



La mano amiga

Ayuda y consejos para los latinos en los EEUU

Agosto 2010

En las páginas interiores:

Los adolescentes homosexuales...
pag. 3

La cocaína...
pag.5

Enfoquese en el vocabulario...
pag.8

Los trabajos más riesgosos...
pag. 9

¿Cómo salvar la brecha en el aprendizaje de los hispanos?...
pag.12

Y mucho más...

Poderosos cambios en la educación de sus hijos

La revolución del aprendizaje por Internet

Los grandes avances tecnológicos que benefician el aprendizaje no son una novedad. Sin embargo, los más recientes avances en tecnología educativa bien podrían estar al borde de revolucionar la forma en que aprenden los niños y adultos.

Según Dan Lips de la *Heritage Foundation*, hoy en día, 27 estados ofrecen escuelas donde los estudiantes pueden tomar clases a través del Internet, y 25 permiten escolaridad de tiempo completo. Entre los proveedores importantes de educación virtual (por Internet), podemos mencionar programas como K-12 y *Connections Academy*, y un creciente número de proveedores en internet, pueden ser encontrados en sitios como Hippocampus.org. Muchos utilizan sistemas



El poder de esta maquina puede cambiar la vida

“híbridos” que combinan aprendizaje computarizado y enseñanza en persona, frecuentemente complementando con materiales de instrucción.

Continúa en la página 11



Hay un mundo de empleos en el turismo

Buscando avanzar en esta economía

Trabajos en turismo y viajes

Como en casi todos los países del mundo, en los Estados Unidos también existen oportunidades de negocio y empleo brindando servicios a la gente que

viaja, ya sea por vacaciones o por negocios.

En esta época de recesión económica, en la cual las actividades de la industria de automóviles y la construcción están tan deprimidas, es importante mirar en

Continúa en la página 7

Conozca más sobre la salud

Celiaquía, una enfermedad oculta

Se trata de una enfermedad que daña el revestimiento del intestino delgado e impide la absorción de los nutrientes de alimentos –importantes para permanecer saludables–. El daño se debe a una reacción por ingerir gluten, el cual se encuentra en el trigo, la cebada, el centeno y posiblemente la avena.

Causas, incidencia y factores de riesgo:

Se desconoce la causa exacta de la celiacía.

El revestimiento de los intestinos contiene unas vellosidades que ayudan a absorber los nutrientes. Cuando las personas con celiacía consumen alimentos o usan productos que contienen gluten, su sistema inmunitario reacciona causando daño a estas vellosidades. Este daño afecta la capacidad para absorber los nutrientes en forma apropiada, y la persona resulta desnutrida sin importar cuánto alimento consuma.

Esta enfermedad se puede desarrollar en cualquier momento de la vida, desde la lactancia hasta la adultez avanzada.

Las personas con familiares que padecen de celiacía tienen mayor riesgo de padecer la enfermedad, y es más común en las personas de raza blanca y de origen europeo. Asimismo, las mujeres resultan afectadas con mayor frecuencia que los hombres.

Las personas que sufren de celiacía son más propensas a tener:

Trastornos auto inmunitarios como la artritis reumatoide, el lupus eritematoso sistémico y el síndrome de Sjögren. También la enfermedad de Addison, síndrome de Down, cáncer o linfoma intestinal, intolerancia a la lactosa, enfermedad tiroidea y diabetes tipo I.

Los síntomas pueden variar de una persona a otra, esto es parte de la razón por la cual el diagnóstico no



Fotografía: Adactio
Este pan podría estar carcomiendo su salud

siempre se logra de inmediato. Por ejemplo, una persona puede presentar estreñimiento, una segunda puede tener diarrea y una tercera puede no presentar ningún problema con las deposiciones, pero en general, los síntomas gastrointestinales abarcan: dolor abdominal; distensión; gases o indigestión; estreñimiento; disminución del apetito (también puede aumentar o permanecer inalterable); diarrea constante o intermitente; intolerancia a la lactosa (común cuando a la persona se le hace el diagnóstico y generalmente desaparece con el tratamiento); náuseas y vómitos; heces flotantes, con sangre, fétidas o “grasosas” y pérdida

Continúa en la página 10

Refinanciamiento y modificación hipotecaria: ¿Tiene usted un préstamo garantizado por una propiedad de Fannie Mae o Freddie Mac? Para ver si es elegible, llame al: 1 (800) 732-6643 ó al 1 (800) 373-3343. Puede también visitar el Internet en: www.makinghomeaffordable.gov/loan_lookup.html y hacer clic en el botón de español.

Empleo para personas con SIDA: Para recibir una publicación gratuita, del gobierno: La red de acomodación de empleo P.O. Box 6080 Morgantown, WV, 26506-6080

Información: Robo de identidad
Visite en el Internet: <http://www.consumer.gov/idtheft> o escriba a la FTC, Consumer Response Center, Room 130-B, 600 Pennsylvania Avenue, N.W. Washington, DC, 20580.

Una realidad que la gente no elige

Los adolescentes homosexuales

Para todo adolescente el desarrollo es una tarea llena de retos y demandas. Un aspecto importante consiste en definir su identidad sexual. Todos los niños exploran y experimentan sexualmente como parte de su desarrollo normal. Este comportamiento sexual puede llevarse a cabo con miembros del mismo sexo o del sexo opuesto. A muchos adolescentes el pensar en o experimentar con personas del mismo sexo puede causarles preocupación y ansiedad con respecto a su orientación sexual. A otros, aún los pensamientos o fantasías pueden causarles ansiedad.

La homosexualidad es la atracción sexual persistente y emocional hacia alguien del mismo sexo. Es una parte de la gama de expresión sexual. Durante la niñez y la adolescencia, por primera vez muchos individuos homosexuales se percatan de su homosexualidad o lesbianismo y pasan por la experiencia de tener pensamientos y sentimientos homosexuales. La homosexualidad ha existido a través de la historia y en diferentes culturas. Cambios recientes en la actitud de la sociedad hacia la homosexualidad han ayudado a algunos/algunas adolescentes homosexuales a sentirse más cómodos con su orientación sexual. En otros aspectos de su desarrollo estos jóvenes son similares a los jóvenes heterosexuales. Experimentan los mismos tipos de estrés, luchas y tareas durante la adolescencia.

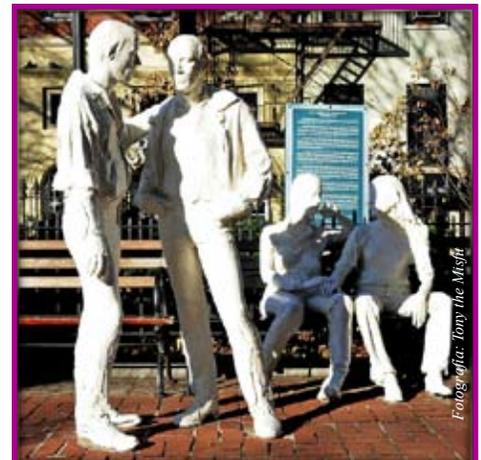
Los padres necesitan entender cla-

ramente que la orientación homosexual no es un desorden mental. Las causas de la homosexualidad no se entienden claramente. Sin embargo, la orientación sexual no es un asunto de decisión propia. En otras palabras, los individuos no pueden escoger ser homosexuales o ser heterosexuales. No importa cuál sea su orientación sexual, todos los adolescentes tienen la alternativa de escoger la expresión de su comportamiento sexual y su estilo de vida.

A pesar de que el conocimiento y la información acerca de la homosexualidad y el lesbianismo ha aumentado, los adolescentes todavía tienen muchas preocupaciones. Estas incluyen:

- Sentirse diferentes a sus pares (amigos o compañeros);
- Sentirse culpables acerca de su orientación sexual;
- Preocuparse acerca de cómo pueden responder su familia y seres queridos;
- Ser objeto de burla y de ridículo por parte de sus pares;
- Preocuparse acerca del SIDA, la infección por VIH y otras enfermedades de transmisión sexual;
- Temer al discrimen si tratan de pertenecer a clubes, participar en deportes, ser admitidos en universidades y conseguir empleos;
- Ser rechazados y acosados por otros.

Los adolescentes homosexuales pueden aislarse socialmente, sepa-



Es bueno conocer más antes de juzgar a alguien

rarse de las amistades y los amigos, tener problemas concentrándose y desarrollar una pobre autoestima. También pueden desarrollar una depresión. Los padres y otras personas necesitan estar alerta a estas señales de angustia, ya que estudios recientes demuestran que entre los jóvenes homosexuales y lesbianas existe un alto incidente de muertes por suicidio.

Es importante para los padres entender la orientación homosexual de sus adolescentes y proveerles apoyo emocional. Los padres frecuentemente tienen dificultad aceptando la homosexualidad de sus adolescentes por algunas de las mismas razones por las que el/la joven desea mantenerlo en secreto. A los adolescentes homosexuales y lesbianas se les debería permitir decidir cuándo y a quién revelar su homosexualidad. Los padres y otros miembros de la familia podrían obtener entendimiento y apoyo de organizaciones como: Padres, Familias y Amista-

Continúa en la página 11

Cuide la salud de la familia

El moho, la humedad y su salud

Siempre existe un poco de moho en todas partes (ya sea en el aire o en muchas superficies). El moho ha estado en la Tierra por millones de años, pues crece donde hay humedad.

Está formado por hongos que pueden encontrarse en exteriores o interiores. Crecen mejor en condiciones cálidas, mojadas y húmedas, así que si tiene lugares mojados o húmedos en su casa, probablemente también tenga hongos.



Contrólole dentro de su casa

El moho (o las esporas de moho) puede causarle problemas de salud. Inhalarlo o tocarlo puede causar infecciones micóticas y reacciones alérgicas, o crisis de asma en personas sensibles. Además, la exposición al moho puede irritarle los ojos, la piel, la nariz, la garganta y los pulmones. Las personas con un sistema inmunológico debilitado, con alergias al moho o con algún tipo de enfermedad obstructiva de los pulmones pueden, inclusive, tener reacciones más graves, por eso, deben evitar las áreas que tienen más probabilidades de tener moho, como las zonas boscosas y los lugares donde se apila el abono y la hierba cortada. No se ha comprobado la existencia de una relación entre los mohos, incluido el *Stachybotrys chartarum* (*Stachybotrys atra*) y otros efectos negativos en la salud

(como hemorragia pulmonar idiomática aguda, pérdida de la memoria o aletargamiento). Se necesitan más estudios para determinar qué es lo que causa estos males.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Para controlar el moho dentro de su hogar:

- Mantenga los niveles de humedad entre 40% y 60%;
- Repare lo antes posible las goteras del techo, las ventanas y las tuberías;
- Limpie y seque todo después de una inundación;
- Mantenga bien ventiladas las áreas de la regadera, así como los lugares en los que lave ropa o cocine.

La geografía del trabajo

Dónde estarán los empleos del futuro

Esperemos que la recesión se acabe y todo se revierta, y que los empleos comiencen a aparecer por todas partes, sin embargo, es importante afinar el olfato y mirar lo que dicen las estadísticas y los estudios económicos. Varios de estos estudios, que utilizan información pública y estadísticas del Gobierno Federal, apuntan a que los cinco estados con mejores posibilidades para instalar nuevos negocios,

son: Texas, Virginia, Colorado, Carolina del Norte y Massachusetts. Este tipo de estudios toma en cuenta factores como el costo y la facilidad de instalar un negocio, la disponibilidad de mano de obra y la de gente con buena educación académica, la disponibilidad de buen transporte e infraestructura, la economía del lugar y el costo de vida, y la capacidad de ser un lugar amistoso para nuevas empresas.



Ellos necesitan un mejor mapa del futuro

Conócalas y aprenda a cuidarse de ellas

La cocaína

Es una droga poderosa que estimula el cerebro. Las personas que la consumen pueden desarrollar una fuerte adicción, teniendo que consumir cada vez más cantidades para estimularse.

Existen dos formas de cocaína: sal de hidrocloreto y cristales de cocaína. La sal se disuelve en agua y se puede inyectar en una vena o inhalar por la nariz. Los cristales pueden fumarse. La forma de la cocaína que se fuma se conoce como crack. Se vende en las calles en forma de polvo blanco y fino.

Independientemente de la forma en que se consuma, la cocaína es sumamente peligrosa. Algunos de los problemas comunes y más graves que ocasiona, son:

- Problemas cardíacos, incluyendo infartos.
- Efectos respiratorios, incluyendo insuficiencia respiratoria.
- Problemas en el sistema nervioso, incluyendo derrame cerebral.
- Problemas digestivos.

Cualquiera de ellos puede ser mortal.

El consumo de la cocaína combinado con las bebidas alcohólicas es una causa común de muerte.

Fuente: Instituto Nacional del Abuso de Drogas.



Destruye vidas en muchas formas

Infórmese sobre aparatos de purificación del aire: Agencia de Protección Ambiental (EPA). Teléfono: 1 (800) 438-4318
<http://www.epa.gov>

Programas de cuidado de niños: Información gratuita, del gobierno: 10530 Rosehaven Street, Suite 400 Fairfax, VA 22030
<http://nccic.acf.hhs.gov>

Conozca la ley

Impuestos a los herederos

Se supone que el Congreso de los Estados Unidos está trabajando en una reforma a este ya complicado tema. La mayor parte de los congresistas están de acuerdo en que el gobierno debe cobrar impuestos al heredero, como se ha hecho hasta ahora cuando una persona muere y le deja sus posesiones materiales. Sin embargo, este tema es complicado y confuso para casi todos, y cuando alguien fallece y



Este es un terreno complicado, busque ayuda

deja una herencia, el desconocimiento puede costar muy caro. Si usted quiere tener sus cosas en orden, visite a un abogado especializado en impuestos a la herencia.

Busque en el lugar donde vive, en las páginas amarillas, bajo el título de "Estate Tax Attorney". Esta consulta puede ahorrarle mucho dinero.

Un campo que siempre necesita más gente

Ayuda para encontrar un puesto de maestro

El reclutamiento de maestros es regulado por los departamentos de educación de cada estado, así que le aconsejamos que se comunique con el Departamento de Educación del Estado donde a usted le interesa enseñar.

Para localizar información sobre los departamentos de educación de los Estados, visite el directorio del gobierno en Internet:

Directorio de Organizaciones de

Recursos Educativos (información disponible en inglés): <http://www.ed.gov/Programs/EROD/EROD-map.html>

El Centro Nacional para Reclutamiento de Maestros (*National Teacher Recruitment Clearinghouse*) ofrece un servicio por Internet para ayudar a los maestros en su búsqueda de empleo (información disponible en inglés). <http://www.recruitingteachers.org>



Un trabajo que apasiona a muchos

Robo de identidad

Antes de tirar los papeles que contienen datos sobre su identidad, dirección, o números de cuenta, destrúyalos, ya que los estafadores pueden revolver la basura de su casa, o de los basureros ubicados en la vía pública, mediante la práctica conocida como “búsqueda de basureros”.

Lo que debemos saber sobre los prematuros

Bebés prematuros

Se considera un bebé prematuro al que nace antes de las 37 semanas de embarazo.

En los Estados Unidos, los nacimientos prematuros ocurren en un índice comprendido entre el 8 y el 10 por ciento de todos los embarazos.

Debido a su nacimiento anticipado, los prematuros pesan mucho menos que los bebés que cumplieron el plazo normal en su gestación, pudiendo tener problemas de salud debido a que sus órganos no han tenido el tiempo suficiente para desarrollarse.



Con mayor conocimiento, mejor puede cuidarlos

Los prematuros necesitan atención médica especializada en una unidad de cuidados intensivos neonatal o UCIN, debiendo permanecer ahí

hasta que sus sistemas de órganos puedan funcionar sin ayuda.

Por otro lado, de acuerdo a un nuevo estudio, si un bebé nace un par de semanas antes, pero es sano, no presenta riesgo de sufrir problemas de desarrollo o conducta.

Fuente: *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, junio del 2010

viene de la página 1

Trabajos en turismo y viajes

áreas donde quizá usted nunca miró antes. Una de ellas puede ser la de viajes y turismo.

La industria del turismo tiene una importante característica: es diversa y cubre un amplio rango de actividades –desde manejar un bus, administrar un hotel y vender pasajes, hasta el mantenimiento de jardines o canchas de golf–. Hoy se calcula que existen más de 13 millones de empleos en este rubro.

También es útil conocer que según los datos del gobierno, esta industria no ha dejado de crecer hace 80 años. Hace ocho décadas, el total de empleos estaba cerca de los dos millones.

El área de viajes y turismo no es una de las de mejores sueldos, pero tiene la ventaja de poder ser un trabajo de temporada, lo que le sirve a mucha gente.

Según la Oficina de Estadísticas Laborales de los EE.UU., se espera que en los próximos diez años el empleo crezca en el sector, excepto el de los agentes de viaje, ya que la compra de pasajes por Internet está eliminando parcialmente esta actividad.

Las estadísticas lo demuestran, ¡siga adelante!

No deje la escuela

Lo hemos escuchado todos casi toda la vida: “es bueno que vayas a la escuela”. Y en realidad lo es.

Los números hablan muy claramente, y si bien existen muchas excepciones donde alguna persona que ha abandonado la escuela descubre algo parecido a la gallina de los huevos de oro, la mayoría de nosotros necesitamos ponerle mucho empeño al estudio para poder obtener mejores empleos.

Los números nos dicen lo siguiente acerca de los promedios semanales de ingresos en el país:

Sin estudios secundarios:	\$419
Con título de secundaria:	\$595
Con un poco de universidad:	\$674
Con un título técnico de dos años:	\$721
Con un título de licenciatura:	\$962
Con un título a nivel de maestría:	\$1,140
Con un postgrado:	\$1,474

Fuente: Estadísticas Laborales de los EE.UU.



Ayuda para seguir estudiando

Ayuda federal para estudiantes

El Centro de Ayuda Estudiantil Federal proporciona información sobre los diferentes tipos de ayuda económica disponibles para ayudar a costear los

estudios universitarios. Si usted ya tiene un préstamo, este centro también puede proporcionarle información actualizada sobre su cuenta.

En Internet, visitar: <http://studentaid.ed.gov/PORTALSWebApp/students/spanish/index.jsp>

Aprendiendo el idioma inglés

Enfóquese en el vocabulario

A la hora de ponerse a aprender el inglés, uno de los temores que tiene la gente es el de no entender la gramática, frustrarse y abandonar el aprendizaje de este idioma, lo cual es un error bastante frecuente y muy común, pero la verdad es que la mayoría de la información en un idioma viene a través del vocabulario y no de la gramática.

Por ejemplo, usemos una frase muy famosa que se utiliza para aprender a escribir a máquina: “*The quick sly fox jumped over the lazy brown dog.*” Si nos enfocamos en la gramática de esta frase, no encontramos mucho, esto es: *The, over, the.* Estas tres palabras no nos dan mu-

cha información, sin embargo, la parte que es puro vocabulario, en esta frase: “*quick, sly, fox, jumped, lazy, brown, dog.*” ya nos brinda una noción, pues podemos saber fácilmente que habla de un zorro, un perro y un salto.

¿Por qué es famosa esta frase del zorro y el perro? y ¿por qué sirve para aprender a escribir a máquina? Porque en esta frase: *The quick sly fox jumped over the lazy brown dog,* están ¡todas las letras del alfabeto inglés!

Si usted invierte 20 minutos al día leyendo lo que tiene a mano—desde etiquetas de productos, hasta revis-

tas, periódicos y sitios en el Internet— para memorizar vocabulario en inglés, verá cómo fácilmente enriquece la parte más importante para comenzar a comprender el idioma.



No se de por vencido, aprenda el inglés

La llave se llama “conocer”

Ayude a sus hijos con el sobrepeso



Fotografía: Alan Cleaver

Usted puede ayudarlos antes de que sea tarde

Cuando una persona ya es gorda, cuesta mucho trabajo bajar de peso, es frustrante, lento y, en muchos casos, la autoestima se siente afectada. Pero, la buena noticia es que, en la

gran mayoría de los casos, es posible evitar llegar a ese momento.

Enseñe a sus hijos, desde muy temprana edad, a no comer acorde a la publicidad. Instrúyalos para que conozcan la buena alimentación y las consecuencias directas de la mala alimentación. Que sepan la diferencia entre lo constructivo y lo destructivo en los alimentos. Para poder lograrlo, no compre mucha comida procesada, con alto contenido de grasa, aceites hidrogenados y azúcar. ¡Jamás incluya en su mercado sodas ni golosinas!

Hay ciertas edades en las que los jó-

venes rechazan los buenos consejos de los padres entonces use su inteligencia e invente formas creativas de hacer que ellos mismos encuentren la información de otras fuentes.

Aproveche que ellos viven con el Internet como parte de su vida e impúselos a que aprendan e investiguen por sí mismos. Hágales preguntas para que ellos se vean obligados a investigar. Por ejemplo, podría decirle a su hijo adolescente: “Mira hijo, he escuchado que el azúcar se acumula en el cuerpo en forma de grasa, ¿podrías leer algo de eso y comentarme?”.

La administración les servirá toda la vida

Sus niños y el dinero

¿Sabe cuánto dinero necesita cada mes? ¿Cuánto gasta en comida, servicios públicos, diversión? Quizá usted es una persona que lleva muy bien sus cuentas del hogar, pero sus hijos, ¿saben hacerlo?

Según una agencia del Gobierno Federal que está a cargo de garantizar los depósitos bancarios, hay muchas cosas que usted puede hacer para que sus hijos crezcan sabiendo utilizar el dinero sabiamente. Lo primero es enseñarles con el ejemplo, explicándoles cómo hace usted para administrar su propio dinero, las razones por las que decide ahorrar, o por qué decide comprar una cosa en lugar de otra. También es útil ir de compras con los hijos y explicarles por qué unas cosas son más caras que otras.

Otro buen consejo es que sus hijos lo acompañen al banco para que vean para qué sirven y cómo funcionan las transacciones.

En la casa, pueden ayudarle a revisar las cuentas y hacer el balance de su chequera, mientras se les explica por qué es importante pagar las deudas a tiempo.

Otras de las cosas importantes es darles un monto mensual y aconsejarles que lo utilicen de forma inteligente y quizá abrir una cuenta de ahorro para que ellos mismos la administren.

Los niños que crecen con sabiduría financiera tienden a tener menos problemas económicos en su vida adulta, y usted puede guiarlos y ayudarlos desde ahora.

El gobierno tiene en Internet un excelente sitio educativo en español, donde usted puede aprender a cuidar de su propia economía y obtener ideas para enseñarles a sus niños: www.mymoney.gov/espanol



Ellos pueden aprender a administrarlo

Buscando la casa ideal

¿Casa grande o lote grande?



¿Esta pensando comprar una casa?

A la hora de comprar, mucha gente se pregunta si la mejor inversión es comprar la casa con el terreno más

grande, con la esperanza de que se valorice más con el tiempo.

Según varios expertos en bienes raíces, este factor del “tamaño del lote” no significa –automáticamente– un mejor precio de re-venta. La calidad de la construcción, la cocina, los baños y la ubicación de la casa respecto a las escuelas, son los aspectos que generalmente le dan mayor valor a una casa.

Sin embargo, en zonas del país donde

los lotes grandes son escasos, y donde se podría ampliar o construir una casa nueva, el tamaño del terreno se convierte en un factor importante.

Como regla general, los expertos recomiendan que usted compre la casa que más le guste para su propio estilo de vida, y si eso implica un terreno grande, ¡pues hágalo!

viene de la página 2

Celiaquía, una enfermedad oculta

de peso inexplicable (aunque también puede darse con sobrepeso o peso normal).

Debido a que los intestinos no absorben muchas vitaminas, minerales y otras partes importantes de los alimentos, los siguientes síntomas pueden ir apareciendo con el tiempo: propensión a la formación de hematomas, depresión o ansiedad, fatiga, retraso en el crecimiento de los niños, pérdida del cabello, picazón en la piel (dermatitis herpetiforme), ausencia de períodos menstruales, úlceras bucales, calambres musculares, dolor articular; sangrado nasal, convulsiones, entumecimiento u hormigueo en manos o pies y corta estatura sin explicación.

Los niños con celiaquía puede presentar defectos en el esmalte dental y cambio de color en los dientes, retraso en la pubertad, diarrea o estreñimiento, heces fétidas o grasas, náuseas y/o vómitos, comportamiento irritable o melindroso, aumento deficiente de

peso, crecimiento lento y estatura por debajo de lo normal para su edad.

Los exámenes de sangre pueden detectar algunos anticuerpos especiales, llamados anticuerpos contra la transglutaminasa tisular (TGA, siglas en inglés) o anticuerpos antiendomiso (EMA, por sus siglas en inglés). El médico ordenará estos exámenes de anticuerpos si hay sospecha de celiaquía. Si son positivos, normalmente se lleva a cabo una endoscopia de vías digestivas altas para obtener una muestra de un pedazo de tejido (biopsia) de la primera parte del intestino delgado (duodeno). La biopsia puede mostrar un aplanamiento de las vellosidades en las partes del intestino que están por debajo del duodeno.

También hay disponibilidad de pruebas genéticas en la sangre, para ayudar a determinar quién puede estar en riesgo de padecer esta dolencia.

Se puede ordenar una biopsia de control o análisis de sangre varios meses

después del diagnóstico y el tratamiento. Estos exámenes evalúan su respuesta al tratamiento. Los resultados normales significan que usted ha reaccionado favorablemente al tratamiento, lo cual confirma el diagnóstico. Sin embargo, esto no significa que la enfermedad haya sido curada.

Dado que la causa exacta se desconoce, no hay forma conocida de evitar padecer la celiaquía, no obstante, el estar consciente de los factores de riesgo (como tener un familiar con este trastorno) puede aumentar las probabilidades de tener un diagnóstico y tratamiento precoz, al igual que una vida larga y saludable.

Referencias en el Internet: <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000233.htm>

Un servicio de la Biblioteca Nacional de Medicina de EEUU. Institutos Nacionales de la Salud.

Quizá usted no lo sabía

Los trabajos más riesgosos

Los trabajos donde se registra el mayor porcentaje de accidentes fatales, son: la pesca, los madereros –incluyendo a la gente que mueve los troncos en los bosques–, el pilotaje de aviones y la ingeniería de vuelo, los de la industrias

del acero, los de granjas y ranchos, los de instalación de techos y de líneas de alta tensión y los de chofer de camión.

Fuente: Oficina de Estadísticas de los EEUU.



¿Cómo es su trabajo en materia de riesgos?

viene de la página 1

La revolución del aprendizaje por Internet

Estos programas han demostrado poderosas ventajas que tratan con muchos tipos de estudiantes: los con riesgo de aprendizaje, los niños con discapacidad de aprendizaje, los talentosos y dotados, los de ámbitos rurales e urbanos, y niños mayores que requieren instrucción en áreas de especialización donde podría existir escases de profesores calificados.

A nivel nacional, cuanto mayor es el porcentaje de estudiantes latinos en una escuela secundaria determinada, mayores son las probabilidades de que estén recibiendo instrucción de parte de profesores que no tienen especialización en la materia que enseñan. Entonces, mientras sigan proliferándose los materiales educativos virtuales de alta calidad para todos los niños, los beneficios para los latinos serán especialmente valiosos.

El Departamento de Educación de los EEUU en el 2009, determinó que los estudiantes que están en aprendizaje por Internet, generalmente rinden mejor. El mismo estudio, concluyó que los programas híbridos – los que ofrecen tanto instrucción por Internet como instrucción cara a cara, producen los mejores resultados.

¿Cómo funciona?

Una escuela innovadora en Chicago, que ofrece esta promesa, es la *VOISE Academy (Virtual Opportunities Inside a School Environment)*, que comenzó en otoño del 2008, como arte de la iniciativa renacentista 2010, de la ciudad. Aunque el manejo de la escuela y sus políticas de inscripción podrían ser consideradas tradicionales, lo tradicional termina ahí. *VOICE* utiliza

un enfoque de enseñanza híbrido que está construido alrededor del aprendizaje *APEX* –con base en Seattle–. A cada estudiante se le entrega una computadora portátil (con controles que monitorean la actividad en Internet). En el aula, los profesores suplementan el aprendizaje con sus propios planes de enseñanza y están disponibles para brindar ayuda adicional hasta las 5:00PM y sábados en la mañana. Esta es una de un número pequeño de escuelas híbridas, en el país que otorgan títulos.

Artículo cortesía de Lori Drummer y Don Soifer del *Lexington Institute*. Para ver el estudio completo, visite en Internet: www.lexingtoninstitute.org y busque el estudio “Libertad en la Educación” (Este artículo es una síntesis del original)

viene de la página 3

Los adolescentes homosexuales

des de Lesbianas y Homosexuales [*Parents, Families, and Friends of Lesbians and Gays (PFLAG)*].

Los adolescentes que no se sienten cómodos con su orientación sexual o que no saben cómo expresarla, pueden beneficiarse de recibir consejería. Pueden beneficiarse del apoyo y de la oportunidad de clarificar sus emociones. La terapia también puede ayudar al adolescente

a hacer el ajuste a los problemas y conflictos que surjan en el ámbito personal, escolar y familiar. La terapia dirigida específicamente a cambiar la orientación homosexual no se recomienda y puede ser dañina a un adolescente reacio/a. Puede crear mayor confusión y ansiedad al reforzar los pensamientos negativos y las emociones con las que el adolescente ya está luchando.

Para más información acerca de la organización de Padres, Familias y Amistades de Homosexuales (PFLAG), visitando en la computadora www.pflag.org o puede ponerse en contacto con: PFLAG, 1726 M Street, NW, Suite 400, Washington, DC 20036, Tel. (202) 467-8180. Artículo provisto por *National Institutes of Health*.

Editorial por Lori Drummer y Don Soifer

¿Cómo salvar la brecha en el aprendizaje de los hispanos?

Según los resultados del año 2009 de la evaluación nacional para el progreso educativo, estos mostraron que los niños latinos del cuarto y el octavo grados tienen dos veces más probabilidades que los blancos de obtener el lamentable puntaje de “más bajo que el básico” en lectura.

¿Acaso el sistema público de educación norteamericano le ha fallado a la familia latina?

Todavía persisten brechas entre el éxito de los niños latinos y los blancos en un sistema de educación que está dominado por los sindicatos de profesores y poderosos intereses que le niegan a los padres de familia la oportunidad de tomar decisiones de crucial importancia en la educación de sus hijos.

Pero la tendencia más alarmante fue que no lograron mejorar entre los años 2002 al 2009. Para dos de cada cinco latinos que están en la categoría más baja, con un puntaje “más bajo que el básico”, las probabilidades de obtener un diploma de secundaria son muy remotas.

Las habilidades “básicas” de lectura para los estudiantes del octavo grado se definen como “la capacidad de poder localizar información en un texto e interpretar el significado de una palabra tal como está siendo usada en el mismo”.

Si se mantienen las tendencias actuales es posible que solamente 11 de

cada 100 latinos en kindergarten en los Estados Unidos obtengan un título de licenciatura según pronósticos del *Educación Trust*.

Evidentemente, ya es hora de adoptar un enfoque diferente. Las reformas basadas en la posibilidad de que los padres puedan elegir las escuelas para sus hijos son una fuente de esperanza para los estudiantes latinos. Estas reformas que ya han sido implementadas en Florida incluyendo la escolarización virtual, la opción de seleccionar escuelas privadas para estudiantes de bajos ingresos y estudiantes con necesidades especiales, y un mercado fuerte de escuelas “charter”, han mostrado una trayectoria notable de éxitos en la última década.

Sobre la base de los resultados del NAEP del 2009, los latinos de cuarto grado de Florida sobrepasaban o igualaban los promedios de los niños de todo el estado, en 31 estados. Esto quiere decir que los niños latinos de cuarto nivel están superando los promedios que incluyen a todos los estudiantes de cada estado, incluidos los blancos y los estudiantes de altos ingresos en otros 31 estados.

Como se ha señalado por los investigadores Matthew Ladner y Dan Lips, en 1998 los resultados de lectura de los niños latinos de cuarto grado de Florida, estaban 25 puntos por debajo del promedio nacional de los estudiantes blancos, pero para el 2009, la brecha se había cerrado a solo 6 puntos. Según Ladner, si estas tendencias conti-

núan, los estudiantes latinos de cuarto nivel igualarán a los niños blancos en el promedio nacional de lectura para el año 2011.

A este punto, es claro que la posibilidad de las familias de elegir la escuela de sus hijos según su interés y necesidades fue una política clave que ayudó a despertar el éxito en la comunidad latina y empezó a cerrar la brecha en el rendimiento escolar en la Florida.

(*La mano amiga* agradece al *Lexington Institute* por su contribución con este editorial. Para leer más artículos sobre educación, visite www.lexingtoninstitute.org)



Relativamente pocos hispanos llegan aquí en EEUU