



OBJETIVO: Que las y los alumnos conozcan los riesgos del consumo de drogas.



¿QUÉ NECESITAMOS?

- ✓ Computadora y proyector con bocinas
- ✓ Lápices, plumas y marcador
- ✓ Pizarrón y cartulinas



LA ACTIVIDAD ES... individual, equipos de
grupal.
¿CUÁL ES SU DURACIÓN? 1 sesión de 50 min.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

➤ Actividad 1 (tiempo aproximado 20 min.)

1. Para comenzar, se hará un breve recuento de lo abordado en la sesión anterior (NO A LAS DROGAS I), para lograrlo se pueden hacer a las y los alumnos preguntas como: ¿Qué es una droga?, ¿Cuáles son sus características principales?, ¿Cuándo se considera que una persona es adicta?, etc.
2. Posteriormente se brindará a las y los alumnos, según haya correspondido en la sesión anterior, una pequeña descripción de la droga de la que trata su escrito (ver SECCIÓN INFORMACIÓN SOBRE LAS DROGAS).
3. Se les pedirá que en equipo y con ayuda de lo que han escrito en la sesión anterior (“historia de vida de una persona adicta”), la animación sobre el efecto de las drogas y la información que se les acaba de entregar, realicen un producto por medio del cual alerten a sus compañeros/as del peligro de consumir dicha droga, se pueden realizar: carteles, representaciones, escritos, exposiciones, etc. a su elección. Se les indicará que tienen 20 minutos para organizarse. Al finalizar el tiempo los equipos deberán presentar sus trabajos al grupo.

INFORMACIÓN SOBRE LAS DROGAS

- j) La **cocaína y crack**; ¿Qué son? la *cocaína* es una droga estimulante y altamente adictiva, puede ser inhalada o disuelta para inyectarse. El *crack* es la cocaína que viene en forma de cristal de roca que se calienta y cuyos vapores se fuman, el “crack” refiere al sonido que se escucha al calentarse los cristales. ¿Cuáles son sus efectos?, da la sensación de euforia (emoción extrema), los sentidos se agudizan, hay mayor claridad mental y disminuye la fatiga (en dependencia de la cantidad y el medio en que se ingirió), algunos usuarios mencionan sentir además; inquietud, irritabilidad y ansiedad. ¿Qué causa? Puede ocasionar un ataque al corazón o una apoplejía (hemorragia cerebral), que incluso puede resultar en muerte súbita (sin importar que sea la primera vez que se consume), el resultado más común es un paro cardíaco o convulsión seguida del paro respiratorio. La sobredosis causa temblores, convulsiones y delirio.
- k) El **éxtasis**; ¿Qué es? Es sintética, psicoactiva (causa alucinaciones) y estimulante (aumenta el ritmo cardíaco). ¿Cuáles son sus efectos? también se le conoce como “droga del amor” porque afecta el estado de ánimo, la agresión, la actividad sexual, el sueño y la sensibilidad al dolor; produce mayor confianza, empatía y euforia. ¿Qué causa? Puede interferir con la habilidad del cuerpo para regular la temperatura, lo que puede ocasionar daños en el hígado, en los riñones y el corazón; así como rigidez, apretamiento involuntario de dientes, náuseas, visión borrosa, desmayo, escalofríos y sudor. También puede dificultar hacer tareas de pensar y de memorizar. Además causa confusión, tristeza prolongada, problemas para dormir y ansiedad severa (esto puede ocurrir al momento de usarla o hasta dos semanas después).



- l) La **LSD**; *¿Qué es?* Es un alucinógeno (causa alucinaciones), comúnmente se le llama “ácido”, se vende en forma de tabletas, cápsulas y a veces en forma líquida, con frecuencia se agrega a un papel absorbente, que se divide en pequeños pedazos y cada uno de ellos constituye una dosis. *¿Cuáles son sus efectos?* El usuario siente varias emociones diferentes a la vez o pasa de una emoción a otra rápidamente; en mayores dosis puede producir alucinaciones visuales recurrentes; cambia la percepción del tiempo y de sí mismo/a. Las sensaciones parecen “cruzarse”, dando la impresión de oír los colores y ver los sonidos; estos cambios son atemorizantes y suelen causar pánico, además, las experiencias son prolongadas, empiezan a desaparecer al cabo de unas 12 horas. *¿Qué causa?* Los efectos físicos incluyen dilatación de pupilas, sudoración, falta de apetito, insomnio, sequedad de boca, temblores, aumento de temperatura corporal, en la frecuencia cardíaca y en la presión arterial (pueden causar infartos y muerte súbita), igualmente se pueden manifestar síntomas parecidos a los de la esquizofrenia y la depresión.
- m) La **Marihuana**; *¿qué es?* Es una mezcla de hojas, tallos, semillas y hojas secas y picadas de la planta del cannabis, generalmente se fuma en forma de cigarrillo o en pipa aunque también se puede usar mezclada con comida o como infusión. El humo de la marihuana produce un olor característico agrídulce. *¿Cuáles son sus efectos?* Se experimenta euforia. Cuando se fuma pasa rápidamente de los pulmones a la corriente sanguínea, que transporta el químico a los órganos del cuerpo incluyendo el cerebro, ahí, influye en el placer, la memoria, el pensamiento, la concentración, las sensaciones del cuerpo y del tiempo, y en el movimiento coordinado. *¿Qué causa?* Problemas de memoria y del aprendizaje, percepción distorsionada, dificultades para pensar y solucionar problemas, pérdida de coordinación y aumento del ritmo cardíaco.
- n) La **Nicotina**; *¿Qué es?*, es una droga adictiva que generalmente se fuma en cigarrillos, los cuales suelen contener gases como el monóxido de carbono y el alquitrán. *¿Cuáles son sus efectos?* Proporciona estímulo casi de inmediato, al cual le siguen la depresión (tristeza prolongada) y la fatiga. *¿Qué causa?* Dependencia a la nicotina. Los pulmones absorben el humo del tabaco, con su uso regular, se acumulan concentraciones de nicotina que persisten día y noche, y los cuales se asocian con tensión nerviosa. Durante los periodos en que no se fuma o cuando se tienen ganas de fumar, los fumadores sufren un deterioro en las funciones motoras (movimiento) y cognitivas (razonamiento) así como en la comprensión del lenguaje, es decir, reaccionan más lento. Las mujeres embarazadas que fuman corren mayor riesgo de que sus hijos nazcan muertos, prematuros o con bajo peso al nacer. Asimismo, puede ocasionar enfermedades del corazón, cáncer, enfisema y afecciones bronquiales (dificultades respiratorias serias). Sin olvidar que el ser fumador pasivo, cuando se inhala el humo de otros/as, produce efectos similares.

