

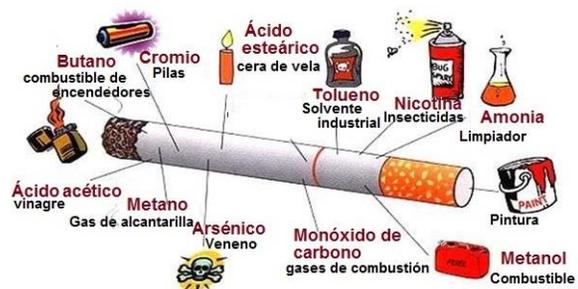
### Unidad N°3: “Hábitos saludables”

<b>Profesor(a):</b>	<b>Claudia Paredes (5°A) - Valeria Chandía (5°B)</b>		
<b>Correo:</b>	<a href="mailto:cparedes@ccechillan.cl">cparedes@ccechillan.cl</a> - <a href="mailto:vchandia@ccechillan.cl">vchandia@ccechillan.cl</a>		
<b>Curso</b>	5° Básico A - B	<b>Fecha máxima de envío o entrega</b>	Lunes 19 de octubre
<b>Objetivo de aprendizaje:</b>	- Investigar en diversas fuentes y comunicar los efectos nocivos que produce el cigarrillo (humo del tabaco) en los sistemas respiratorio y circulatorio.		
<b>Instrucciones:</b>	1.- Leer páginas del texto del estudiante: <b>130, 131, 132, 133, 134 y 135.</b> 2.- El trabajo puede ser entregado en una de las siguientes modalidades, indicando nombre y curso dentro del plazo correspondiente: - En el colegio los días martes y jueves (dejar con funcionario que se encuentre de turno). - Enviando una foto al correo electrónico <b>de la profesora que corresponda: Claudia Paredes (5°A) - Valeria Chandía (5°B)</b>		

### Los componentes del cigarrillo y sus efectos

Uno de los hábitos más nocivos para nuestro organismo es el consumo de cigarrillos. La planta con la cual fabrican los cigarrillos es el tabaco, y cuando una persona fuma constantemente desarrolla una adicción conocida como tabaquismo. Algunos de los componentes que están presentes en el cigarrillo son: nicotina, cadmio, benceno, monóxido de carbono, alquitrán y formaldehído. A continuación, veamos de manera más específica estos componentes.

### Componentes del cigarrillo



### ¿Aún quieres fumar?



**Nicotina:** Esta sustancia ingresa al organismo a través del humo, y pasa rápidamente a la sangre. Es altamente adictiva, por lo que se les hace muy difícil a las personas fumadoras dejar de hacerlo. Además, es una droga estimulante (acelera el organismo), y disminuye el estrés y el apetito.

**Cadmio:** Es un metal presente en los cigarrillos, y en la industria se utiliza en la construcción de baterías. Cuando ingresa al organismo se acumula en los pulmones, aumentando el riesgo de padecer cáncer de pulmón.

**Benceno:** Es una sustancia líquida e incolora. Esta aumenta el riesgo de padecer leucemia (cáncer de los tejidos que conforman la sangre). Se utiliza para la fabricación de plásticos, explosivos, etc.

**Monóxido de carbono:** Es un gas que se produce cuando se quema el tabaco. Este gas pasa a la sangre rápidamente, y se une a los glóbulos rojos, lo que impide el transporte de oxígeno.

**Alquitrán:** Es una sustancia de color negro, que se produce cuando se quema el tabaco. Este se acumula en las vías respiratorias, por lo que los pulmones de un fumador se tornan grises o negruzcos. gas que se produce cuando se quema el tabaco. Este gas pasa a la sangre rápidamente, y se une a los glóbulos rojos, lo que impide el transporte de oxígeno. Uno de los usos que se le da al alquitrán es en el pavimento.

**Formaldehído:** Es una sustancia incolora y de olor fuerte, que puede dañar las células. También se ha asociado con la aparición de leucemia.

## El consumo de cigarrillos en Chile

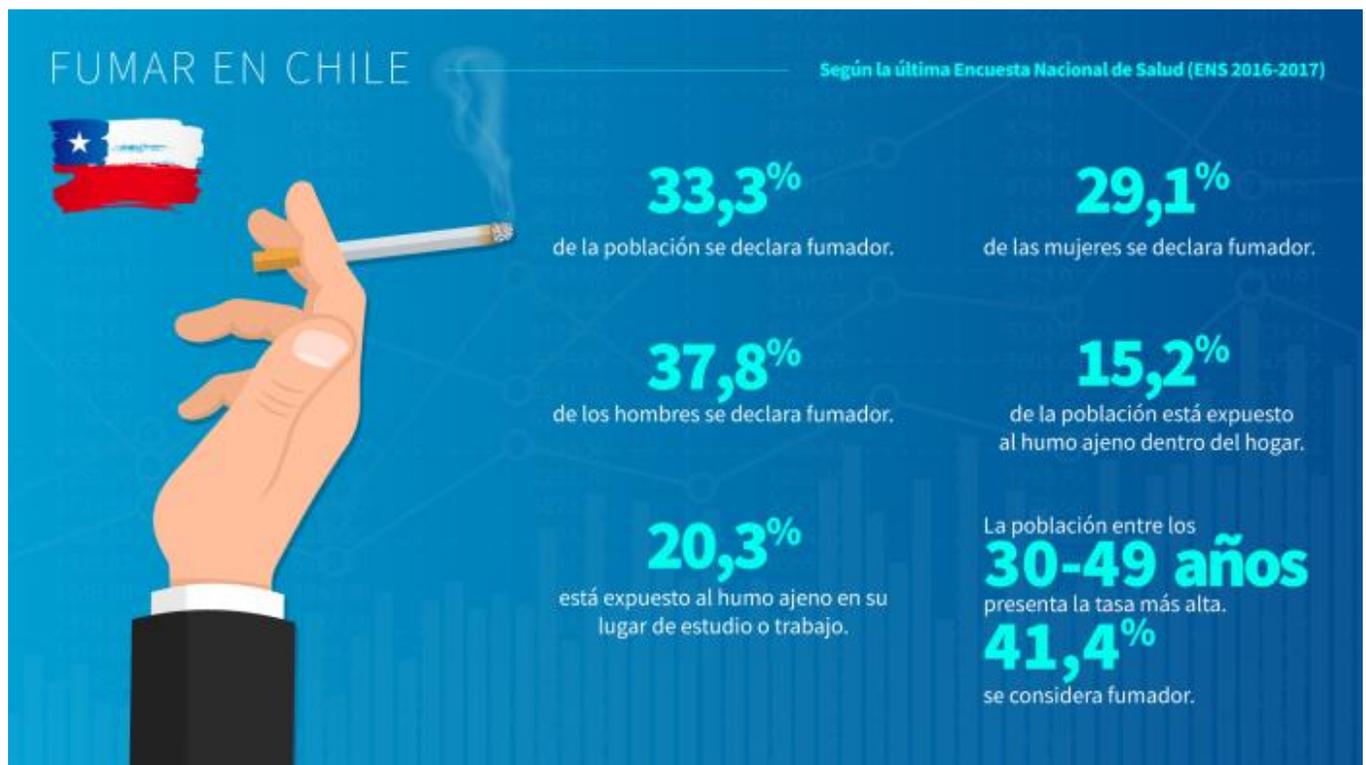
Chile es el país de Latinoamérica y de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) donde más se consume tabaco. Además, los adolescentes chilenos están entre los que más fuman en el mundo.

Dentro de los factores que pueden influir en el consumo de tabaco se encuentran:

- Consumo de productos de tabaco por parte de amigos o familiares.
- Falta de apoyo o involucramiento de los padres.
- Fácil acceso, disponibilidad y precio accesible de los productos del tabaco.
- Bajo rendimiento académico.
- Baja autoestima.
- Exposición a publicidad del tabaco (películas, televisión o videojuegos).

En Chile, el año 2013, se promulgó la ley antitabaco, que promueve la disminución y regulación del consumo de tabaco para la población. Se estableció: la prohibición de promoción y publicidad del consumo de tabaco, prohibición del consumo en lugares públicos y cerrados, envases con información de los efectos del tabaco, aumento de impuesto, y prohibición de venta en lugares cerca de establecimientos educacionales.

Advertencias en las cajetillas de cigarros busca crear conciencia en fumadores:





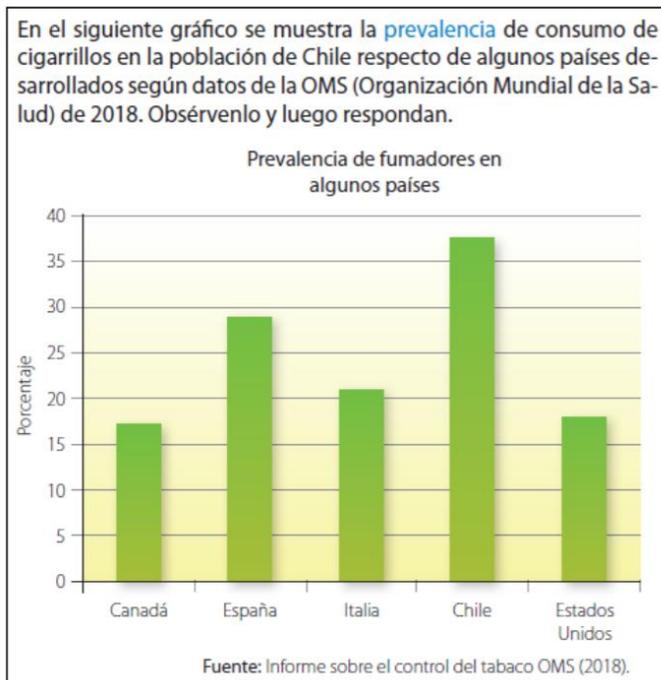
## Actividades

**Nombre:** \_\_\_\_\_ **Curso:** 5° \_\_\_\_\_

1.- Completa la siguiente tabla, realizando la lectura de las páginas 130 y 131 de tu texto del estudiante. (3 puntos c/u)

Componentes del cigarro	Características	Daños al organismo
Nicotina	Es una droga tóxica. Ingresa al organismo a través del humo.	
Cadmio		Cuando ingresa al organismo, se acumula en los pulmones, aumentando el riesgo de cáncer al pulmón.
Benceno		Aumenta el riesgo de padecer leucemia. (un tipo de cáncer)
Monóxido de carbono	Es un gas que se produce cuando quema el tabaco. Es tóxico, inodoro, incoloro e insípido, resultado de la combustión incompleta del carbono durante el proceso de combustión.	
Alquitrán	Sustancia de color negruzco que se origina cuando se quema el tabaco.	
Formaldehido	Sustancia incolora y de olor fuerte.	

2.- Observa el siguiente gráfico y responde las preguntas. (3 puntos cada una)



**Nota:** Hay que considerar que Canadá, España, Italia y Estados Unidos son países desarrollados; mientras que Chile es un país subdesarrollado.

- **País desarrollado:** posee altos niveles de calidad de vida y un amplio grado de desarrollo industrial y socioeconómico.
- **País subdesarrollado:** un nivel bajo de calidad de vida respecto a otros países. Depende del sector agrícola, con escaso desarrollo industrial y presenta problemas socioeconómicos.

a) ¿Cuál es el país que tiene un mayor porcentaje de prevalencia de fumadores?, ¿Cuánto porcentaje tiene aproximadamente?

\_\_\_\_\_

b) ¿Crees que exista una relación entre el nivel de desarrollo de un país y el consumo de tabaco que tiene el país? Justifica.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

c) ¿Qué opinas sobre el nivel de consumo de cigarrillos en Chile, en comparación con el resto de los otros países que se presentan en el gráfico?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



**3.- Responde las siguientes preguntas. (3 puntos cada una)**

a) ¿Qué es el tabaquismo?

---

---

b) ¿Cuáles son los componentes del cigarrillo? Solo menciónalos.

---

---

c) ¿A quién nos referimos cuando hablamos de fumador pasivo?

---

---

d) ¿Los daños que produce el tabaco son leves o graves? Justifique su respuesta.

---

---

4.- Durante esta semana, deberás investigar sobre las causas del consumo del cigarro. Deberás realizarle una encuesta a personas que conozcas que sean fumadores (3) Una vez terminada la encuesta analizarás los datos obtenidos por medio de preguntas que se te plantearán.

**ENCUESTA A FUMADORES (15 puntos)**

Nombre persona 1: \_\_\_\_\_

Nombre persona 2: \_\_\_\_\_

Nombre persona 3: \_\_\_\_\_

Pregunta	Respuestas		
	Persona 1	Persona 2	Persona 3
• ¿A qué edad comenzó a fumar?			
• ¿por qué comenzó a fumar?			
• Cuando comenzó a fumar, ¿tenía información sobre los daños que produce el tabaco?			
• ¿le parece que en la actualidad se fuma más o menos que antes?			
• ¿cuánto gasta al mes en cigarrillos?			

a) ¿A qué edad que comenzaron a fumar las personas y a que categoría corresponde? Infancia (0-11 años), adolescencia (12- 18 años), adulto (27-59 años), vejez (60 o más). (3 pts.)

---

b) ¿Cuál fue la razón más común de los encuestados para empezar a fumar? (3 pts.)

---

---

c) Los encuestados ¿Eran conscientes del daño que les provocaba el cigarro cuando comenzaron a fumar? (3 pts.)

---

d) ¿Cuál o cuáles de los datos obtenidos les sorprendió o llamó la atención? (3 pts.)

---

---