

Objetivo: Reconocer los efectos del alcohol en el sistema nervioso

Cuartos básicos



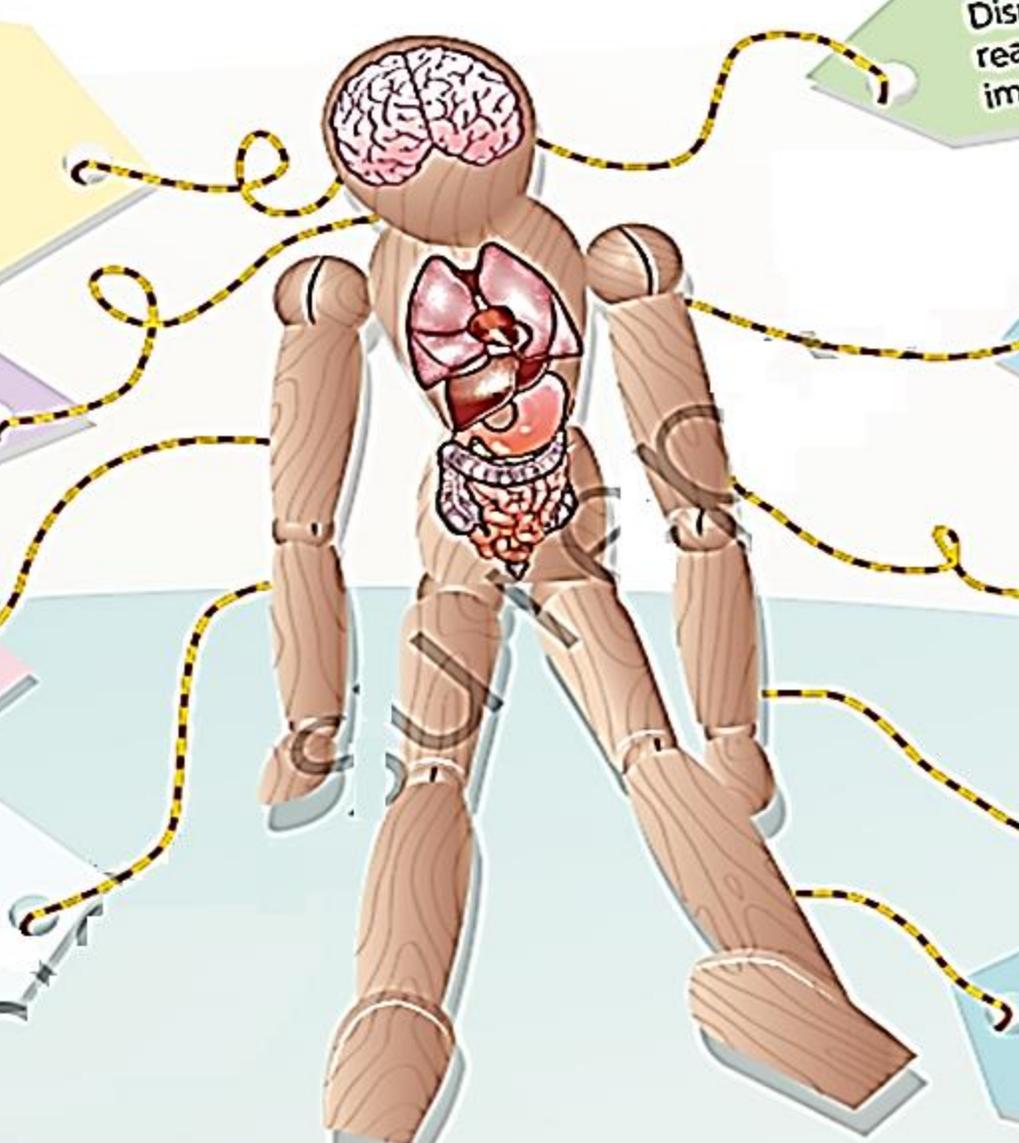
Copia en tu cuaderno:

¿Cómo afecta el consumo de alcohol en nuestro cuerpo?

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.

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 reaccionar y responder 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. Veamos algunas de ellas:



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

Altera el equilibrio, la visión y la audición.

Altera respuestas involuntarias, como los reflejos.

Su abuso puede generar trastornos, como pérdida de la memoria y dificultad para aprender.

Disminuye la capacidad de reaccionar ante situaciones imprevistas.

Afecta el habla, el pensamiento y el entendimiento de las cosas.

Reduce la coordinación y la concentración para manejar.

Provoca trastornos en la personalidad, como reacciones de euforia.

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.

Responde:

¿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?

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 carteles señalan algunos factores de riesgo y de protección.

Tener un entorno social que no cuente con la supervisión de personas responsables.



Mantener una relación de confianza en la familia.



Vivir en un entorno social con escasa comunicación y una mala convivencia familiar.



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



Vivir en un entorno social que permita el desarrollo pleno de los integrantes de la familia.

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

Pinta de color los carteles que corresponden a factores de riesgo del consumo excesivo de alcohol.

ACTIVIDAD:

TRABAJA EN TU CUADERNO

1. Lee atentamente la siguiente información y responde las preguntas.

Ley Tolerancia Cero

La Ley “Tolerancia Cero” entró en vigencia en marzo de 2012 como modificación de la Ley de Tránsito. La iniciativa legal bajó los grados de alcohol permitidos en la sangre para conducir, estableciendo el “estado de ebriedad” en 0,8 gramos por litro de sangre y “bajo la influencia del alcohol” en 0,3 gramos por litro de sangre.

A modo de ejemplo, si una persona es sorprendida manejando en estado de ebriedad por primera vez, sin ocasionar daños ni lesiones, verá suspendida su licencia de conducir por 2 años. En la misma línea, cuando una persona en estado de ebriedad causa lesiones gravísimas o la muerte de una persona, por primera vez, quedará inhabilitada para manejar un vehículo de por vida.

<https://www.conaset.cl/ley-tolerancia-cero>

1. ¿En qué consiste la Ley de Tolerancia Cero?
2. ¿Por qué crees que se llama de esa forma la Ley?
3. Por qué razón habrá entrado en vigencia esta Ley?
4. Estás de acuerdo con esta Ley? ¿Por qué?
5. Si tuvieras la posibilidad de hablar con un conductor en estado de ebriedad, ¿qué le dirías?

Büeh
Trabaj!