescentes durante el desarrollo físico y neurológico. (5.SUB.1)
Tabaco, marihuana, alcohol y otras sustancias	Describa cómo el alcohol, la marihuana/cannabis, el tabaco y otras sustancias afectan al cuerpo y el cerebro humano, las relaciones interpersonales y la toma de decisiones. (5.SUB.2)
Medicamentos de venta libre y con receta	Describa el uso adecuado de los medicamentos de venta libre y con receta médica. (5.SUB.3)
Impacto en uno mismo, en las comunidades y en otros resultados de salud	Describa cómo el uso de sustancias puede afectar la capacidad de las personas para alcanzar metas personales. (5.SUB.4)
Influencias, presión social y estrategias para afrontar las presiones	Discuta las formas en que la publicidad puede influir en el consumo de alcohol, marihuana/cannabis y tabaco. (5.SUB.5)

<b>Toma de decisiones sobre el uso de sustancias</b>	Demuestre estrategias de rechazo para evitar o reducir los riesgos para la salud relacionados con el uso de sustancias. (5.SUB.7)
<b>Obtener ayuda y acceder a recursos</b>	Identifique a adultos de confianza para hablar sobre el uso de sustancias. (5.SUB.8)
<b>Reglas, leyes y políticas relacionadas con el uso de sustancias</b>	Identifique las políticas escolares, las leyes locales, estatales y federales relacionadas con el uso de sustancias. (5.SUB.9)



Para mas información visite:

[Progresiones de aprendizaje de K-12 por tema](#)