



## Unidad n°1: "Reproducción y salud"

### Las drogas y sus efectos

<b>Profesor(a):</b>	Valeria Elizabeth Chandía Molina		
<b>Correo:</b>	<a href="mailto:vchandia@ccechillan.cl">vchandia@ccechillan.cl</a>		
<b>Curso</b>	6° Básico A – B	Fecha máxima de envío o entrega	Viernes 04 de septiembre
<b>Objetivo de aprendizaje:</b>	Investigar y comunicar los efectos nocivos de algunas drogas para la salud, proponiendo conductas de protección.		
<b>Instrucciones:</b>	Leer muy atentamente la información que se entrega. Se recomienda como apoyo pedagógico: <ul style="list-style-type: none"><li>○ Texto escolar 6° Básico 2019 (<b>páginas 48 a 55</b>)</li></ul> El trabajo puede ser entregado en una de las siguientes modalidades, indicando nombre y curso dentro del plazo dado. <ul style="list-style-type: none"><li>○ En el colegio.</li><li>○ Enviando una foto (donde se pueda apreciar bien la imagen) al correo electrónico.</li></ul>		

#### ¿QUÉ SON LAS DROGAS?

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), "una **droga es toda sustancia** que, introducida en el organismo por cualquier vía de administración, produce una **alteración del natural funcionamiento del sistema nervioso central** (SNC) del individuo y además es susceptible de crear dependencia, ya sea psicológica, física o ambas." Además, las drogas o sustancias psicoactivas son capaces de modificar la consciencia, el humor y el pensamiento de una persona.

#### TIPOS DE DROGAS SEGÚN LA LEGALIDAD:

1. **DROGAS LÍCITAS O LEGALES:** Son aquellas drogas que se consumen y comercializan con el permiso de la ley. Ejemplo: alcohol y tabaco
2. **DROGAS ILÍCITAS O ILEGALES:** Son aquellas drogas que no presentan un permiso por la ley, para su consumo y comercialización. Ejemplo: marihuana y cocaína

#### TIPOS DE DROGAS SEGÚN SUS EFECTOS SOBRE EL SISTEMA NERVIOSO CENTRAL:

De acuerdo con este criterio, las drogas pueden ser: **Depresoras, Estimulantes y Alucinógenas/ Psicodélicas.**

1. **DEPRESORAS:** Son aquellas que disminuyen o retardan el funcionamiento del sistema nervioso central. Producen alteración de la concentración y en ocasiones del juicio; disminuyen la apreciación de los estímulos externos y provocan relajación, sensación de bienestar, sedación, apatía y disminución de la tensión. Son consideradas drogas depresoras el alcohol, los barbitúricos, los tranquilizantes y el opio y sus derivados (morfina, codeína, heroína, metadona).
2. **ESTIMULANTES:** Son drogas que aceleran la actividad del sistema nervioso central provocando euforia, desinhibición, menor control emocional, irritabilidad, agresividad, menor fatiga, disminución del sueño, excitación motora, inquietud. Dentro de este grupo se incluyen la cocaína, los estimulantes de tipo anfetamínico y la mayor parte de las sustancias de síntesis y de las nuevas sustancias psicoactivas.
3. **ALUCINÓGENOS / PSICODÉLICOS:** Se caracterizan por su capacidad de producir distorsiones en las sensaciones y alterar marcadamente el estado de ánimo y los procesos de pensamiento. Incluyen sustancias de una amplia variedad de fuentes naturales y sintéticas, y son estructuralmente diferentes.



### ALGUNAS DROGAS Y SUS EFECTOS

<b>Droga</b>	<b>¿Qué es?</b>	<b>Efectos en la salud</b>
Alcohol	Es una sustancia química que afecta a todos los órganos del cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Adicción (alcoholismo).</li><li>• Disminución de los reflejos y la capacidad de reacción.</li><li>• Reduce la coordinación y la concentración.</li><li>• Aumenta el riesgo de padecer cáncer y enfermedades al hígado.</li><li>• Provoca conductas agresivas.</li><li>• Produce pérdida de control.</li></ul>
Tabaco	Es una droga altamente dañina para el cuerpo y es una de las principales causas de muerte en el mundo.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Produce enfermedades relacionadas con el sistema respiratorio: cáncer de pulmón, bronquitis, enfisema pulmonar, entre otras.</li><li>• Origina problemas cardiovasculares.</li></ul>
Cocaína	Sustancia química que origina euforia en la persona que la consume, es decir, el estado de ánimo es de optimismo y bienestar.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Produce una disminución del sueño y el apetito.</li><li>• Ocasiona descontrol de los impulsos, lo que puede derivar en agresiones.</li><li>• Altera el ritmo cardíaco y la presión sanguínea.</li><li>• Produce rinitis, sinusitis y otras enfermedades en las vías respiratorias.</li></ul>
Marihuana	Es una planta que al ser usada como droga produce alteraciones en la percepción de la realidad.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Produce episodios de angustia y altera las relaciones interpersonales.</li><li>• Provoca una disminución de la cantidad de espermatozoides en el hombre y trastornos en el ciclo menstrual de la mujer.</li><li>• Aparición de enfermedades respiratorias.</li><li>• Aumento del ritmo cardíaco.</li></ul>

<p><b>1. Cannabis</b></p> <p>Relajación, locuacidad, risa floja, desorientación</p> <p><b>9'6%</b> de la población</p> <p>Adicción, alteraciones de memoria y aprendizaje. Desmotivación.</p>	<p><b>2. Cocaína</b></p> <p>Estimulante. Hiperactividad, insomnio, hipertensión, pérdida de apetito, pupilas dilatadas</p> <p><b>2'3%</b> de la población</p> <p>Adicción, trastornos psiquiátricos, coronarios y cerebrovasculares</p>
<p><b>3. Éxtasis</b></p> <p>Estimulante. Hiperactividad, sociabilidad, menor fatiga, aumento de temperatura</p> <p><b>0'7%</b> de la población</p> <p>Destrucción de neuronas, golpe de calor y deshidratación. Posibles problemas de hígado y riñón</p>	<p><b>4. Anfetaminas/speed</b></p> <p>Estimulante. Disminución de la sensación de fatiga, euforia intensa</p> <p><b>0'6%</b> de la población</p> <p>Taquicardia, hipertensión, arritmias, estados psicóticos, convulsiones</p>
<p><b>5. Alucinógenos</b></p> <p>Cambios emocionales rápidos e intensos, viaje psicodélico</p> <p><b>0'4%</b> de la población</p> <p>Flashbacks, trastornos de ansiedad, depresivos y psicóticos</p>	<p><b>6. Setas mágicas</b></p> <p>Psicodisléptico. Euforia, viaje psicodélico</p> <p><b>0'4%</b> de la población</p> <p>Despersonalización, alucinaciones y delirios, crisis de pánico.</p>
<p><b>7. Ketamina</b></p> <p>Depresor/ psicodisléptico. Dificultad para hablar y pensar. Viaje psicodélico</p> <p><b>0'2%</b> de la población</p> <p>Ansiedad, paranoia, parada cardiorrespiratoria</p>	<p><b>8. Heroína</b></p> <p>Depresor. Inactividad, aturdimiento, primera sensación de placer</p> <p><b>0'1%</b> de la población</p> <p>Adicción, enfermedades infecciosas, alteraciones de personalidad, riesgo de sobredosis</p>

### FACTORES DE RIESGO:

Cada persona, de forma autónoma puede tomar una decisión, pero en el entorno se pueden generar factores de riesgo, los cuales pueden hacer más probable que una persona llegue a consumir drogas. Algunos ejemplos pueden ser:

- Uso de drogas por parte de cercanos (amigos, familiares, etc.).
- No tener conocimiento sobre el consumo de las drogas (desconocer que son y sus efectos).
- Conflictos con el entorno (familia, amigos, entre otros).
- Disponibilidad de drogas (fácil acceso).

### FACTORES DE PROTECCIÓN:

Para mantener una protección ante los riesgos, debes tomar decisiones, como por ejemplo:

- Tener una buena autoestima.
- Respetar tus decisiones y las de los demás.
- Conocer los efectos de las drogas.
- Rodearte de cariño, comunicación y afecto familiar.



## ACTIVIDAD

Nombre: \_\_\_\_\_ CURSO: 6° \_\_\_\_\_

### 1. Lee el siguiente texto y luego completa el crucigrama

#### ¿QUÉ SABES DEL TABACO?

¿Sabías que el tabaco es una planta? Uno de los lugares donde mejor crece esta planta es en el sur de los Estados Unidos.

Hace ya muchos años que las personas descubrieron el efecto de mascar las hojas del tabaco. El efecto es similar al de la nicotina. Las personas se sienten más despiertas y alertas. Al poco tiempo, las personas descubrieron que si secaban las hojas, las molían y las fumaban en cigarrillos o en pipas el efecto de la nicotina se mantenía y el placer de fumar era distinto al de masticar la hoja del tabaco.

Tal vez podrías pensar que por ser un producto de una planta, el masticar o fumar tabaco es inofensivo para la salud. Esto, sin embargo, está muy lejos de la realidad, ya que existen cientos de sustancias químicas nocivas en el tabaco y los productos elaborados del tabaco, especialmente los cigarrillos. Algunas de estas sustancias químicas dañinas son la **nicotina**, el **alquitrán**, el **monóxido de carbono**, que ingresan al cuerpo cuando las personas fuman, produciendo distintos tipos de problemas a la salud, como por ejemplo, distintos tipos de cánceres.

Además, la nicotina produce adicción. Esto quiere decir que las personas que fuman necesitan volver a fumar. El cerebro se hace dependiente de esta droga y le pide al cuerpo que siga fumando.

Algunos de los efectos que la nicotina tiene sobre nuestro cuerpo es que estimula el sistema nervioso central y acelera muchos procesos, como por ejemplo los latidos del corazón y la ventilación respiratoria. Esto significa que al fumar, las personas están haciendo que su sistema circulatorio, incluyendo al corazón, trabaje más de lo que debiera hacer.

La nicotina también estrecha (constríe) los vasos sanguíneos, especialmente de las arterias y arteriolas que salen del corazón. Esto hace que se eleve la presión arterial y que el trabajo cardíaco de bombear sangre sea dificultoso. Al afectar la circulación sanguínea, la sangre tiene dificultad para atrapar el oxígeno y, en consecuencia, en poco tiempo todas las células del cuerpo son afectadas por no recibir la cantidad de oxígeno adecuada.

Cuando se aspira el humo del cigarrillo, además de todo lo descrito anteriormente, ese humo pasa por todas las estructuras del pulmón. El alquitrán, una mezcla café y pegajosa que también es un componente químico en los cigarrillos, se va depositando en todo el tracto respiratorio, desde la boca, garganta hasta los pulmones. Rápidamente se va pegando a las paredes de todo el tracto respiratorio y finalmente tapa los alveolos pulmonares. Esto tiene como consecuencia que la persona no puede ingresar oxígeno al cuerpo, o al menos la cantidad de oxígeno que ingresa es reducida considerablemente. La garganta se irrita, se produce tos crónica, los dientes se manchan permanentemente y el aliento cambia (halitosis).

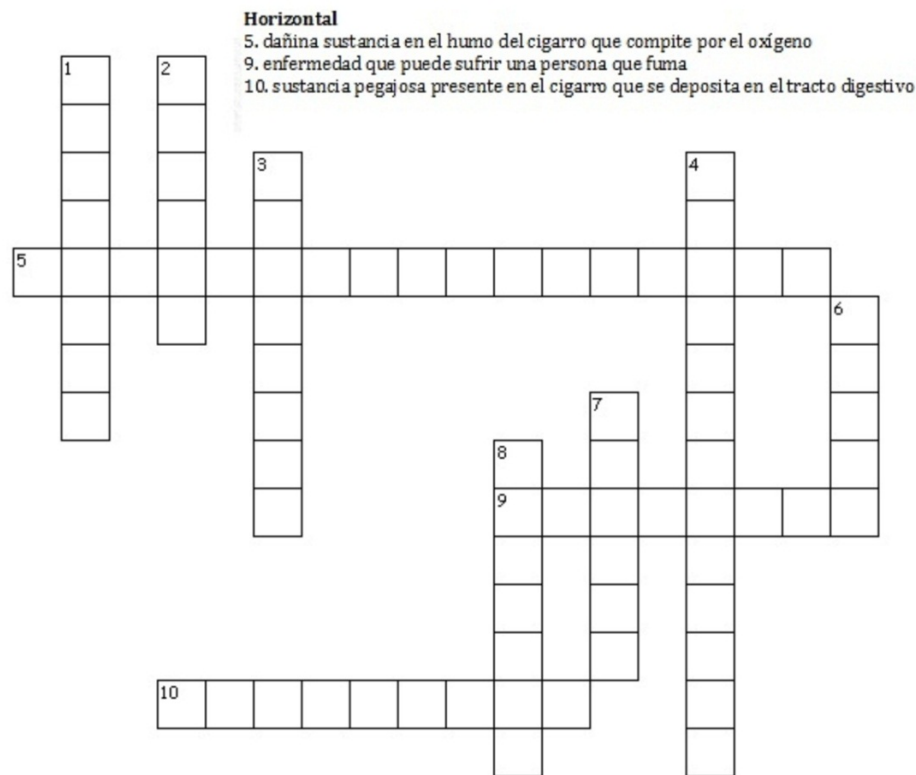
El monóxido de carbono, que también se inhala al fumar, compite a nivel de glóbulos rojos en la sangre por el tan preciado oxígeno. Los glóbulos rojos al encontrarse con la molécula de oxígeno y de monóxido de carbono, toman este último en vez del oxígeno y lo transportan al cuerpo como si fuese oxígeno.

Los cilios, pequeñas estructuras como pelitos presentes en el tracto respiratorio que cumplen una función de barrer las partículas y microorganismos que respiramos diariamente, también comienzan a funcionar mal ya que el cigarro hace que se muevan lentamente, incluso pueden dejar de trabajar. Al poco tiempo, la persona que fuma, no solo tiene una tos crónica por la irritación sino que también acumula bacterias y partículas que le produce infecciones respiratorias con más frecuencia que a una persona que no fuma.

Una de las enfermedades respiratorias asociadas al tabaco más frecuentes en la población es la conocida enfisema. Las personas que sufren esta enfermedad tienen muchas dificultades para respirar.

#### - Problemas médicos más comunes asociados al fumar tabaco:

1. Se produce adicción a la droga.
2. La piel de las personas se arruga por pérdida del colágeno (especialmente la piel de la cara que recibe el contacto directo del humo).
3. Después de un tiempo, el sentido del gusto y del olfato disminuye notablemente.
4. Aparecen heridas en la boca o en las encías o los dientes sufren de caries con mayor frecuencia. En algunos casos se caen los dientes.
5. Se irritan los ojos, la boca, las encías, la garganta y todo el tracto respiratorio.
6. Las personas que fuman tienen dificultades para respirar y tosen con frecuencia. Sus cilios pulmonares disminuyen su acción.
7. Muchos pueden desarrollar cáncer al pulmón principalmente, pero también en otros órganos del cuerpo. Esto se debe a los agentes cancerígenos, como los radicales libres, presentes en el cigarro.
8. Muchos pueden desarrollar otras enfermedades como enfisema, enfermedades cardíacas, ataque al corazón, embolia, frecuentes dolores de cabeza, ansiedad, depresión, fatiga, irritabilidad, entre muchas otras enfermedades asociadas.
9. La persona huele a cigarro siempre. El olor está en su piel, su aliento, su pelo, su ropa, etc. a donde la persona se mueva, el olor se mueve con ella.
10. Se tiñen los dientes y las uñas de los dedos de la mano de un color café/amarillo.



**Vertical**

1. pequeñas estructuras en los pulmones donde se produce el intercambio gaseoso
2. pequeñas estructuras que barren con los microbios y el polvo que respiramos
3. fumar produce acostumbramiento o...
4. células de la sangre que transportan oxígeno
6. el tabaco es considerada una...
7. sentido que pierden las personas que fuman
8. se pueden producir en la boca por fumar

**2.-Marca la letra de la alternativa correcta:**

**1. LAS DROGAS ILÍCITAS SON AQUELLAS QUE:**

- a) Están permitidas para el consumo y venta
- b) Están permitidas sólo para el consumo personal
- c) Están prohibidas por ley

**2. LOS FACTORES DE PROTECCIÓN SON:**

- a) Las condiciones que ayudan a que las personas no consuman drogas
- b) Incitan a las personas a consumir drogas
- c) Las clínicas de rehabilitación de drogas

**3. LA NICOTINA, ESTÁ PRESENTE EN:**

- a) Los cigarrillos
- b) La marihuana
- c) El alcohol etílico

**4.- SEGÚN SU EFECTO EN EL ORGANISMO, LAS DROGAS SE CLASIFICAN EN:**

- a) Legales e ilegales
- b) Depresoras – estimulantes – alucinógenas
- c) Buenas y malas

**5. AQUELLAS DROGAS QUE PRODUCEN ALUCINACIONES AUDITIVAS Y VISUALES SON LAS:**

- a) Estimulantes
- b) Depresoras
- c) Alucinógenas





6. AQUELLAS DROGAS QUE PROVOCAN ESTADOS DE EUFORIA Y EXALTACIÓN SON LAS:

- a) Estimulantes
- b) Depresoras
- c) Alucinógenas

7. LAS COSAS QUE FAVORECEN QUE LAS PERSONAS CONSUMAN DROGA SE LLAMAN:

- a) Factores de protección
- b) Tentaciones
- c) Factores de riesgo

8. UN FACTOR DE RIESGO AL CONSUMO DE DROGAS SERÍA:

- a) Que la familia tenga una buena comunicación
- b) Ser organizado y responsable
- c) No ser capaces de decir que no cuando le ofrecen droga

9. AQUELLAS DROGAS QUE PROVOCAN ESTADOS DE RELAJACIÓN Y DISMINUCIÓN DE LA ACTIVIDAD CEREBRAL SON:

- a) Estimulantes
- b) Depresoras
- c) Alucinógenas

3.- Lee con atención los siguientes casos. Luego, escribe los factores de riesgo y prevención asociados a cada caso:

<p><b>Caso 1</b></p> <p>Josefina es una adolescente de 16 años, un poco tímida con sus pares. Desde muy pequeña sus padres la han reprendido por no ser como su hermana mayor, quien es exitosa tanto en el colegio como con su grupo de amigos. Josefina ve a su padre solo los fines de semana, ya que este ha tenido problemas con el alcohol desde que ella es muy pequeña. Durante el día su madre está ocupada trabajando, pues quiere darles una buena educación a sus dos hijas. Durante la noche, la familia comparte la cena mientras miran televisión. La mayoría de las veces la hermana mayor de Josefina es quien habla y mantiene la conversación. Josefina pasa la mayor parte de la tarde jugando en la calle, después del colegio, hasta que su madre regresa del trabajo.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Factores de riesgo:</b></li><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Factores de prevención:</b></li><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/></ul>
<p><b>Caso 2</b></p> <p>Alberto es un niño de 12 años que disfruta de salir a pasear con su grupo de amigas y amigos. Muchos de ellos consumen marihuana a la salida del colegio, procurando que ningún profesor o profesora los vea. Alberto es uno de los mejores estudiantes de su curso, pero constantemente su profesora jefa manda llamar a sus padres, ya que se distrae con facilidad en clases. Su madre siempre pregunta cómo puede ayudarlo en las tareas del colegio durante las tardes. El padre de Alberto pasa largas horas en su trabajo, pero durante los fines de semana casi siempre lo lleva al parque a jugar a la pelota.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Factores de riesgo:</b></li><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Factores de prevención:</b></li><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/></ul>