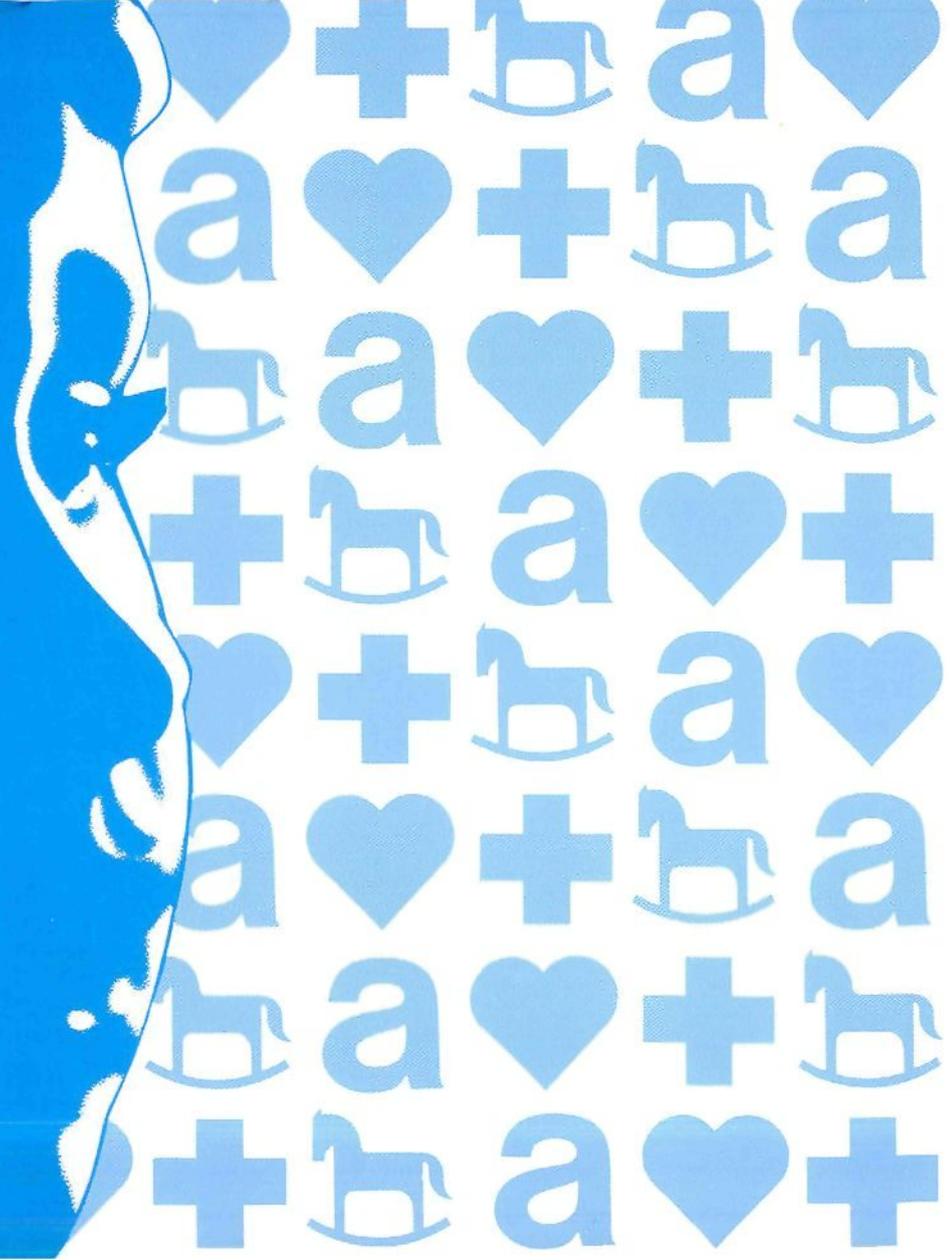


**EL MEDIO ESCOLAR  
Y LA PREVENCIÓN  
DE LAS  
DROGODEPENDENCIAS**

**MANUAL DE  
ACTIVIDADES  
(Ciclo 12-16 años)**





**EL MEDIO ESCOLAR  
Y LA PREVENCIÓN  
DE LAS  
DROGODEPENDENCIAS**

**MANUAL DE  
ACTIVIDADES  
(Ciclo 12-16 años)**



MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIA  
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCACION

**Manual de actividades**  
**Ciclo 12 a 16 años**

**Elaborado por:** Grup IGIA

**Autoras:** Inmaculada Bargallo  
Raquel Vidal

**Coordinación:** Víctor Martí  
Imma Mayol

**Diseño portada, maqueta e ilustraciones:** MASDIS-  
SENY —Rubí—, Barcelona.

**Fotocomposición:** Marín Alvarez Hnos.

Edita: MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIA  
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCACION  
N.I.P.O.: 176-89-033-X  
I.S.B.N.:84-369-1513-5  
Depósito Legal: M-7302-1989  
REALIZA: MARIN ALVAREZ HNOS. (MADRID)

# INDICE

	<u>Páginas</u>
<b>INTRODUCCION GENERAL.....</b>	7
<b>ACTIVIDADES .....</b>	11
Tema 1: Dependencia .....	13
Introducción	
Actividad número 1	
Actividad número 2	
Tema 2: Abuso de sustancias .....	17
Introducción	
Actividad número 1	
Actividad número 2	

Páginas

Tema 3: Información sobre diferentes sustancias .....	23
Introducción	
Actividad número 1	
Actividad número 2	
Tema 4: Factores de influencia social. Aspectos socioeconómicos .....	33
Introducción	
Actividad número 1	
Actividad número 2	
Actividad número 3	



# **INTRODUCCION GENERAL**



# Introducción general

Dentro del programa puesto en marcha por el Ministerio de Educación y Ciencia sobre Prevención de Drogodependencias, se han desarrollado diferentes acciones. Una de ellas es la elaboración del material de apoyo para profesores.

Este material está compuesto por los siguientes documentos:

- Folleto de criterios básicos sobre prevención en el medio escolar y plan de actuación del Ministerio de Educación y Ciencia.
- Informe para el profesorado.
- Manual de actividades.

Estos documentos no están diseñados como recursos independientes, sino que constituyen un conjunto, cuyas partes se complementan.

El material que a continuación se presenta consiste en un manual de actividades dirigido a profesores que trabajen el Ciclo de 12 a 16 años, siguiendo como referencia los grupos de edad propuestos en la Reforma Educativa, es decir:

- Primaria, de 6 a 12 años.

- Secundaria Obligatoria, de 12 a 16 años.
- Secundaria no Obligatoria, de 16 a 18 años.

Un programa de prevención de las drogodependencias debe enmarcarse en un ámbito más global de Educación para la Salud. Es en este marco más amplio donde se cumple, junto con la tarea educativa cotidiana, la parte más importante de la prevención y la promoción de la salud.

El manual que presentamos tiene como objetivos:

- Ser un instrumento para **orientar** al profesor en su tarea a la hora de programar y realizar actividades en el aula.
- **Sugerir** tanto cuestiones técnicas, metodológicas, como también de contenido, si bien debe ser el propio docente quien concrete el “qué” y el “cómo”, en función de su realidad y posibilidad de actuación. En este sentido, hemos elaborado unas actividades que pueden adaptarse a diversas realidades.

En cuanto a la estructura, hemos elegido cuatro temas, con el objeto de dar un marco global a partir

de los puntos claves sobre las drogas. Los temas escogidos son los siguientes:

- Dependencia.
- Abuso de sustancias.
- Información sobre diferentes sustancias.
- Factores de influencia social. Aspectos socioeconómicos.

Estos mismos temas se han tratado en manuales pertenecientes a las etapas anterior y posterior, dando un enfoque progresivo de los mismos, que permita al alumno ir incorporándolos en su formación.

El Ciclo de 12 a 16 años tiene algunas características que hemos tenido en cuenta a la hora de enfocar este trabajo. En estas edades, el pensamiento de los chicos ya no versa únicamente sobre situaciones y objetos concretos, sino que es capaz de razonar de una manera más compleja, formando conceptos, deduciendo, induciendo. Asimismo, es importante resaltar el papel que juega el grupo como punto de referencia y regulador de actitudes, hábitos, conductas e ideas del adolescente.

El objetivo fundamental de un programa preventivo dirigido a los cursos de la Enseñanza

Secundaria Obligatoria será el de educar para la salud en sentido amplio y el de fomentar hábitos y actitudes contrarios al uso de drogas, mejorando sus conocimientos y potenciando su capacidad de decisión.

En relación a la metodología, las actividades que se proponen respetan un esquema de trabajo común.

El punto de partida son los propios alumnos, sus experiencias, sus conocimientos, actitudes y hábitos, su interpretación de la realidad objeto de estudio, sus interrogantes. De este modo, respetando su nivel de conocimiento, sus lagunas y errores, podremos plantear situaciones de aprendizaje adecuadas que les permitan incorporar aspectos correctivos en su razonamiento, mejorar sus hábitos y ampliar sus conocimientos.

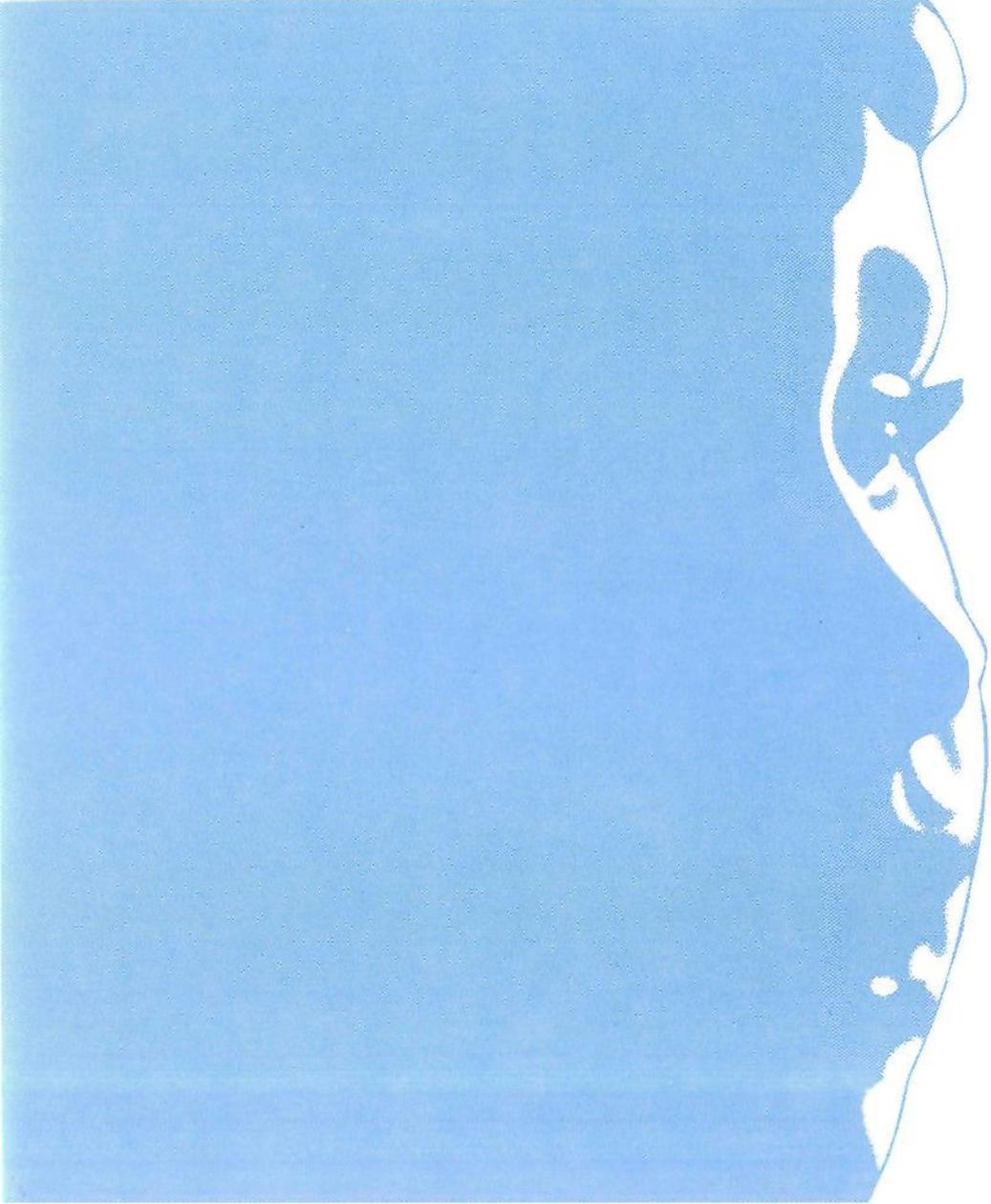
No debemos considerar a los alumnos como sujetos pasivos de la enseñanza, sino como sujetos activos del proceso de aprendizaje. Tenemos que conseguir, pues, un estilo de trabajo que despierte su interés y estimule la reflexión, la discusión, la confrontación y argumentación de puntos de vista diferentes.

Para finalizar, expondremos el esquema utilizado para desarrollar las actividades:

- Objetivos que se pretenden conseguir, ordenados lógicamente.
- Area o áreas de aprendizaje a partir de las que se puede trabajar la actividad.
- Proceso de trabajo que se propone realizar.



## ACTIVIDADES





# Tema 1: Dependencia

## Introducción

La dependencia es el eje del problema de las drogodependencias. No obstante, es un tema mucho más amplio, que va más allá del ámbito de las drogas. Nuestra sociedad es generadora de dependencias en cuanto que, a menudo, manipula información y crea necesidades que no siempre lo son en realidad.

Trabajar en la escuela la no dependencia significa favorecer y potenciar la autonomía de los alumnos. La consecución de este objetivo va más allá de la clase: debe formar parte del Proyecto Educativo del centro, implicando así a toda la comunidad escolar.

Crear un clima adecuado en el que los chicos y chicas confíen en su capacidad para organizarse, hacer propuestas, críticas, en el que sean capaces de tomar decisiones por sí mismos y resolver los problemas, en el que reflexionen sobre el tipo de relación que establecen con sus compañeros, con el maestro o maestros..., es la manera como el profesor puede mejorar y potenciar la autonomía de sus alumnos.

No es posible, pues, abordar este trabajo desde un área de aprendizaje. Debe ser parte integrante de la tarea educativa cotidiana.

## Actividad número 1

### a) *Objetivos*

1. Analizar la necesidad de poseer productos de determinadas marcas.
2. Reflexionar sobre los factores que provocan esta necesidad.

### b) *Áreas de aprendizaje*

Esta actividad puede abordarse desde las Ciencias Sociales.

### c) *Proceso de trabajo*

- 1.º Cada alumno responderá por escrito las preguntas siguientes:
  - Imagínate que dispones de una cantidad suficiente de dinero para comprarte unos pantalones, un jersey, unas bambas, unas gafas de sol y una bolsa de deporte.
    - a) ¿A qué tiendas irías a comprártelos?

b) ¿Cómo te gustaría que fueran?

c) ¿Pedirías unas marcas determinadas? ¿Cuáles?

d) Si has contestado afirmativamente la pregunta c, explica por qué las pedirías.

- 2.º Un grupo de alumnos categorizarán las respuestas y presentarán los resultados al resto de la clase.
- 3.º Comentar colectivamente las respuestas mayoritarias a las preguntas a, b y c. Ampliar el análisis con otros datos (cómo vamos vestidos ahora, compra de otros productos...). Se extraerán conclusiones sobre la necesidad de poseer o no productos de determinadas marcas, colores, diseño...
- 4.º Discutir las respuestas a la pregunta d y analizar críticamente las razones mencionadas y los factores que conducen a actuar de este modo (publicidad, presión del grupo, aceptación del grupo, imitación, identificación con determinados personajes y personas...).

5.º Reflexionar sobre las posibles desventajas de estar pendientes de determinadas marcas. A modo de ejemplo: todos vamos uniformados; una marca no es siempre sinónimo de mejor calidad; a menudo son productos más caros; no siempre están al alcance de nuestro poder adquisitivo; a veces no son los que más favorecen.

## Actividad número 2

### a) *Objetivos*

1. Reconocer otras situaciones de dependencia.
2. Reflexionar sobre los factores y los mecanismos personales que pueden generar estas situaciones.
3. Conocer los recursos personales a potenciar para evitar estas situaciones.

### b) *Áreas de aprendizaje*

Esta actividad se puede trabajar desde el área de Ciencias Sociales y de Lenguaje.

### c) *Proceso de trabajo*

1.º Se planteará a los alumnos que, por grupos, piensen otras situaciones de depen-

dencia. Cada grupo expondrá su trabajo. El profesor deberá orientar la discusión ampliando, si es necesario, las situaciones de dependencia (de sustancias, juegos, personas...).

2.º Cada grupo escogerá una de las situaciones planteadas y elaborará un comic para plasmarla gráficamente. Se confeccionará un mural con los trabajos de los distintos grupos.

3.º Reflexionar sobre los mecanismos y las causas, tanto personales como sociales, que provocan las diferentes situaciones de dependencia comentadas en la clase. A modo de ejemplo: inseguridad, poca capacidad de decisión, no saber resolver los propios problemas, dejarse llevar por la presión del grupo, por la publicidad, la moda, falta de información, apatía...

Para completar este trabajo sugerimos utilizar el vídeo “Presión de grupo y toma de decisiones”, elaborado por el Grupo IGIA.

4.º Plantear un trabajo escrito en el que se expliquen los recursos personales a potenciar para evitar estas situaciones y se propongan actividades alternativas.



# Tema 2: Abuso de sustancias

## Introducción

A pesar de que no se debe confundir el uso de drogas y la dependencia, está claro que el usuario es quien tiene un mayor riesgo de acabar siendo un dependiente. Por ello es necesario trabajar la diferencia entre el uso y el abuso o uso inapropiado de sustancias.

El objetivo, en la etapa de la Enseñanza Secundaria Obligatoria, será: aprender a reconocer y a diferenciar situaciones de uso y de abuso o uso inapropiado de sustancias; conocer las diferentes formas de abuso y los riesgos que puede comportar el uso de drogas.

## Actividad número 1

### a) *Objetivos*

1. Saber que los medicamentos presentan una utilidad terapéutica, pero un riesgo potencial.

2. Conocer y comprender los conceptos de buen uso y uso inapropiado de medicamentos. Conocer las condiciones necesarias para el buen uso.

b) *Áreas de aprendizaje*

Esta actividad se trabajará dentro del área de Ciencias Naturales o Biología.

c) *Proceso de trabajo*

1.º Proponer la siguiente definición de medicamento y reflexionar sobre su contenido:

“Un medicamento es una sustancia química **ajena** al organismo y capaz de actuar sobre sus funciones.”

2.º Para introducir el trabajo sobre la diferencia entre un buen uso y un uso inapropiado sugerimos leer y comentar el siguiente texto:

“Los medicamentos pueden ser instrumentos efectivos para preservar la salud y curar las enfermedades, cuando son utilizados de manera racional. [...] Los estudios de utilización de medicamentos realizados en nuestro país indican que existe un uso excesivo y, sobre todo, un mal uso de los mismos. [...]”

“La prescripción de medicamentos es un acto médico, que forma parte del proceso de la visita médica. No se entiende una prescripción desligada de un proceso de diagnóstico. [...] Sin unas condiciones adecuadas de práctica asistencial es imposible una visita médica y, en consecuencia, una prescripción de medicamentos correcta y efectiva. [...]”

“Los medicamentos deberían ser instrumentos de salud y no artículos de consumo”<sup>1</sup>.

3.º Pedir a los alumnos que traigan prospectos de medicamentos que tengan en su casa. Se leerán algunos y se aclarará el significado de los distintos apartados. A continuación se plantearán las siguientes cuestiones:

- ¿Qué tipo de lenguaje se utiliza? (si es inteligible o no, tipo de vocabulario).
- ¿A quién va dirigido? ¿Quién puede entenderlo en su totalidad? (médicos, enfermeras, farmacéuticos...).

---

<sup>1</sup> Texto traducido. Varios: *Prescripció i ús dels medicaments*. Col·legi de Metges de Barcelona. Col·lecció Salut i Sanitat n.º 9, Barcelona. Ed. Laia, 1986.

- Se habla de advertencias, contraindicaciones, efectos secundarios, intoxicación, precauciones... ¿Qué te sugieren estos apartados? (Reflexionar sobre el riesgo potencial que tienen los medicamentos.)
- En el envase consta la fecha de caducidad. ¿Qué puede pasar si se ingiere un medicamento caducado? (La ingestión de medicamentos caducados, en los que puede verse alterada su composición, comporta el riesgo de que no sirvan ya e, incluso, que produzcan efectos no deseables.)

Se aprovechará para resaltar la importancia de la receta médica después de una visita, en contra de la automedicación.

- 4.º A continuación, los alumnos, por grupos de trabajo, deberán pensar situaciones de buen uso de medicamentos y situaciones que, a su parecer, son de abuso o uso inadecuado de los mismos.

Exposición de los distintos trabajos y discusión.

El profesor deberá ayudar aportando nuevos datos y suscitando interrogantes. Por

ejemplo: ¿Qué se debe hacer ante una duda en relación al uso de un medicamento? ¿Un médico siempre debe recetar medicamentos en una visita? ¿Es necesario acudir siempre a un médico ante cualquier molestia? ¿Qué se puede hacer para aliviar un dolor? ¿Qué hacer ante una situación de nervios?...

- 5.º Proponer alternativas a las situaciones de abuso o mal uso discutidas anteriormente y reflexionar sobre las medidas que nos pueden conducir a un estado de salud mejor, contribuyendo a prevenir las enfermedades y, por lo tanto, a reducir la frecuencia del uso de medicamentos.

## Actividad número 2

### a) Objetivos

1. Saber reconocer las situaciones de abuso o uso inapropiado de alcohol.
2. Conocer las diferentes formas de abuso.
3. Conocer los riesgos que comporta el abuso de alcohol.

b) *Áreas de aprendizaje*

Esta actividad se puede abordar desde el área de Lengua y/o de Ciencias Naturales.

c) *Proceso de trabajo*

1.º Plantear a los alumnos diferentes situaciones de consumo de alcohol. Por grupos deberán analizarlas y decidir en cuáles hay un abuso o uso inapropiado de alcohol, en cuáles no y por qué.

- En una fiesta, una persona bebe un par de copas y cuando termina se va a dormir.
- En una fiesta, una persona bebe un par de copas y en seguida coge el coche para ir a su casa.
- En una fiesta, una persona bebe un par de copas. Al terminar, se va a la discoteca y toma un par de “cubatas”.
- Una persona tiene que hacer un examen oral y se toma una copa de coñac para animarse.
- Una persona bebe un vaso de vino durante la comida.
- Una persona con dolencias de estómago bebe vino durante las comidas.
- Una mujer embarazada toma un carajillo después de cada almuerzo.
- Una persona a media mañana toma en ayunas una copa de coñac.
- Una persona, que afirma que no es alcohólica puesto que nunca se ha emborrachado, toma cada día: una cerveza y un carajillo en el desayuno; dos o tres vasos de vino y una copa de coñac en el almuerzo; alguna copa con sus compañeros al salir del trabajo; dos o tres vasos de vino en la cena.
- Una persona toma una cerveza y un carajillo al desayunar y sigue trabajando. Su trabajo consiste en manejar una máquina peligrosa.
- En una boda, el camarero sirve cava en la mesa de los niños. Los adultos le ríen la gracia.
- Una persona está tomando antihistámicos debido a una alergia y bebe vino en las comidas.

- Un grupo de excursionistas están realizando una travesía y, al llegar la noche, baja mucho la temperatura. Para combatir el frío beben coñac.

Puesta en común y debate de las distintas clasificaciones.

2.º Los alumnos leerán la siguiente información:

Existen diversas formas de abuso o uso inapropiado de alcohol. Se consideran situaciones de abuso **cuantitativo**:

- La dependencia: ya existe el hábito.
- La intoxicación aguda por una dosis excesiva; es decir, cuando el consumo supera la cantidad de alcohol que un organismo puede tolerar.

Pero existen también otras situaciones de abuso o uso inapropiado que responden a criterios **cualitativos**, es decir, según las circunstancias, el momento... Por ejemplo: la ingestión de alcohol, incluso en pequeñas dosis, en una situación de riesgo (conduciendo, haciendo una tarea de precisión, durante el embarazo, según la edad, cuando uno sabe que le perjudica...); consumir alcohol y algunos medicamentos simultáneamente.

Teniendo en cuenta esta información, se clasificarán colectivamente las situaciones anteriores según el criterio de uso/abuso o uso inapropiado (de tipo cuantitativo o cualitativo). Se comentarán las diferencias existentes entre las clasificaciones iniciales de los distintos grupos y la colectiva.

3.º Los alumnos pensarán los posibles riesgos de las distintas situaciones de abuso de alcohol antes descritas (mayor probabilidad de accidente de tráfico, intoxicación por dosis excesiva o por mezcla de distintas bebidas, aumento de las dolencias físicas, el alcohol afecta al feto, aumento de accidentes laborales, habituación-independencia, etcétera).



# Tema 3: Información sobre diferentes sustancias

## Introducción

Se ha demostrado en repetidas ocasiones que la información por sí sola no es suficiente para prevenir el uso y abuso de drogas. La información debe ser un elemento más a considerar en un Programa de Educación sobre Drogas y debe adaptarse a las edades, características, conocimientos previos e intereses de los alumnos a los que va dirigida.

El objetivo de este tema será aumentar y mejorar la información sobre conceptos básicos y sobre las sustancias legales o ilegales que se considere oportuno abordar, corrigiendo asimismo posibles errores. Esta información debe tener una base de credibilidad y ser objetiva al máximo.

En estas edades conviene que conozcan los efectos negativos a corto y a largo plazo (físicos, psicológicos, sociales) del consumo de drogas,

pero sin dramatizarlos. Se hará especial hincapié en los aspectos positivos del no consumo.

## Actividad número 1

### a) *Objetivos*

1. Reflexionar sobre el concepto de droga.
  - 1.1. Saber que las drogas pueden producir dependencia.
  - 1.2. Saber que las drogas afectan negativamente a la salud física y mental.

### b) *Áreas de aprendizaje*

Esta actividad se puede trabajar desde el área de Ciencias Sociales.

### c) *Proceso de trabajo*

Esta actividad pretende trabajar el concepto de droga partiendo de la propia percepción de los alumnos para así poder conocer la información que poseen, con la finalidad de ampliarla, mejorarla y corregir posibles errores.

- 1.º Los alumnos contestarán individualmente y por escrito las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es una droga?
2. Enumera todas las drogas que conozcas.
3. ¿Qué es un drogadicto?
4. ¿Por qué crees que una persona se droga?
5. ¿Qué le puede pasar a una persona que se drogue?

Las preguntas 1 y 2 nos informarán de qué sustancias se consideran droga. Es importante ver si incluyen las drogas legales. Se trabajará también la clasificación de las drogas en legales e ilegales.

Con la pregunta 3 podremos comprobar si los alumnos relacionan el drogadicto con la dependencia.

La pregunta 4 nos servirá para conocer qué causas consideran más importantes.

Con la pregunta 5 conoceremos el tipo de consecuencias que tiene para ellos el consumo de drogas. Es importante ver si mencionan sólo efectos físicos o también psicológicos y sociales.

- 2.º El profesor expondrá a la clase las respuestas más comunes, los aspectos donde hay

más desacuerdo y pedirá aclaraciones si es necesario.

- 3.º Los alumnos leerán individualmente la siguiente información, que después se discutirá para asegurar su comprensión.

#### • Concepto de droga

“Una droga es una sustancia que produce modificaciones en el organismo actuando sobre el Sistema Nervioso Central, que es el encargado de coordinar y controlar los diferentes órganos y funciones del cuerpo. Una droga es capaz, mediante estas alteraciones, de modificar el comportamiento y la capacidad de percibir, de sentir y de pensar de la gente”<sup>2</sup>, pudiendo llegar a producir un estado de dependencia.

Sustancias de uso legal como el tabaco, el alcohol y algunos medicamentos también actúan sobre el Sistema Nervioso, pueden producir dependencia y, por lo tanto, son drogas.

#### • Concepto de drogadicto o drogodependiente

Es la persona que se ha habituado, se ha acostumbrado a la droga y que necesita consumirla

de forma continuada o periódica, siéndole cada vez más difícil abandonarla.

#### • Efectos de las drogas

El uso de drogas produce trastornos físicos y también puede ocasionar trastornos psicológicos, es decir, puede modificar la personalidad, el carácter, el tipo de relación que se establezca con los demás. No todas las drogas afectan del mismo modo. “En general, los efectos de las drogas dependen de las variables siguientes:

- el tipo de droga,
- la dosis que se tome,
- el funcionamiento del cuerpo de cada persona,
- la frecuencia del uso,
- las expectativas que uno mismo pone en la droga”<sup>3</sup>
- (...)

---

<sup>2, 3</sup> Textos extraídos y traducidos del libro de Esperança Castell/Teresa Salvador *Gaudir la vida. Drogues, per què?* Barcelona: Editorial Graó, 1987.

- 4.º Los alumnos revisarán las respuestas a las preguntas anteriores completándolas con la nueva información que poseen y corregirán sus incorrecciones.

## Actividad número 2

### a) *Objetivos*

1. Mejorar y aumentar la información sobre diferentes sustancias.
2. Conocer datos reales de consumo y de sus consecuencias.
3. Proponer alternativas al consumo de drogas.

### b) *Áreas de aprendizaje*

Esta actividad se abordará desde las áreas de Ciencias Naturales y Ciencias Sociales.

### c) *Proceso de trabajo*

Con esta actividad pretendemos ofrecer un esquema que sirva para trabajar la información sobre cualquier tipo de droga. Es una pauta que deberá adaptarse a las necesidades e intereses de cada grupo.

- 1.º Los alumnos responderán unas preguntas que nos servirán para conocer qué información poseen sobre la sustancia que se pretende trabajar. Si se trata del hachís, las cuestiones pueden ser las siguientes:

1. ¿Qué es el hachís?
2. ¿Crees que consumir hachís puede producir efectos positivos? Si tu respuesta es afirmativa, di cuáles.
3. ¿Piensas que su consumo puede producir efectos nocivos para la salud? Si tu respuesta es afirmativa, explica cuáles.

- 2.º Se presentará a los alumnos un texto o textos sobre las sustancias que se pretenden abordar. Leerán la información, que se discutirá colectivamente, para aclarar dudas y asegurar su comprensión.

Incluimos textos sobre el tabaco, el alcohol y el hachís porque nos parece conveniente que, en estas edades, los chicos posean, como mínimo, una clara información sobre estas sustancias. En el Manual de Actividades Recomendadas de 16 a 18 años pueden encontrarse textos sobre otros tipos de droga. También se puede encontrar más información en el Informe para el profesorado. Si se

considera necesario, desde la asignatura de Ciencias Naturales o Biología se ampliará la explicación de los efectos nocivos que el consumo de drogas puede ocasionar sobre el organismo.

- 3.º Los alumnos compararán sus respuestas a las preguntas iniciales con la información que ahora poseen, las completarán y, si es necesario, las corregirán.
- 4.º Para conocer datos reales de consumo y de las consecuencias de la droga que se esté trabajando, los alumnos recogerán la información del Centro de Salud más próximo, del Hospital Comarcal o Provincial, de la Jefatura de Tráfico u otros centros que se consideren implicados.
- 5.º Se elaborarán gráficas que plasmen los datos recogidos.
- 6.º A continuación, se planteará a los alumnos que propongan alternativas al consumo de drogas. Se trata de pensar actividades que puedan producir efectos positivos sin producir también los negativos. Por ejemplo: el alcohol y el hachís pueden relajar; pensar otras formas de relajación que no sean perjudiciales para la salud (descansar, dormir, leer, pasear, escuchar música, hacer

deporte...). Si se trabaja el tabaco, pensar qué actividades se pueden hacer mejor si no se consume.

### Información sobre el tabaco

El tabaco es una planta solanácea de 1,5 m. a 2 m. de altura. Para el consumo se utilizan las hojas.

En el humo del tabaco se encuentran más de 500 elementos, entre ellos la nicotina (responsable de la dependencia física), el alquitrán y el monóxido de carbono.

**A corto plazo**, el consumo de tabaco produce, entre otros, los efectos siguientes:

- Disminución del hambre.
- Aumento del ritmo cardíaco.
- Disminución de la capacidad pulmonar y de la resistencia física.
- Ensucia los dientes.
- Mal aliento.

**A largo plazo**, el tabaco altera la calidad de vida, ocasionando, entre otros, los efectos siguientes:

- Afecciones respiratorias: tos, bronquitis crónica, enfisema.
- Afecciones cardiovasculares: angina de pecho, infarto de miocardio, trombosis.
- Ulceras de estómago.
- Aumenta el riesgo de cáncer de pulmón, de laringe, de esófago...

La acción irritante del humo del tabaco sobre las vías respiratorias da origen a una mayor producción de moco y a una dificultad para su expulsión por la afectación de los cilios que normalmente realizan esta labor de limpieza. Esto provoca el síntoma más frecuente del fumador, que es la tos, sobre todo por la mañana al levantarse, acompañada de expulsión de flemas.

En el fumador de cigarrillos la intensidad de esta afección depende del número de cigarrillos que se fumen y del tiempo que se llevè fumandò. La irritación continuada produce la inflamación de los bronquios (bronquitis crónica).

La secreción obstruye las vías aéreas y dificulta el paso del aire por las mucosas, especialmente en la espiración. Esto da lugar a una afección obstructiva crónica del pulmón con ruptura de los alvéolos pulmonares y retención de aire en el pulmón

(enfisema). La capacidad pulmonar se reduce considerablemente y son mucho más frecuentes las infecciones sobreañadidas.

La bronquitis puede reducirse en gran parte al dejar de fumar, pero las lesiones enfisematosas son irreversibles.

Por supuesto que el hábito de fumar no es la única causa de bronquitis crónica y enfisema y que la contaminación atmosférica, y sobre todo la exposición laboral a determinadas sustancias y al polvo (de carbón, de lana, algodón, fundiciones, amianto, sílice, etc.), pueden contribuir más activamente a la aparición de estas afecciones. En general, el fumar potencia la acción de estas otras sustancias.

Las afecciones cardiovasculares son debidas a las lesiones que se producen en los vasos que riegan el corazón. Las más conocidas y frecuentes son la angina de pecho y el infarto de miocardio. La lesión que subyace en estas enfermedades, así como en los trastornos vasculares del cerebro (trombosis, hemorragias), es la lesión arterioesclerótica. El tabaco contribuye a su desarrollo por la acción directa de la nicotina, que actúa como vasoconstrictora y aumenta la coagulabilidad de la sangre, y por la acción del CO, que dificulta la oxigenación de los tejidos.

El tabaco dificulta la oxigenación de las células y de los tejidos por dos mecanismos: por una parte, reduce la capacidad ventilatoria del pulmón, y por la otra, el transporte del oxígeno por la sangre.

El tabaco no es el único factor de riesgo de estas enfermedades, pero sí uno de los más importantes <sup>4</sup>.

### Información sobre el alcohol

El alcohol es un producto químico extraño al organismo que desde tiempos muy remotos se obtiene de la fermentación de la savia de diferentes árboles y arbustos, de la miel, de las frutas... Existen bebidas de baja graduación (como la cerveza y el vino de mesa) y bebidas de alta graduación, como los licores destilados (coñac, ginebra, whisky...).

A **corto plazo**, el consumo de alcohol puede producir, entre otros, los efectos siguientes:

- Disminución de los reflejos.

---

<sup>4</sup> Información extraída, en gran parte, del libro *La Educación sobre las Drogas en el Ciclo Superior de la E. G. B.* Ramón Mendoza, Araceli Vilarrasa, Xavier Ferrer. Ministerio de Educación y Ciencia, Madrid, 1986. Estudios de Educación.

- Disminución de las capacidades de atención y concentración.
- Efectos estimulantes seguidos de depresión.
- Sueño.
- Desinhibición.
- Verborrea.

A **largo plazo**, el consumo de alcohol altera la calidad de vida, afectando tanto a la salud física (por la acción tóxica del alcohol sobre el organismo) como a la salud mental (cambios en el comportamiento, en las relaciones personales, laborales...).

El alcoholismo es una dependencia patológica del alcohol. El individuo alcohólico es el que la sufre de tal modo que sus preocupaciones y su comportamiento están centrados en la bebida y en la forma de conseguirla, ya que la dependencia del alcohol le exige beber para evitar la aparición de los síntomas que provoca la abstinencia (mareos, vómitos, náuseas, vértigos, sudores, dolor de cabeza, vista nublada, insomnio, temblor, ansiedad, etc.).

Las consecuencias físicas del alcoholismo son varias. Unas son efecto tóxico directo del alcohol

y otras resultan de estar más expuesto a contraer enfermedades, como infecciones, etc., a consecuencia de un debilitamiento del organismo.

Entre las primeras se encuentran las enfermedades digestivas. El alcohol irrita el estómago y produce gastritis alcohólica. El alcohólico pierde el apetito, tiene náuseas y vómitos matutinos. El funcionamiento del hígado se altera y se producen hepatitis, hígado graso y cirrosis.

Produce también enfermedades cardiovasculares por las alteraciones que ocasiona en el músculo cardíaco y en las arterias.

Puede dar lugar a enfermedades de los músculos, de la sangre (anemias), de las glándulas endocrinas (impotencia, frigidez, esterilidad).

Entre las complicaciones psíquicas y enfermedades del sistema nervioso, las más frecuentes y las que aparecen antes son los trastornos de carácter, que vuelven a la persona fácilmente irritable, malhumorada y apática o explosiva. El cambio de carácter dificulta la convivencia y las relaciones interpersonales del individuo.

En estados más avanzados hay afectación del cerebro, el cual sufre lesiones definitivas, que conducen a la demencia, donde ya hay un grave

deterioro de las capacidades psíquicas e intelectuales del individuo.

El malestar físico que padece el alcohólico, junto con los trastornos psíquicos, mantienen a éste en una situación de equilibrio inestable con su medio ambiente. Esta situación se refleja frecuentemente en el trabajo y en la familia.

El absentismo laboral es muy frecuente en los alcohólicos. También son abundantes las bajas por enfermedades benignas, a las que se ha dicho que son más propensos que el resto de la población.

Las relaciones familiares suelen evolucionar hacia un deterioro más o menos profundo. Los reproches, las discusiones, las agresiones, los celos forman parte de la vida cotidiana.

Otro aspecto importante es el alcoholismo en la mujer embarazada, ya que el alcohol actúa directamente sobre el feto.

El consumo inmoderado de alcohol es perjudicial para la persona, para el grupo y para la colectividad. Se hace, pues, imprescindible reconocer la necesidad de un uso moderado de bebidas alcohólicas <sup>5</sup>.

---

<sup>5</sup> Información extraída del libro *Educación sobre las Drogas en el Ciclo Superior de la E. G. B.*, anteriormente citado.

## Información sobre cannabis (marihuana, hachís)

Después del alcohol y el tabaco, la marihuana y el hachís son las drogas más consumidas en nuestra sociedad.

La *Cannabis sativa* es una planta anual que crece fácilmente en cualquier región de clima templado. La preparación seca de las hojas y las flores constituye la llamada hierba, marihuana o maría, mientras que la resina que se obtiene constituye el hachís, chocolate o mierda.

Actualmente nos encontramos en un momento de tolerancia social por lo que respecta al consumo de cannabis, que se ha desmitificado y desdramatizado de tal manera que sus patrones de consumo y sus formas de iniciación son cada vez más similares a las de las bebidas alcohólicas o el tabaco. Pero esto no significa que esta planta sea inocua para la salud <sup>6</sup>.

**Efectos a corto plazo.** Hay que resaltar que, como en el caso de otras drogas, los efectos psicológicos a corto plazo dependen mucho de las

---

<sup>6</sup> Información extraída del libro *Gaudir la vida. Drogues, per què?*, citado anteriormente.

expectativas que se tienen al consumirla. Por lo tanto, depende del usuario, la dosis, la disposición y el ambiente en el que se consume. El consumo de cannabis puede ocasionar:

- Efectos euforizantes (ganas de reír, desinhibición...).
- Efectos depresores (relajación, somnolencia...).
- Efectos sensoperceptivos (alteración de la percepción, espacio, tiempo).
- Alteraciones de la memoria.
- Disminución de la capacidad de atención y concentración.
- Reacciones de pánico y/o violencia en dosis elevadas.

## Efectos a largo plazo:

- Físicos:
  - conjuntivitis crónica,
  - enfermedades respiratorias (tiene un 50 por 100 de alquitrán y un 70 por 100 más de CO que un cigarrillo),

- falta de apetito,
  - inflamaciones en el hígado,
  - alergias,
  - diarreas,
  - disminución de la inmunidad celular,
  - alteraciones del Sistema Nervioso Central.
- Psíquicos:
- cambios de afectividad y de conducta, empobrecimiento de las relaciones,
  - trastornos del pensamiento y la capacidad de concentración,
  - dificultades en los aprendizajes,
  - estado apático y falta de reacción,
  - dificulta el contacto con la realidad <sup>7</sup>.

---

<sup>7</sup> Texto extraído de *Prevención de las drogodependencias. Dossier para educadores*. Área de Juventud. Ayuntamiento de Barcelona.

# Tema 4: Factores de influencia social.

## Aspectos socioeconómicos

### Introducción

Dentro de este tema se han abordado tres aspectos diferentes:

1. La publicidad como factor favorecedor del aumento del consumo de tabaco y de alcohol.
2. Los intereses económicos de la producción y comercialización legal de sustancias.
3. Un aspecto más preventivo: criterios y recursos para la ocupación del tiempo libre.

La escuela debe ayudar a conocer los recursos que la publicidad utiliza para llamar nuestra atención y favorecer el consumo. Por ello, es necesario plantear actividades que permitan analizar tanto la intencionalidad del mensaje escrito como la del

mensaje visual. La imagen, perfectamente estructurada según un código y que, por lo tanto, manipula la realidad, juega un papel fundamental en la publicidad. Conocer estos mecanismos es imprescindible para poder razonar y adoptar una postura crítica ante los mensajes publicitarios.

La reflexión sobre el tiempo libre es importante porque los chicos empiezan a decidir por sí mismos cómo quieren ocuparlo. Se debe abordar el tema, valorando las actividades y planteando alternativas, para intentar disminuir la influencia de pautas de actuación socialmente potenciadas que empujan hacia formas de recreo demasiado consumistas.

## Actividad número 1

### a) *Objetivos*

1. Conocer la finalidad de los anuncios de tabaco y de alcohol como favorecedores del consumo.
2. Saber valorar críticamente los mensajes publicitarios de tabaco y alcohol.
  - 2.1. Conocer algunos errores que transmiten los anuncios publicitarios de estas drogas.

- 2.2. Comparar el prototipo de consumidor que transmiten con los consumidores reales.

3. Proponer alternativas al consumo de estas sustancias.

### b) *Áreas de aprendizaje*

Esta actividad se puede abordar desde el área de Lengua y de Ciencias Sociales.

### c) *Proceso de trabajo*

- 1.º Recopilación por parte de los alumnos de anuncios de tabaco y de alcohol en la prensa periódica (revistas, dominicales de periódicos); en las vallas publicitarias, mediante fotografías o diapositivas; en la televisión, mediante grabación en vídeo.

- 2.º Analizar algunos anuncios siguiendo los puntos que se detallan a continuación:

#### 1. *Análisis de la imagen*

- 1.1. Descripción de la imagen:

- Comprobar que en todos los anuncios aparece el nombre y la fotografía del producto de una forma desta-

cada, ya sea por el lugar que ocupa, el tamaño respecto al resto de objetos, el color...

- Observar y descubrir los objetos y las personas que aparecen (edad, estado de ánimo, forma de vestir...).
- Analizar la situación que se representa (una fiesta, una reunión de amigos, tomando un baño, viendo un espectáculo...).
- Observar otras características (juego de colores, composición, belleza del conjunto...).

### 1.2. Interpretación de la imagen:

- Analizar qué da a entender la imagen, qué sensaciones o emociones intenta provocar (tranquilidad, buena relación entre amigos, facilidad para ligar, erotismo, relación de ciertas bebidas alcohólicas con personas de clase social alta, con ciertas profesiones, con la práctica de deportes de élite...).

## 2. Análisis del texto

- Cuál es el lema central: “El sabor de la aventura”, “Los mejores momentos”, “Muérete de gusto”... Observar el juego de palabras al utilizar el nombre del producto en el lema: “Hay gente con **Fortuna**”, “Saboree el placer de la **Fama**”, “Un hombre, una mujer y **Carlos**, el **tercero**”, “Martini Dry: muy seco, muy **Martini**”...
- Analizar la intencionalidad del mensaje escrito.
- Descubrir posibles “errores” en la publicidad del alcohol y del tabaco, comparando la información que transmiten con los efectos a corto y a largo plazo que pueden producir estas drogas. A modo de ejemplo:
- Martini: “A CUALQUIER HORA Y EN CUALQUIER LUGAR”. Contrastar esta información con la gran cantidad de accidentes de tráfico debidos al alcohol.
- “UN MARTINI TE INVITA A VIVIR”; Cerveza Cruzcampo: “TU CUERPO TE LA APLAUDIRA”. Contraponer estos

lemas al hecho de que el alcohol afecta negativamente al organismo.

- Marie Brizard: “ASI SIEMPRE LO TENDRAS CLARO”. Contraponer esta información a los problemas de coordinación y a la disminución de reflejos que puede ocasionar el alcohol.
  - Carlos III: “AQUI, UN AMIGO”. Enumerar algunas ventajas de tener un amigo y analizar si el alcohol también las tiene.
  - “WILLIAM LAWSON’S, EL PRELUDIO DE TU NOCHE”. Contrastar esta información con el hecho de que el alcohol no mejora las relaciones sexuales. A largo plazo provoca una disminución de la producción de hormonas sexuales, sobre todo en el hombre.
  - Fortuna: “HAY GENTE CON FORTUNA”. Comparar este lema con los efectos nocivos del consumo de tabaco.
- 3.º Los alumnos extraerán conclusiones y reflexionarán sobre la finalidad que tienen los

anuncios de tabaco y alcohol de aumentar su consumo.

- 4.º Plantear a los alumnos que existe otro tipo de publicidad: la publicidad indirecta. Proponer que observen y anoten, durante un período de tiempo determinado, el consumo de estas drogas en películas y series televisivas (quién las consume, en qué momento, situación...), en entrevistas con personajes conocidos, apariciones públicas de cantantes, actores, escritores... Las informaciones recogidas se discutirán en clase.
- 5.º Reflexionar colectivamente sobre la imagen de la persona consumidora que nos presenta la publicidad y compararla con los consumidores reales que fuman o beben desde hace tiempo.
- 6.º A continuación se planteará a los alumnos que propongan alternativas al consumo de estas sustancias. A modo de ejemplo, ¿son indispensables estas drogas para mejorar las relaciones sociales, para solucionar nuestros problemas, para ser más felices?, etcétera. Sugerir maneras de conseguir estos objetivos sin recurrir a las drogas.

## Actividad número 2

### a) *Objetivos*

1. Conocer el gasto que supone fumar para un consumidor habitual.
2. Conocer la relación de la publicidad del tabaco y del alcohol con los intereses económicos ligados a su comercialización.

### b) *Áreas de aprendizaje*

Esta actividad se trabajará dentro del área de Ciencias Sociales.

### c) *Proceso de trabajo*

- 1.º Para que los alumnos conozcan el gasto que supone el hábito de fumar, les proponemos que calculen el dinero semanal, mensual y anual que invierte un fumador de un paquete diario de tabaco negro y de tabaco rubio.
- 2.º Pensar otras actividades que pueden realizarse con este dinero (desde ir al cine con el gasto semanal hasta viajar con el gasto anual).
- 3.º Confeccionar murales ilustrativos tanto de los cálculos realizados como de las posibles actividades alternativas.

- 4.º Lectura y discusión colectiva del texto “¿Las drogas han existido siempre?”

“Efectivamente, las drogas existen desde tiempos remotísimos y se han utilizado en todas las culturas, ligadas sobre todo a rituales mágicos y religiosos. Se ha afirmado que “mientras haya personas que quieran consumir drogas, habrá también productores y traficantes”. ¿Qué piensas de esta afirmación?

En las sociedades preindustriales ya se había cultivado la droga, que se utilizaba según las distintas pautas culturales; pero el progresivo abandono de las formas tradicionales de vida, como consecuencia del surgimiento de la industrialización, dio lugar a un gran aumento del consumo de drogas motivado por una compleja serie de factores socioeconómicos ligados a la existencia de un mercado que persigue el incremento del consumo a instancias de la producción. Y es que la droga, actualmente, se ha convertido en uno de los negocios más lucrativos, y aumenta cada vez más el número de productores y traficantes interesados en ampliar el mercado, que sigue la ley de la oferta y la demanda, disponiendo de instrumentos publicitarios efectivos.

Por esta razón, la amplia oferta de drogas es muchas veces determinante del inicio del consumo de mucha gente. Cualquier actuación que pretenda ser efectiva en el terreno de la prevención debe adoptar medidas para disminuir la oferta (por ejemplo, el control y la reestructuración del sector productivo y la restricción de la publicidad y de la venta). Esto es extremadamente difícil porque los intereses económicos son ya internacionales y existen muchas empresas que viven de las ganancias que la producción y la comercialización de la droga les produce. Los Estados, en el caso de las drogas legales, obtienen grandes beneficios mediante los impuestos. Hay que tener en cuenta, no obstante, que el coste social y sanitario que origina el consumo de tabaco y de alcohol es superior a los ingresos que el Estado obtiene de su comercialización.

¿Qué te parece que se debería hacer para impedir que el consumo de drogas produzca graves problemas personales y colectivos?"<sup>8</sup>.

---

<sup>8</sup> *Gaudir de la vida. Drogues, per què?* Obra citada.

### Actividad número 3

#### a) *Objetivos*

1. Revisar la utilización del tiempo libre, analizando y valorando su conducta en función de diferentes criterios.
2. Proponer nuevas formas de ocupar el tiempo libre.
3. Conocer los recursos del barrio, pueblo o ciudad respecto al tiempo libre.
4. Analizar posibles carencias o deficiencias en relación a estos recursos.

#### b) *Áreas de aprendizaje*

Esta actividad se abordará desde el área de Ciencias Sociales.

#### c) *Proceso de trabajo*

- 1.º Cada alumno elaborará un texto que tendrá por título "¿Qué haces en tu tiempo libre?"
- 2.º Se leerán en clase y se anotarán en la pizarra las actividades que los alumnos hayan mencionado. Se reflexionará sobre otros aspectos, como pueden ser: la facilidad o no de ocupar el tiempo libre, si se

muestran satisfechos, si las actividades son rutinarias, si se dejan llevar por el consumismo, por la apatía, etc.

- 3.º Ampliar entre todos la lista de actividades expuesta en la pizarra. Valorarlas según diferentes criterios que pueden ser aportados por los propios alumnos y por el profesor. A modo de ejemplo: es divertida o no; ayuda a ganar amigos o no; cuesta mucho o poco dinero; aporta nuevos conocimientos o no; ayuda a estar sano o no; es peligrosa o no; se exploran lugares desconocidos o no<sup>9</sup>.
- 4.º Teniendo en cuenta estos criterios y las actividades que se han valorado más positivamente, cada alumno revisará su manera de ocupar el tiempo libre.
- 5.º Por grupos, los alumnos recogerán información en el Ayuntamiento, Diputación, Asociación de vecinos, etc., de los recursos existentes en relación al tiempo libre. Se elaborará un fichero, que podrá ponerse a disposición de la escuela.

- 6.º Elaborar una posible lista de carencias o deficiencias y concretar demandas, que podrán ser enviadas a los organismos pertinentes.

Pensar formas de organizarse que estén a su alcance y mejoren su tiempo libre.

---

<sup>9</sup> Criterios extraídos del libro *Educación sobre drogas en el Ciclo Superior de la E. G. B.* Obra citada.







Ministerio de Educación y Ciencia