

NOMBRE Y APELLIDOS:

FECHA:

FICHA EVALUABLE: Las sustancias adictivas: el tabaco, el alcohol y otras drogas. Problemas asociados.

BL2 CR9. Investigar las alteraciones producidas por distintos tipos de sustancias adictivas y elaborar propuestas de prevención y control.

EA.9.1. Detecta las situaciones de riesgo para la salud relacionadas con el consumo de sustancias tóxicas y estimulantes como tabaco, alcohol, drogas, etc., contrasta sus efectos nocivos y propone medidas de prevención y control.

BL2 CR10. Reconocer las consecuencias en el individuo y en la sociedad al seguir conductas de riesgo.

EA.10.1. Identifica las consecuencias de seguir conductas de riesgo con las drogas, para el individuo y la sociedad.

Una **droga** es una sustancia que altera el sistema nervioso central y que produce un estado de dependencia física y psíquica, tolerancia y graves trastornos en la salud.

La **drogadicción** es un grave problema social, ya que puede llegar a anular la voluntad del que se droga, afectando gravemente a su salud, estudios, trabajo y relaciones sociales y familiares.

La dependencia

■ La **dependencia física**. Es la necesidad de consumir la droga, para que el organismo funcione de modo normal. El **síndrome de abstinencia** es un conjunto de graves trastornos fisiológicos que se producen cuando no se suministra la droga a un cuerpo habituado a ella. Entre otros síntomas, se produce respiración agitada, sudoración, hiperactividad y convulsiones, que pueden ocasionar la muerte.

■ La **dependencia psíquica**. Es la necesidad de consumir la droga, para obtener un estado de euforia o placer, o para evitar el malestar que produce la privación. Por ejemplo, la dependencia de cocaína produce cansancio extremo, ansiedad y depresión.

La tolerancia

La tolerancia es la disminución de los efectos deseados debido al uso continuado de una droga. Como consecuencia, se va requiriendo un aumento de la dosis para conseguir los mismos efectos. La **sobredosis** ocurre cuando se toma una cantidad que el cuerpo no puede asimilar, pudiendo llegar a ser mortal.

Tipos de drogas y trastornos en la salud

Las drogas se pueden clasificar según su mecanismo de acción en:

■ **Depresoras**. Por ejemplo, el alcohol o los tranquilizantes. Frenan la transmisión nerviosa produciendo relajación, somnolencia e incluso coma.

■ **Estimulantes**. Por ejemplo, la cocaína, la nicotina, las anfetaminas o la cafeína. Activan la transmisión nerviosa produciendo sensación de euforia y disminución de la fatiga y del sueño.

■ **Narcotizantes**. Por ejemplo, el opio, la morfina y la heroína. Se utilizan para calmar el dolor y producen sueño y estupor. Generan una fuerte dependencia que es difícil de superar.

■ **Alucinógenas**. Por ejemplo, el cannabis o el LSD. Alteran la transmisión nerviosa, modificando la percepción de la realidad y provocando ilusiones visuales o auditivas (alucinaciones).

Principales trastornos

■ **Daños en el sistema nervioso**, que provocan graves trastornos psicológicos como pérdida de memoria, depresión, ansiedad o esquizofrenia.

■ **Daños en otros aparatos o sistemas**, como la hepatitis, que produce el alcohol; el cáncer de pulmón, que produce el tabaco; o las arritmias, que produce el cannabis.

■ **Trastornos del comportamiento**, que dan lugar a problemas familiares y laborales, actos delictivos o conductas agresivas.

■ **Alteraciones en la percepción de la realidad** y en la **respuesta motora**, que provocan accidentes de tráfico o laborales.

■ Hay que tener en cuenta, además, los efectos dañinos de las sustancias que se utilizan para **adulterar las drogas**, muchas de ellas muy tóxicas y sin ningún tipo de control sanitario.

1. Cita algunos trastornos que puede provocar el consumo de drogas. (0,25 p)

2. ¿Qué diferencia hay entre las drogas depresoras, estimulantes, narcotizantes y alucinógenas? Pon un ejemplo de cada una. (Puedes consultar pág. 125) (0,25 p)

3. ¿Qué diferencia hay entre la dependencia física y la psíquica? (0,25 p)

4. ¿Por qué razón el tabaco y el alcohol son considerados drogas? (0,25 p)

5. Interpreta el siguiente cartel publicitario: (0,5 p)



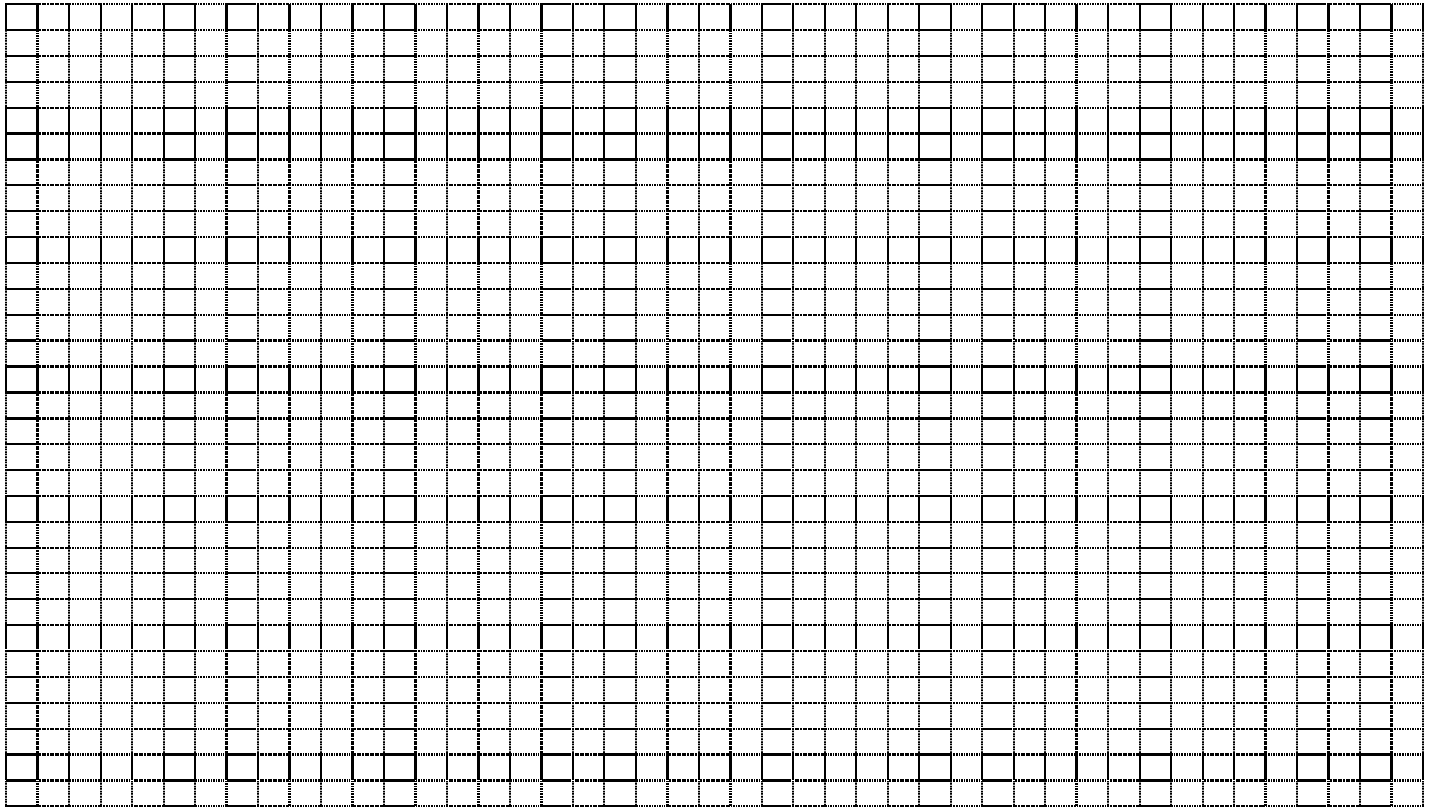
El alcohol es una droga tan peligrosa y adictiva como otras. Su consumo excesivo puede ocasionar daños irreversibles en el sistema nervioso, especialmente en el de los jóvenes.

Es importante tener esto presente en situaciones en las que la presión social de un grupo induce al consumo incontrolado de bebidas alcohólicas.

6. En un estudio realizado sobre la prevención de accidentes de carretera se tomaron datos sobre la distancia que recorría un coche, con sus frenos en buen estado, desde que un obstáculo surgía en la carretera hasta que el coche se detenía por completo.


Los datos se tomaron para un conductor que no había tomado alcohol y se repitieron después de que el conductor hubiera tomado 3 vasos de vino. En estas condiciones, la cantidad de alcohol en la sangre, o alcoholemia, era de 0,8 g/L.

Velocidad del coche en km/h	Distancia recorrida hasta su completa detención en metros	
	Alcoholemia 0	Alcoholemia 0,8 g/L
60	36	45
90	71	85
100	85	100
120	118	135
140	152	170

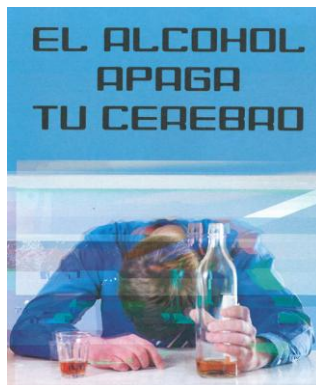


7. Explica cómo afecta el consumo de alcohol, cocaína o cannabis a la conducción. (0,25 p)

8. (1 p)

 El cartel de la imagen corresponde a una campaña contra el alcohol, lanzada específicamente a adolescentes y jóvenes. Pretende promover la reflexión sobre el efecto negativo que el consumo abusivo de alcohol puede tener sobre las capacidades personales, sobre todo, si este consumo se produce cuando el cerebro aún está en desarrollo.

Diseñad un nuevo cartel para una supuesta campaña dirigida a tus compañeros y compañeras con la intención de provocar mayor impacto.



Dibuja aquí el borrador de tu cartel publicitario:

Explicación/justificación de tu cartel:

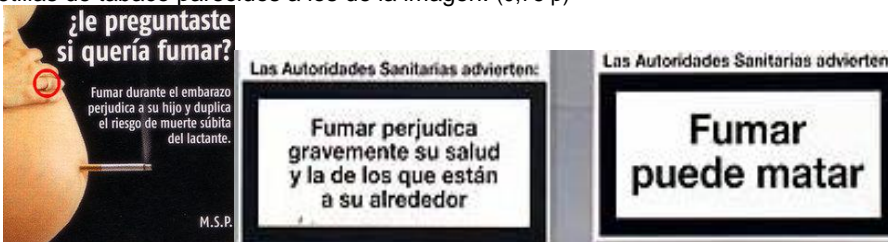
9. Es posible, que en algún momento, te encuentres con alguna proposición para consumir algún tipo de droga. Debes estar preparado para esa situación y tener la madurez necesaria para rechazar esa proposición. Redacta, al menos, cinco argumentos que darías para decir no a las drogas. (0,5 p)

10. Cita varios argumentos para convencer a un amigo/a de que no fume o deje de fumar. Busca información en internet sobre los perjuicios del tabaco. (<http://entrepasillosyaulas.blogspot.com.es/2014/05/prevencion-del-tabaquismo-actividades.html>) (0,5 p)

11. Cita varios argumentos para convencer a un amigo/a de que se debe fumar y aún más en sitios públicos cuando está prohibido. (0,5 p)

12. Busca la ley que regula las medidas frente al tabaco y cita los lugares donde está prohibido fumar. ¿Limita la edad de consumo? ¿Y la venta?
https://es.wikipedia.org/wiki/Ley_antitabaco_de_Espa%C3%B1a_de_2011
<https://www.juntadeandalucia.es/organismos/saludyfamilias/areas/salud-vida/adulta/paginas/ley-tabaco.html>
<https://www.infodrogas.org/nueva-ley-tabaco> (0,5 p)

13. En el paquete de tabaco existen indicaciones sobre su incidencia negativa en la salud. Indica varios mensajes que aparezcan en las cajetillas de tabaco parecidos a los de la imagen: (0,75 p)



¿En qué insisten estas advertencias? Elige el mensaje que más te llame la atención y señala porqué. Busca dos mensajes en internet y coméntalos.

Otras adicciones

Atendiendo a los efectos que producen las drogas, podemos decir que en la actualidad hay otras conductas que pueden generar dependencia; entre estas destacamos:

- Uso del móvil.
- Uso de Internet.
- Videojuegos.

Cada vez es mayor el número de personas que desencadenan estas conductas. No generan dependencia física, pues no se ingieren sustancias, pero sí una dependencia psíquica importante, que promueve al aislamiento social de la persona, y otros efectos secundarios que se podrán ver en el futuro.

Las nuevas tecnologías pueden ser una gran herramienta, pero utilizadas de forma responsable.

En la siguiente página encontrarás una encuesta para comprobar tú mismo si eres adicto a la red.

http://www.laredytu.com/comun/adicc_test.php

Te proporcionamos una serie de páginas donde puedes navegar de forma segura, y encontrar muchos recursos para pasar el tiempo libre, así como informarte sobre los problemas de la red y las nuevas tecnologías.

<http://www.laredytu.com/index.php>
<http://www.protegeles.com/>
<http://www.ciberfamilias.com/index>

14. Cita algunos síntomas para detectar las adicciones anteriormente expuestas. Y enuncia una serie de medidas para prevenirlas. (0,5 p)

EPIGRAFE: DROGAS Y NEUROTRANSMISORES. (Pág. 125) (3 p; 0,25 p cada actividad)

1. ¿Qué son los neurotransmisores?
2. ¿Qué es una droga? Cita dos ejemplos de drogas estimulantes.
3. ¿Cómo se clasifican las drogas según sus efectos?
4. En consumo de droga explica los términos: tolerancia y dependencia.
5. ¿Qué es el síndrome de abstinencia? ¿En qué consiste?
6. Cita tres sensaciones que se quieran conseguir con el deseo convulsivo de consumir habitualmente droga. ¿Cómo se denomina esta dependencia?
7. El alcohol pasa rápidamente a la sangre y llega al cerebro, ¿qué provoca?
8. Cita cinco efectos nocivos del alcohol si se abusa de forma crónica.
9. ¿De qué es responsable el abuso de alcohol?
10. Señala el tipo de droga que es la siguiente sustancia: a) LSD; b) Cannabis; c) Nicotina; d) Morfina; e) Cocaína; f) Heroína; g) Anfetaminas; h) Éxtasis; i) Hipnóticos; j) Alcohol.
11. Argumenta por qué el tabaco se considera una sustancia adictiva y es perjudicial para la salud. Realiza un listado con las advertencias o mensajes de precaución que aparecen en las cajetillas de tabaco.
12. Realiza de la pág. 125 la actividad 7.