

PROYECTO PREVENCIÓN CONTRA  
LAS ADICCIONES (DROGAS, ALCOHOL, INTERNET,  
BULLYING, ETC...)

POR:

María Eugenia Restrepo Cárdenas

Escuela Perpetuo Socorro

2020

## TALLERES SUGERIDOS

Sugerimos trabajar los siguientes talleres de acuerdo a su área y grado.

### IDEAS:

- Dramatizar lecturas con sus estudiantes
- Hacer carteleras
  
- Lectura y dialogo grupal
  
- Conversatorios de experiencias reales

Sugerimos películas que están en el siguiente link de la web [http:// http://noalasdrogas.jimdo.com/enlaces-de-interes/](http://http://noalasdrogas.jimdo.com/enlaces-de-interes/).  
También las sugeridas por los alumnos y profesores.

### NOTA

Favor, tomar fotos y videos de las actividades realizadas durante la realización de los talleres de PROYECTO PREVENCION CONTRA LAS ADICCIONES (DROGAS, ALCOHOL, INTERNET, BULLYING, ETC...).

Para ingresarlas en la página web <http://noalasdrogas.jimdo.com>.

En esta página podrás obtener más información sobre el proyecto.

# EXPERIENCIA SOBRE EL MANEJO DE LA LIBERTAD

**INSTRUCCIONES:** En esta experiencia de la vida diaria, encontrarás como Juan abusó de los peligros de la libertad y su vida fue un fracaso. Trata de identificar a medida que vas leyendo cada peligro de la libertad y ubicalos en el espacio en blanco.

**NOTA:** Debes repasar los conceptos de los peligros de la libertad. Págs 18-23



Juan es un hijo de 18 años de edad. Es muy querido por todos y por sus padres. Tiene una dificultad, y es que quiere hacer lo que le da la gana y no da a cuenta a nadie por sus acciones \_\_\_\_\_

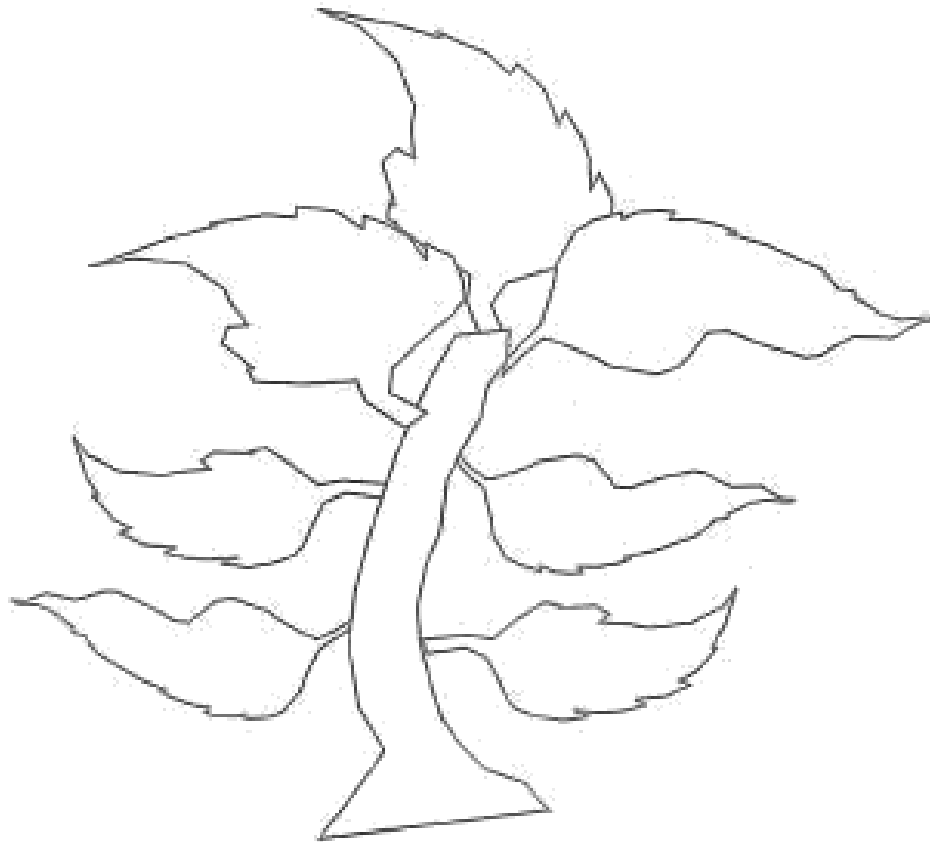
Sólo piensa en satisfacer sus propios intereses. \_\_\_\_\_

Quiere experimentar todo, no importa las consecuencias que le sobrevengan \_\_\_\_\_

Las actividades diarias y asignaciones que se le ponen las hace a medias. Llevó una vida estudiantil muy exitosa hasta el grado 9º. De aquí en adelante su vida ha sido un fracaso. Pues sus dos últimos años no los ha podido terminar y se ha involucrado en pandillas juveniles de su barrio \_\_\_\_\_, se ha vuelto pasivo, no quiere decidir, deja que otros decidan por él. \_\_\_\_\_

Hoy está sumido en la depresión y deambula por las calles todo harapiento llorando su desgracia \_\_\_\_\_

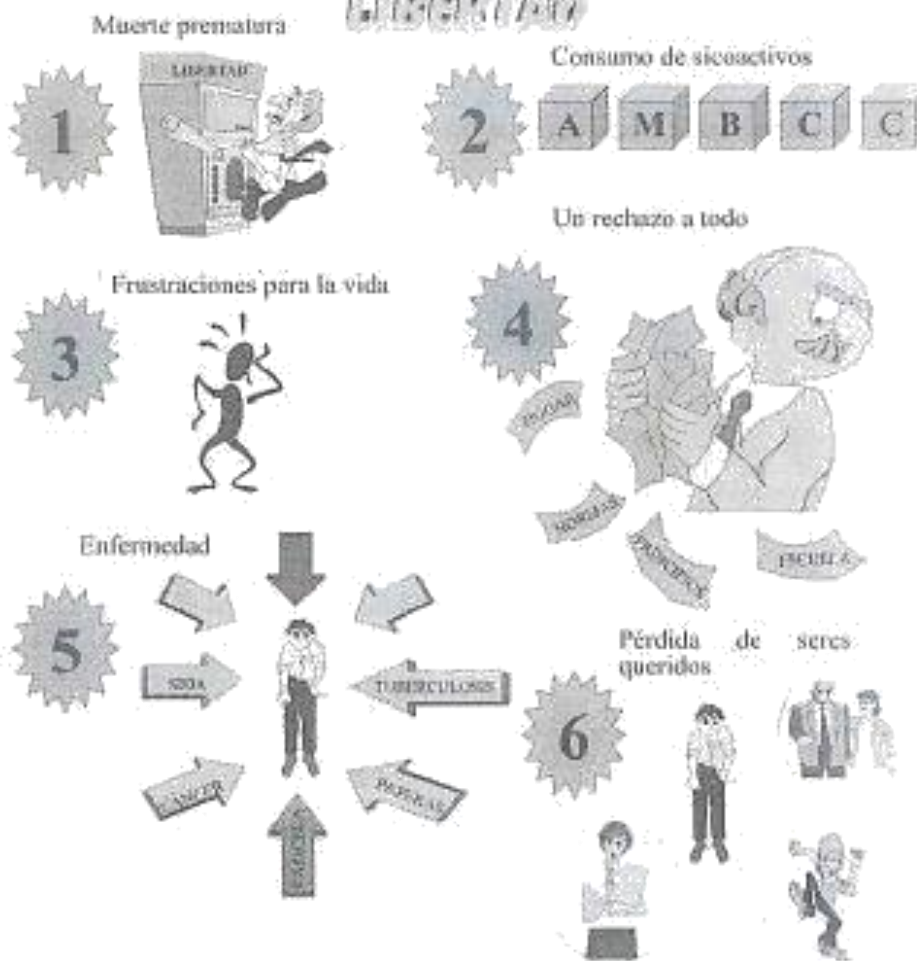
## / EL ÁRBOL DE LA ESCLAVIDUD



### ***Peligros de la libertad***

- En el árbol anterior encontrarás los siete peligros que amenazan al joven en relación con la libertad.
- Cada hoja representa un peligro. Ubícalas Págs. 18-23

# RESULTADO DEL MAL USO DE LA LIBERTAD



NOTA: Escribe tres conclusiones una vez analices este cuadro:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

# RESULTADO DEL BUEN USO DE LA LIBERTAD

Paz consigo mismo



Paz y buenas relaciones con los demás



Una vida libre de enfermedad



Una vida llena de satisficciones



Logros



Plenitud completa



NOTA: Escribe tres conclusiones una vez analices este cuadro:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

# HOJA INFORMATIVA SOBRE LAS DROGAS



UNA DROGA es cualquier sustancia no alimenticia que afecta la manera en que la mente y el cuerpo funcionan. Ciertas drogas que alteran la mente, pueden cambiar la forma de pensar, sentir y actuar de una persona.

Las drogas que aceleran a una persona se llaman ESTIMULANTES. Las drogas que hacen lenta a una persona se llaman DEPRESIVAS. Las drogas que cambian la manera de ver, sentir y oír se llaman ALUCINÓGENAS. Las drogas que alteran y que la gente joven abusa de ellas son:

**1. LA NICOTINA.** Sustancia altamente adictiva (que forma hábito) se encuentra en los *cigarrillos*.



La NICOTINA es un estimulante que aumenta el ritmo del corazón, comprime los vasos sanguíneos y hace que el corazón trabaje más.

El tabaco que se mastica también contiene nicotina. Además afloja los dientes, causa enfermedades de las encías, postemas y caries. Además fumar, masticar o aspirar tabaco, no sólo da mal aliento, mal olor a las manos y mancha los dientes, sino que puede causar cáncer, enfermedades del corazón y la muerte. Recuerde el número de personas que mueren cada día por efectos del cigarrillo, es igual al que si dos JUMBO JETS llenos de personas se estrellaran al día.

El inhalar el humo del cigarrillo de otro fumador, hace gran daño. Recuerden que el humo contamina el aire.

**2. EL ALCOHOL.** Es una droga depresora. Cuando una persona toma alcohol este va directamente al torrente sanguíneo. Tomar alcohol puede causar:

- Borrachera
- Pérdida de coordinación
- Aumento de violencia
- Falta de memoria e inhabilidad para aprender
- Cambio de personalidad
- aumento en accidentes
- Problemas de relación



El uso del alcohol puede formar dependencia, adicción (hábito), enfermedad y muerte. Debido a los riesgos y al peligro implicados debemos decir NO AL ALCOHOL.

**3. LA MARIHUANA.** Es una droga que altera la mente. La persona que usa marihuana tiene:

- Reflejos lentos
- Mala memoria
- Falta de coordinación
- Inhabilidad para pensar
- Cambios en cómo se concibe el tiempo y el espacio



Los estudiantes que usan marihuana pueden tener dificultad para recordar lo que han aprendido, son lentos, aburridos, poco ambiciosos y desarrollan dependencia en la droga.

**4. LA COCAÍNA** Es una droga estimulante altamente adictiva. Usualmente el consumo es por inhalación. También se puede consumir fumada o inyectada.

Cuando la cocaína se usa frecuentemente, las personas se vuelven confusas, no pueden pensar claramente y se vuelven irritables. Cuando se inhala puede dañar las mucosas nasales. El uso de la cocaína causa daños respiratorios, ataques al corazón y muerte en la gente joven. El uso continuo produce tolerancia, esto significa que para sentir los efectos deseados necesitan más y más droga.

Cuando los adictos no pueden obtener la droga experimentan la enfermedad de discontinuación. Estas personas se enferman gravemente.

### **5. LOS INHALANTES**

Es una sustancia química como: goma, gasolina, sacol, existen aproximadamente otros 2000 productos químicos peligrosos que son usados para inhalar y para *ponerse en onda*. El abuso de inhalar sustancias químicas forma hábito y causa daños serios y permanentes al hígado y otras partes del cuerpo. Puede causar la muerte la primera vez que se usa.

### **6. EL BAZUCO**

Es un estimulante del sistema nervioso central. Por los altos costos que implica el consumo de cocaína pura, se lleva a la producción de esta sustancia pues es relativamente económica. Su mercado está entre los grupos sociales menos favorecidos por lo contaminante y por el bajo costo.



El bazuco contiene cocaína, colorantes, restos vegetales, ácido sulfúrico, etanol, metanol, gasolina, acetona, cloroformo, azufre, bicarbonato, harina de trigo, talco, maicena y polvo de ladrillo.

El bazuco convierte a ser consumidores en usuarios compulsivo a los seis. Tiene una dependencia química muy marcada:

Los daños que produce son los siguientes:

respiratorios, gastrointestinales, cerebrales muy marcados, demencia, hiperactividad, lengua adormecida, pérdida de peso, insomnio, alteraciones hepáticas, hepatitis tóxico, daños pulmonares y cardíacos, etcétera.

## EXPERIENCIAS



### Jacinta

Terminada la jornada de trabajo con mis alumnos, me marchaba a mi casa, comí cualquier cosa y una fuerza insuperable me empujaba hacia la puerta.

Desde allí hasta el café no había sino unos pasos. Por eso mis horas libres los pasaba en compañía de una botella de licor. Reconozco que yo era la primera persona que debía en dar ejemplo, en lo que uno dice y como se comporta. Esto me paso a mí. Comencé como bebedora social y terminé siendo una alcohólica.

Usando la información sobre el alcoholismo de las páginas 63 - 67 y esta historia, haga una lista de tres cosas que ha aprendido sobre el alcohol.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_



## Roberto

“Estudiante de 9º grado con muy buenas notas, porque sus padres lo presionaban mucho para que estudiara. Los fines de semana buscaba donde distraerse y fumar. Por ser un estudiante sobresaliente nadie sospechaba que él era adicto a la nicotina, sustancia del cigarrillo que forma hábito.

Sus amiguitos le decían que su aliento y su ropa oían mal y que sus dientes estaban amarillos. Se da cuenta que el consumo del cigarrillo puede causarle problemas cardiacos, enfermedades en los pulmones y cáncer. Porque lo vieron fumando fue rechazado del equipo de fútbol”.

Usando la información sobre el cigarrillo y esta historia, haga una lista de tres cosas que ha aprendido sobre este tema. a.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## LUIS

“Mi hermano era fumador de bazuco. Un día íbamos en el carro para donde la abuela y lo vi como se preparaba un bazuco y se lo fumaba con aquel gusto. Sentí curiosidad y le pedí un poco. Me gustó tanto que cuando estábamos donde la abuela ya tenía deseos del próximo.



Empecé a fumar cada ocho días y luego no podía vivir sin el bazuco. Terminé en la calle, vuelta harapos. Yo que siempre había vivido tan pendiente de mi apariencia”.

Usando la información sobre el basuco de la página 72 y esta historia, haga una lista de tres cosas que ha aprendido acerca del basuco.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## Lucrecia



"Cai en el consumo de la cocaína porque mi vida no tenía sentido. Perteneczo a un barrio popular y mi "cucha" apenas si tiene con que comprar para la "aguapanela". Entonces empecé a vender droga para sobrevivir. La probé y me gustó. Sé que estoy metiéndome al abismo, pero no me importa.

¿Para qué la vida si no tengo esperanza de algo mejor, ni posibilidad de estudiar y mucho menos posibilidad de un trabajo"?

Usando la información sobre la cocaína que se encuentra en la página 68 y esta historia, haga una lista de tres cosas que ha aprendido acerca de la cocaína.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## VALORES SI

A continuación ubica en cada espacio en blanco los valores que podemos incrementar en nuestra vida diaria. Los encontrarás en las páginas 42-44

