

Guía de Aprendizaje N° 10 ORIENTACIÓN Quinto y Sexto Básico		
Nombre		Fecha: semana del 01 al 05 junio 2020
OA 05	<ul style="list-style-type: none"> Reconocer y describir causas y consecuencias del consumo de drogas (por ejemplo, tabaco, alcohol, marihuana), identificar factores que lo previenen y proponer estrategias para enfrentarlo, como mantener hábitos de vida saludable y aprender a manejar el stress. 	
Indicadores/Objetivo de la clase	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aumentar la percepción de riesgo frente al consumo de alcohol. ✓ Incrementar el ejercicio de una ciudadanía activa y democrática. 	
Contenidos a trabajar en la clase:	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar una actitud crítica, reflexiva e informada frente al consumo de alcohol. - Desarrollar estrategias para enfrentar los riesgos. 	

¿Y QUÉ TANTO CON EL ALCOHOL?



El 80 % de los adolescentes dice que sus padres son quienes más influyen en su decisión de beber

a) ¿Qué opinas tú?

.....

.....

b) ¿En qué ocasiones toma alcohol la gente?

.....

.....

c) ¿Cuándo tomar alcohol hace daño para la salud?

.....

.....

d) ¿Cómo notas cuando alguien ha tomado más alcohol de la cuenta? ¿Podrías describir su comportamiento?

.....

.....

.....

e) ¿Cómo te sientes cuando eso ocurre?

.....

.....



- f) ¿Por qué crees que las investigaciones dicen que tomar alcohol en la niñez y en la adolescencia es dañino para la salud
-
-

ACTIVIDAD: HAGAMOS CAMPAÑA

Informe Mundial de Situación sobre Alcohol y Salud 2014 (OMS)

- Cada año mueren en el mundo **3,3 millones de personas** a consecuencia del consumo nocivo de alcohol.
- El uso nocivo de alcohol es un factor causal en más de **200 enfermedades y trastornos**.
- Es muy importante evitar el consumo de alcohol en la niñez y adolescencia, ya que puede producir **problemas físicos y psicológicos**, debido a que el cuerpo y el cerebro están aún en proceso de formación.
- Beber alcohol antes de los 18 años aumenta cinco veces la probabilidad de desarrollar la **dependencia** de esta sustancia.

¡Hay que tener cuidado con el alcohol!

El alcohol es una droga que puede producir efectos negativos para la salud de las personas cuando no se controla su consumo y que cuando se consume en la adolescencia, los efectos son aún más dañinos.

Reflexionemos sobre las preguntas y posibles respuestas que están a continuación. Luego tú propone una nueva respuesta.

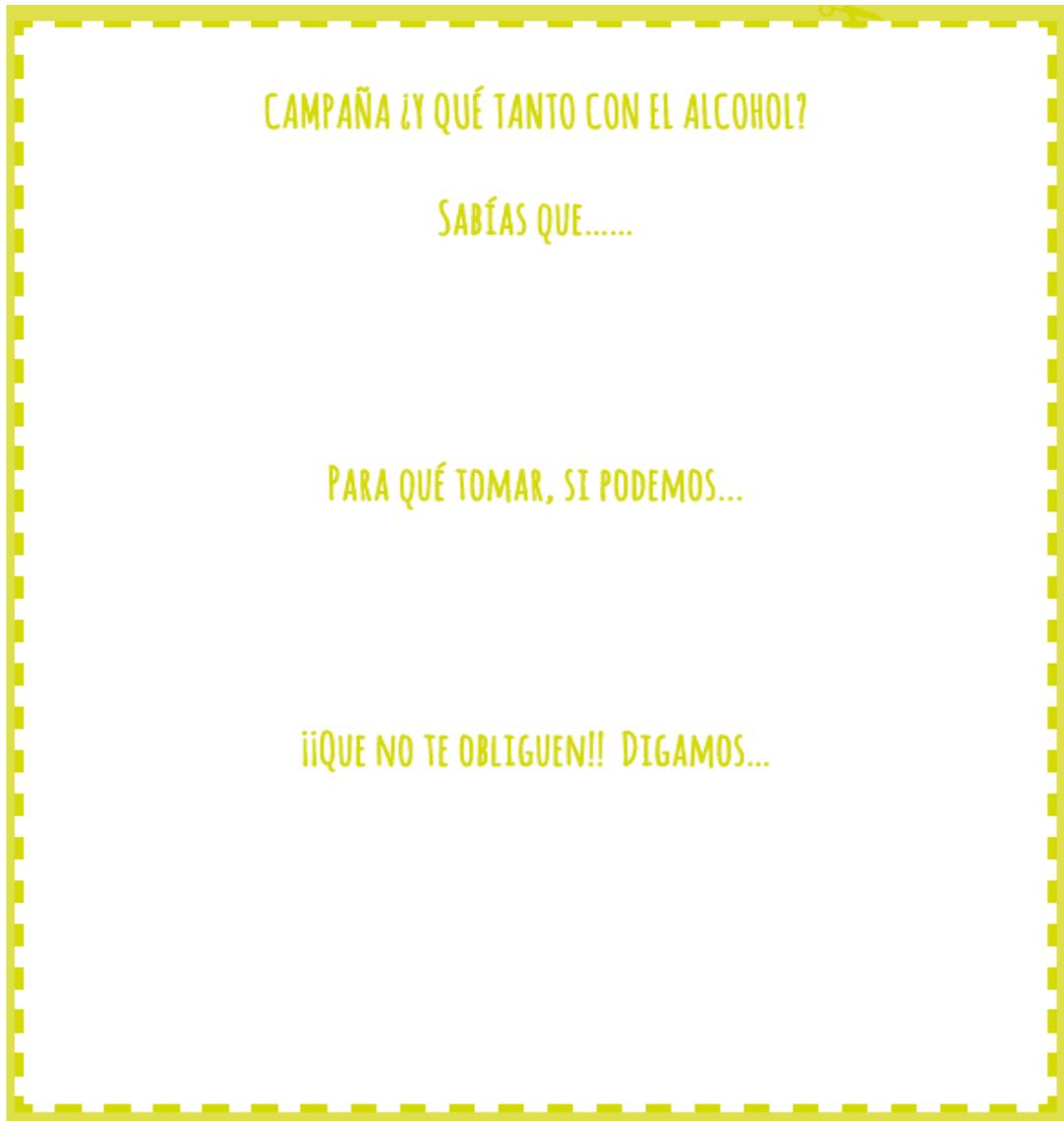
PREGUNTAS	POSIBLES RESPUESTAS
¿Qué puedes hacer si un amigo o amiga empieza a tomar alcohol?	<ul style="list-style-type: none"> • No dejarlo solo/a y mantener su amistad, pero explicarle los daños que puede tener su conducta. • Conversar con él o ella sin juzgarlo, pero mostrándole que no estás de acuerdo con lo que está haciendo. • Ofrecerle ayuda para pedirle a una persona adulta de confianza que lo/la oriente. Proponerle actividades entretenidas y saludables para hacer juntos.
¿Qué puedes hacer si alguien insiste en que tomes alcohol y tú no quieres hacerlo?	<ul style="list-style-type: none"> • Ser directo y decir "No, gracias". • Cambiar de tema, desviando su atención. • Decir un chiste, para desviar la atención con humor. • Irte de ese lugar. • Al retirarte de la situación, pedirle a una persona adulta que te guíe a buscar nuevas estrategias para enfrentar este tipo de situaciones.
NUEVAS RESPUESTAS	



Realicemos campaña

Elabora un folleto o volante para una campaña de prevención del consumo de alcohol en adolescentes. Para ello, tengan en cuenta lo siguiente:

- Consideren la información leída, y lo que han observado.
- El volante debe contener al menos los aspectos que aparecen en el formato.



IDEAS FUERZA

- ✓ El alcohol altera la conducta, disminuye los reflejos, los niveles de atención y concentración.
- ✓ El consumo de alcohol en los periodos de la pubertad y adolescencia es más riesgoso porque en estos las personas se encuentran en pleno proceso de desarrollo físico y mental. Si beben, este puede verse afectado.
- ✓ Consumir alcohol a edades tempranas aumenta las probabilidades de desarrollar dependencia. En cualquier dosis, el alcohol es riesgoso para un niño, niña o adolescente.
- ✓ ¡Cuidémonos del alcohol, sobre todo en esta etapa de la vida! ¡Aprendamos a pasarlo bien de otras maneras!



PROGRAMA SENDA MINEDUC