



Colegio Ciudad Educativa
Educación parvularia, básica y media
RBD 18028-9
Camino a Las Mariposas N° 4109
Fono: +56 9 961 920 32
Chillán

“Efectos del consumo excesivo de alcohol en nuestro organismo”

| | | | |
|---------------------------------|---|-------------------------|-----------------------|
| Profesor(a): | Brayana Mardones – Susana Llanos | | |
| Correo: | bmardones@ccechillan.cl - sllanos@ccechillan.cl | | |
| Asignatura | Ciencias Naturales | | |
| Curso | 4° A y B | Fecha máxima de entrega | Miércoles 01 de julio |
| Objetivo de aprendizaje: | Identificar los efectos que produce el consumo excesivo de alcohol en la salud humana. Reconocer los factores de riesgo y medidas de prevención del consumo de alcohol. | | |
| Instrucciones: | → Trabajaremos las páginas 52, 54 y 56 de tu texto de Ciencias Naturales como se indica a continuación. → Con ayuda de tus padres y tu ingenio, crea y expresa tus ideas siguiendo las instrucciones del encabezado de la guía de trabajo. → La guía de estudio debe ser enviada a los correos respectivos, entregado en secretaría o portería del colegio, para su posterior revisión. | | |

Lección 2

Tema 2: Investigo sobre el alcohol y su efecto en el sistema nervioso

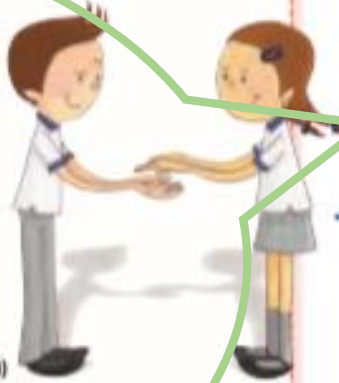
Antes de empezar, escucha las indicaciones que te dará tu profesor(a)

Reúnanse en parejas y realicen la siguiente actividad:

Primer Paso Uno de los integrantes debe extender sus manos con las palmas hacia arriba y el otro colocará las suyas sobre las del primer participante, sin tocarlas y con las palmas hacia abajo. El juego consiste en que el participante que tiene las palmas abajo debe tratar de tocar las manos del compañero(a) (por la parte de arriba) sin que este alcance a sacarlas. Cuando eso ocurra, cambian de roles.

Segundo Paso Repitan el ejercicio, pero ahora el compañero(a) que tiene las palmas hacia arriba jugará con los ojos cerrados. Luego, intercambien roles.

- Cuando jugaron a sacar las manos antes que su compañero(a) las tocara, ¿qué diferencia observaron entre hacerlo con los ojos abiertos y con los ojos cerrados?
- ¿Cómo se sintieron realizando la actividad? ¿Qué fue lo que más les costó? ¿Por qué?
- Planteen dos preguntas que les generen interés respecto de los efectos del consumo excesivo de alcohol.



Tal como pudieron evidenciar en la actividad anterior, para responder a los estímulos, nuestro cuerpo reacciona de manera coordinada y de forma prácticamente instantánea. Sin embargo, existen situaciones que pueden alterar esa capacidad corporal: por ejemplo, en la actividad anterior, la velocidad de su respuesta se pudo haber alterado al cerrar los ojos.

El consumo excesivo de alcohol afecta de forma severa la capacidad de las personas para responder a tiempo a los estímulos del entorno y produce cambios tanto en su comportamiento como en su estado de ánimo. Además, si una persona ingiere alcohol de manera habitual, puede desarrollar una **adicción** a dicha sustancia, es decir, experimentar un deseo incontrolable de continuar consumiéndola, lo que provoca finalmente que pierda el control de su propia vida.

Conceptos clave

adicción: enfermedad crónica y recurrente del sistema nervioso que se caracteriza por la búsqueda y el consumo compulsivo de algo, como el alcohol, a pesar de sus consecuencias nocivas.

¿Comprendiste toda la información leída? Si no es así, subraya las palabras que desconozcas y busca su significado. Luego, vuelve a leer cada párrafo.

Para comenzar la actividad de esta semana primero realiza este juego con algún integrante de tu familia.

Socializa las preguntas a, b y c

En seguida, lee esta información para comprender el tema que vamos a tratar.

Lección 2

Efectos del consumo excesivo de alcohol en el organismo

El consumo excesivo de bebidas alcohólicas afecta al sistema nervioso, provocando la descoordinación y la demora en la capacidad de reacción y de respuesta ante los estímulos. Además, hay otras consecuencias del consumo excesivo de alcohol no tan evidentes a simple vista, pero muy complejas para el organismo, ya que el alcohol es una toxina para el cuerpo.

Disminuye la actividad cerebral, lo que provoca lentitud y descontrol en los movimientos.

Afecta el equilibrio, la coordinación motora fina, la visión y la audición.

Afecta las respuestas involuntarias a nivel de la médula espinal.

Su abuso puede generar trastornos mentales, como pérdida de la memoria, deterioro del aprendizaje e inflamación de los nervios.

Disminuye los reflejos y la capacidad de reaccionar ante situaciones inesperadas.

Afecta el habla, el pensamiento, el entendimiento y el juicio.

Reduce la coordinación y la concentración para manejar.

Provoca trastornos en la personalidad.

Genera irritación e inflamación de las paredes del estómago.

La ingesta excesiva de alcohol no solo afecta al organismo, sino también las relaciones personales con los amigos y familiares de quien lo consume.

¿Qué consecuencias podría tener que una persona conduzca un automóvil después de haber bebido alcohol?

¿Qué consecuencias tiene en la salud de las personas el consumo de alcohol en forma regular y excesiva?

Lee toda la información de esta página. Elige una tarjetita con los efectos que provoca el alcohol en el organismo.

Lección 2

Factores de riesgo y medidas de prevención del consumo de alcohol

¿Qué factores favorecen el consumo excesivo de alcohol? ¿Cómo se puede prevenir? En el entorno en el cual se desarrolla una persona existen algunas condiciones que facilitan el consumo de alcohol y otras que lo previenen. Estos factores pueden ser características o elementos personales y del entorno familiar o social. Los siguientes cartones señalan algunos factores de riesgo y de protección.

Tener un entorno social que no pone límites, sin supervisión de personas responsables.

Mantener una relación de confianza en la familia.

Exceso control de los padres sobre los hijos y una mala convivencia familiar.

Utilizar el tiempo libre en forma inadecuada, como abusar de la televisión, el computador, el celular o los videojuegos.

Realizar deporte u otra actividad en el tiempo libre. Preocuparse de que nuestro cuerpo tenga un descanso reparador.

Tener un entorno social que permita el desarrollo pleno de los jóvenes bajo la supervisión de un adulto.

Pista de color los cartones que corresponden a factores de riesgo del consumo excesivo de alcohol.

Pista de color los cartones que corresponden a factores de protección frente al consumo excesivo de alcohol.

Que una persona permita que sus amistades tomen decisiones por él, ¿corresponde a un factor de riesgo o a uno de protección?, ¿por qué?

A partir de lo que aprendiste en el Tema 2, ¿qué argumentos le darías a una persona para prevenir el consumo excesivo de alcohol? Considera los efectos de esta sustancia en el organismo. ?

Lee toda la información de esta página, esto te ayudará para crear un slogan en la guía de estudio a continuación.



GUÍA DE TRABAJO CIENCIAS NATURALES CUARTO BÁSICO

Nombre: _____ **Fecha:** ____/____/2020

Instrucciones:

Crema una pequeña historieta que represente a una persona experimentando el efecto que provoca beber alcohol en base a la tarjeta que seleccionaste. (Recuerda incluir globos de diálogo)

Finalmente escribe un slogan o mensaje a las personas respecto a los riesgos y medidas de prevención del consumo de alcohol

Mensaje o slogan: