

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN CASAS</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 1 de 7</b>

<b>DOCENTES:</b> Luis Emilio Montoya, Isabel Cristina Ortiz, Johnny Álzate, María Eugenia Mazo		<b>NUCLEO DE FORMACIÓN:</b> Técnico Científico	
<b>GRADO: 6-7</b>	<b>GRUPOS:</b> 605-606-607-608	<b>PERIODO: 2</b>	<b>FECHA:</b>

<b>NÚMERO DE SESIONES:</b>	<b>FECHA DE INICIO.</b>	<b>FECHA DE FINALIZACIÓN</b>
<b>Temas:</b> Las drogas- tecnología	Junio 16 – 2020	Junio 30 - 2020

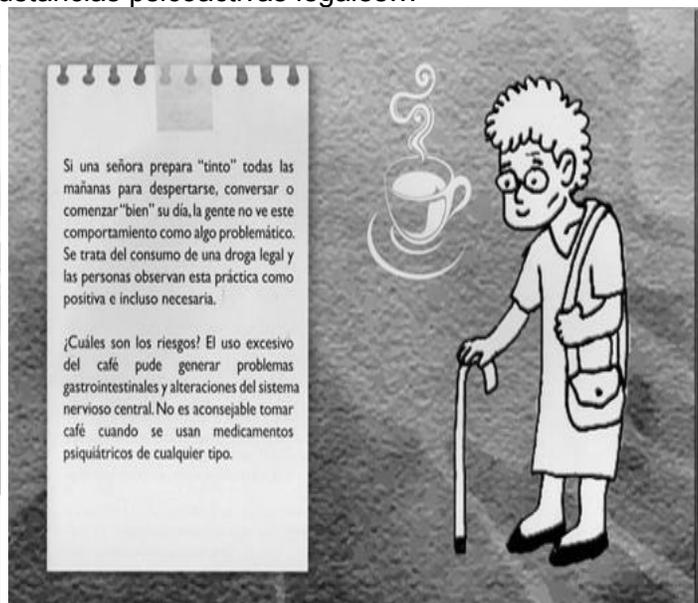
### Propósito de la actividad

- Diferenciar entre afición, abuso y adicción
- Conocer los principales factores de riesgo y sus consecuencias.

### ACTIVIDADES

#### ACTIVIDAD 1: INDAGACIÓN

Sabias qué!! . . . Hay sustancias psicoactivas legales...



¿Están los adolescentes reemplazando la adicción a las drogas por la tecnología?



	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN CASAS</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 2 de 7</b>

### ACTIVIDAD 2: CONCEPTULIZACIÓN.

Las sustancias Psicoactivas o drogas es toda sustancia que introducida en el organismo, por cualquier vía de administración, produce una alteración del funcionamiento del sistema nervioso central y es susceptible de crear dependencia, ya sea psicológica, física o ambas. Además las sustancias psicoactivas, tienen la capacidad de modificar la conciencia, el estado de ánimo o los procesos de pensamiento de la persona que las consume. Organización mundial de la salud (OMS).

**Es importante que usted, como padre, entienda estas razones y hable con sus hijos sobre los peligros de beber y usar drogas.**

**Las 8 razones principales por las cuales los adolescentes experimentan con drogas y alcohol.**

**1. Otras personas:** Los adolescentes ven a muchas personas usando varias sustancias. Ven a sus padres y otros adultos consumiendo alcohol, fumando y, algunas veces, abusando otras sustancias. Además, con frecuencia la escena social de los adolescentes gira alrededor de beber y fumar marihuana. Algunos de los amigos se presionan entre sí para probar bebidas o fumar algo, pero es igualmente común que los adolescentes empiecen a usar alguna sustancia porque se encuentra fácilmente disponible, además de que ven a todos sus amigos disfrutándola. En sus mentes, ven el uso de drogas como una parte normal de la experiencia de ser adolescente.

**2. Medios de comunicación populares:** El 47% de los adolescentes estuvieron de acuerdo en que las películas y los programas de televisión hacen que parezca que está bien usar drogas, según un estudio que se llevó a cabo en el año 2011. Entonces, no es sorprendente que los niños de 12 a 17 años de edad que vieron tres o más películas con clasificación "R" por mes, eran siete veces más propensos a fumar cigarrillos, seis veces más propensos a usar marihuana, y cinco veces más propensos a beber alcohol, en comparación a los que no vieron películas con clasificación "R" (Amy Khan 2005).

**3. Escape y automedicación:** Cuando los adolescentes se sienten infelices y no pueden encontrar una salida saludable para sus frustraciones o una persona de su confianza con quien hablar, pueden recurrir a sustancias químicas en busca de consuelo. Dependiendo de lo que usan, pueden sentirse felizmente inconscientes, maravillosamente felices o llenos de energía y confianza. Los años de la adolescencia son a menudo difíciles y pueden tener un costo emocional en los niños, a veces incluso llegando a causar depresión, así que cuando a los adolescentes se les da la oportunidad de tomar algo que los haga sentirse mejor, muchos no pueden resistir.

**4. Aburrimiento:** Los adolescentes que no pueden tolerar estar solos, que tienen problemas manteniéndose ocupados o que anhelan las fuertes emociones, son los principales candidatos para el abuso de drogas. No solo el alcohol y la marihuana les dan algo que hacer, sino que esas sustancias ayudan a llenar el vacío interno que sienten. Es más, proporcionan un base común para interactuar con otros jóvenes similares – una manera de establecer vínculos instantáneos con un grupo de niños.

**5. Rebeldía:** Diferentes adolescentes rebeldes eligen usar diferentes sustancias basado en sus personalidades. El alcohol es la droga de elección para el adolescente que siente enojo, porque lo libera para comportarse de manera agresiva. La metanfetamina también fomenta el comportamiento agresivo, violento, y puede ser mucho más peligrosa y potente que el alcohol. La marihuana, por otro lado, a menudo parece reducir la agresión y es más una droga de evasión.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN CASAS</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 3 de 7</b>

LSD y los alucinógenos también son drogas de escape, a menudo utilizadas por los adolescentes que se sienten incomprendidos y anhelan poder escaparse a un mundo más idealista y amable. Fumar cigarrillos puede ser una forma de rebeldía para hacer alarde de su independencia y hacer que sus padres se enojen. Las razones por las que los adolescentes usan drogas son tan complejas como lo son los propios adolescentes.

**6. Gratificación instantánea:** Las drogas y el alcohol funcionan rápidamente. Los efectos iniciales son muy buenos. Los adolescentes recurren a las drogas porque ellos las ven como un acceso directo, a corto plazo, hacia la felicidad.

**7. Falta de confianza:** Muchos adolescentes tímidos a quienes les falta confianza indican que mientras se encuentran bajo la influencia de las drogas o del alcohol hacen cosas que de otra manera no se atreverían a hacer. Esto es parte del atractivo que tienen las drogas y el alcohol aun para los adolescentes que tienen confianza en sí mismos; les da el valor de pararse a bailar aunque no sean buenos bailarines, o a cantar a pleno pulmón aunque su voz sea terrible, o a atreverse a darle un beso a la chica que les gusta. Y el alcohol y otras drogas no solo tienden a relajar sus inhibiciones, sino a aliviar la ansiedad social. No solo tienen algo en común con las demás personas a su alrededor, sino que existe la mentalidad de que si se hace o se dice algo estúpido, todo el mundo creerá que es porque tomaron unas copas de más o que fumaron demasiada marihuana.

**8. Mala información:** Quizás la causa de abuso de sustancias que más se puede evitar es la información incorrecta acerca de las drogas y el alcohol. Casi todos los adolescentes tienen amigos que dicen ser expertos en diversas sustancias recreativas, y que les pueden asegurar que los riesgos son mínimos. Eduque a su hijo adolescente sobre el uso de drogas para que conozcan los hechos reales acerca de los peligros del consumo de drogas.

### ¿CUÁLES SON LAS SUSTANCIAS PSICOACTIVAS?:

Las drogas pueden clasificarse según varios criterios, por ejemplo: según su legalidad o ilegalidad, o según sus efectos en el sistema nervioso central (depresoras, perturbadoras o estimulantes). Las drogas legales o sustancias psicoactivas permitidas socialmente son las que cuyo uso no está penalizado por la ley. Esta legalidad no tiene nada que ver con la peligrosidad de la sustancia, ya que en muchos casos las consecuencias del consumo de una droga legal son mucho más perjudiciales que de alguna sustancia ilegal.

### SUSTANCIAS PSICOACTIVAS ILEGALES:

En cuanto a drogas ilegales o sustancias cuyo uso no está permitido por las leyes del país (o su venta está penalizada) encontramos:

**Cannabis:** Planta de la que se extraen la marihuana y el hachís, cuyo principio activo es el THC o tetrahidrocannabinol.

**Cocaína:** sustancia obtenida de las hojas de coca, planta llamada *Erythroxylum coca*. Es ilegal tanto consumirla, como cultivarla y venderla.

**MDMA:** Conocido como éxtasis, es una droga ilegal por las graves consecuencias de su uso.

**Anfetaminas:** Estimulante del SNC sintético y en forma de pastillas.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN CASAS</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 4 de 7</b>

**Heroína:** droga opioide que proviene de la morfina, sustancia natural que proviene de la planta adormidera asiática, con propiedades analgésicas.

**Fenciclidina o PCP:** Droga disociativa usada como anestésico que posee efectos alucinógenos y neurotóxicos.

**LSD:** Droga semisintética psicodélica que proviene de la ergolina (compuesto químico alcaloide) y provoca alucinaciones, sinestesia, percepción distorsionada del tiempo y altera la percepción, la conciencia y los sentimientos.

**Ketamina:** Droga disociativa con potencial alucinógeno y propiedades sedantes, analgésicas y anestésicas.

**Popper:** son ciertas sustancias químicas que se administran por inhalación.

**Setas alucinógenas:** Los hongos psilocibios son setas que contienen sustancias psicoactivas.

### **SEGÚN SU EFECTO EN EL SNC, LAS DROGAS PUEDEN SER:**

**Depresoras** (provocan relajación. Disminuyen la actividad del sistema nervioso central reprimiendo las estructuras presinápticas y disminuyendo la función de los neurotransmisores). Sedantes /hipnóticos, Opiáceos, Neurolépticos

**Estimulantes** (excitan las neuronas, lo que hace aumentar la cantidad de neurotransmisores): cocaína, cafeína, nicotina, anfetaminas, teobromina y teofilina.

**Perturbadoras** (modifican la actividad psíquica y producen alteraciones en la percepción): alucinógenos (ketamina, LSD, hongos alucinógenos), Cannabis y derivados, drogas de síntesis (MDMA, cristal...) e inhalantes.

### **LA QUÍMICA DE LA CAFEÍNA**

La cafeína es la sustancia psicoactiva más popular del mundo, ya que ninguna otra puede igualar su alcance y su grado de aceptación. Esta “droga” está tolerada legal y culturalmente en todas las sociedades del mundo. Sus fuentes más comunes, el café y el té, son enormemente populares. Si a eso le añadimos todas las bebidas gaseosas con cafeína que existen, queda claro por qué la cafeína es la sustancia psicoactiva más consumida del mundo.

La cafeína (1,3,7- trimetilxantina) pertenece al grupo químico de la xantina y actúa bloqueando los receptores de la adenosina neurotransmisora, que está relacionada con la aparición del sueño.

**La dependencia de la tecnología y de las redes sociales** se está convirtiendo en un problema de salud en el mundo entero. Especialmente para los adolescentes, no tener acceso a Internet o no poder contestar inmediatamente a los mensajes, puede producirles ansiedad.

Según el último informe realizado por el Observatorio Español de la Droga y la Toxicomanía el porcentaje de los adolescentes que consumen drogas de forma habitual es del 14%. Por otro lado, para el 18% de los jóvenes de nuestro país Facebook, Snapchat e Instagram están sustituyendo su vida real.

Los investigadores se empiezan a plantear si el consumo de drogas en los adolescentes se ha

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN CASAS</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 5 de 7</b>

reducido por el aumento del uso de la tecnología. Es cierto que los jóvenes están permanentemente estimulados por los ordenadores y los smartphones. Lo interesante es que el consumo de estos dispositivos se ha disparado en el mismo periodo en el que el consumo de drogas se ha reducido. Para los científicos, esta correlación no significa que un fenómeno esté afectando al otro, aunque dicen que los medios interactivos generan impulsos similares a los producidos por las drogas, y que los gadgets absorben una gran cantidad de tiempo que podría usarse para otras actividades.

### ACTIVIDAD 3: APLICACIÓN Y EVALUACIÓN

Lee con atención en compañía de tus padres y familiares y teniendo en cuenta el texto sobre los riesgos de las drogas y la tecnología trabaja las siguientes actividades.

1. Realiza un Escrito en el cual orientes el NO consumo de drogas a los jóvenes de tu entorno.
2. Nombre y dibuje 4(cuatro) ejemplos de sustancias que puede ser consideradas de alto riesgo.
3. Realiza un resumen con excelente estética en el cuaderno sobre tus rutinas diarias.

#### Responde luego de reflexionar en familia

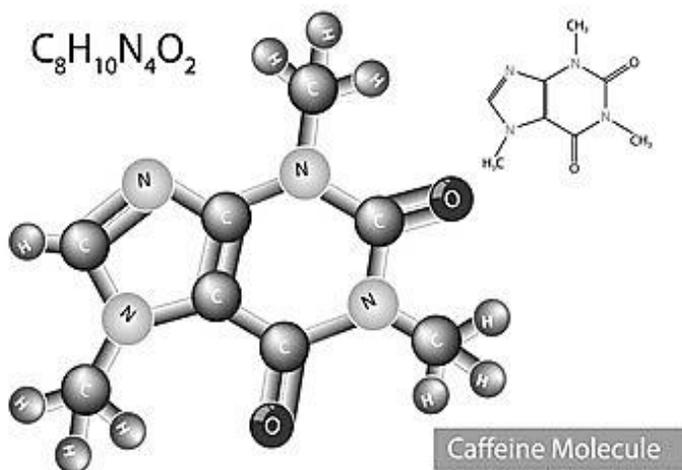
ITEMS	SI	NO	A VECES	¿POR QUÉ?
¿Crees que es generalizado el consumo de alcohol y drogas en los jóvenes?				
¿Consideras que los jóvenes son más vulnerables y sensibles al consumo de alcohol y drogas?				
Enumera los principales factores que crees que incitan al inicio del consumo de drogas entre los jóvenes.				
¿Crees que las consecuencias del consumo de alcohol y drogas repercuten en la familia y en el entorno social?				
¿Piensas que los jóvenes son conscientes de las consecuencias del consumo de drogas y alcohol?				
¿Has participado de manera activa en las actividades de grupo?				
Enumera dos alternativas al Consumo de Drogas y Alcohol.				

4. Responde con una x la siguiente pregunta, ¿han encontrado útiles y cercanos los temas trabajados en la guía?

En desacuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente en desacuerdo
---------------	-----------------------	--------------------------

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN CASAS</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 6 de 7</b>

5. Observa la figura, es la estructura de una molécula de cafeína con su respectiva fórmula. Con la ayuda de la tabla periódica encuentra y nombra cada uno de sus átomos, ten en cuenta que el número debajo de cada átomo es la cantidad presente en la molécula. Pinta de color amarillo los átomos de carbono, de rojo los de nitrógeno, de azul los de oxígeno, de verde los de hidrógeno y los enlaces entre átomos de color gris



**Las actividades desarrolladas deberán ser enviadas a los correos de los docentes:**

Isabel Cristina Ortiz	isabelortiz@iehectorabadgomez.edu.co
Johnny Álzate	johnnyalzate@iehectorabadgomez.edu.co
Luis Emilio Montoya	luisemiliomontoya@iehectorabadgomez.edu.co
María Eugenia Mazo Castaño	Mariaeugeniamazo@iehectorabadgomez.edu.co

### BUSCANDO ALTERNATIVAS POSITIVAS

Busca las 48 palabras de actividades que puedes hacer en tu tiempo libre. Pueden estar de arriba a abajo, de abajo a arriba, de izquierda a derecha, de derecha a izquierda, o en diagonal.

Actua	Bote	Colección	Dominó	Golf	Leer	Música	Ping-pong
Ajedrez	Caminata	Computadora	Escribir	Herraduras	Maestro	Nadar	Pintar
Árbitro	Cantar	Correr	Esquiar	Hornear	Mascotas	Niñera	Rompecabezas
Arte	Cartas	Coser	Explorador	Jardinería	Mecánica	Papalote	Tenis
Bailar	Club	Deporte	Fútbo	Joyero	Modelos	Patina	Tutoria
Bicicleta	Cocinar	Dibujar	Gimnasia	Juego de mesa	Caballo	Pesca	Videos

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: GESTIÓN CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN CASAS</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 7 de 7</b>

C	O	L	E	C	C	I	O	N	G	X	T	Y	P	A	P	A	L	O	T	E
N	V	I	D	E	O	S	M	I	L	K	S	E	M	S	A	T	R	A	C	M
J	Z	M	A	S	E	M	O	G	E	U	J	I	Y	O	P	G	R	S	R	O
A	E	E	R	W	X	C	O	M	P	U	T	A	D	O	R	A	E	P	O	N
R	R	Z	T	A	Q	P	A	P	A	R	B	I	T	R	O	F	B	E	L	T
D	D	A	I	F	C	O	R	R	E	R	N	I	I	K	S	K	I	I	E	A
I	E	N	G	U	R	A	T	N	I	P	P	R	I	B	I	R	C	S	E	R
N	J	I	O	T	D	D	E	C	B	I	K	E	S	I	D	I	I	G	R	A
E	A	C	K	B	J	C	O	C	I	N	A	R	G	I	D	S	C	E	W	C
R	P	A	R	O	Q	U	E	T	O	Z	Q	O	E	E	N	N	L	S	O	A
I	E	S	O	L	E	D	O	M	N	S	R	L	P	G	N	E	E	Q	H	B
A	S	E	W	I	N	G	D	O	I	T	E	O	I	O	Y	D	T	U	S	A
I	C	L	U	B	U	I	R	O	S	Z	R	R	N	L	I	O	A	I	H	L
K	A	O	N	O	B	R	D	E	U	T	A	I	G	F	A	M	N	A	A	L
A	R	A	C	U	A	S	A	P	E	D	I	L	P	D	C	I	G	R	I	O
B	G	S	J	E	L	M	M	S	A	M	A	U	O	S	I	N	R	I	S	G
C	V	A	N	T	E	C	A	N	T	A	R	U	N	N	S	O	A	A	A	E
C	R	R	B	A	B	Y	S	I	T	T	I	N	G	X	U	N	L	O	N	P
R	O	M	P	E	C	A	B	E	Z	A	S	Ñ	K	I	M	O	I	O	M	J
H	R	E	S	Ñ	S	C	O	U	T	S	A	C	T	U	A	R	A	Y	I	O
N	O	A	T	A	N	I	M	A	C	R	E	K	S	R	H	C	B	O	G	Y
B	O	T	E	I	N	G	G	N	I	D	A	L	E	R	E	L	L	O	R	E
E	X	P	L	O	R	A	D	O	R	Y	Y	Ñ	A	I	R	O	T	U	T	R
M	A	S	C	O	T	A	S	G	G	O	I	U	M	P	R	O	P	E	N	O
S	A	R	U	D	A	R	R	E	H	N	Y	P	A	T	I	N	A	R	M	Y

**FUENTES DE CONSULTA**

micolombiadigital.gov.co/sites/toguiboyaca/content/files/000282/14099\_educar-  
<https://www.interempresas.net/Quimica/Articulos/10751-La-quimica-de-la-cafeina.html>  
<https://www.fotosearch.es/print/CSP766/k50447697/>

**RECUERDA: ¡CUIDARNOS, ES UN COMPROMISO DE TODOS!**