

EFFECTOS DE LAS DROGAS EN EL CUERPO

PREPARACIÓN DEL MAESTRO

CONCEPTOS CLAVES:

1. Existen varias categorías de drogas y las drogas de cada una de estas categorías afectan el cuerpo en diferentes formas.
2. Hay muchos sistemas corporales que son afectados negativamente por el uso de las drogas.
3. Los que usan drogas intravenosas tienen un alto riesgo de adquirir VIH o hepatitis.
4. El abuso de las drogas destruye el potencial de vida.

COMPETENCIAS/APRENDIZAJE ESPERADO:

Al final de esta lección los estudiantes deben ser capaces de:

1. Establecer los efectos fisiológicos primordiales de las drogas de las diversas categorías.
2. Entender el riesgo extremadamente alto del VIH y la hepatitis asociado al uso de drogas intravenosas.
3. Identificar los principales sistemas corporales afectados por el uso de drogas a largo plazo.
4. Entender la diferencia entre cómo el drogadicto se percibe a sí mismo(a) versus cómo es percibido(a) por otros.
5. Discutir el impacto del abuso de las drogas narcóticas sobre la duración promedio de vida.
6. Identificar los efectos de las drogas en la habilidad para pensar y hacer juicios.
7. Revisar o refinar metas de la Lección 2 en los Diarios Personales.

TÉRMINOS CLAVE:

Ver la información preliminar para buscar las definiciones usadas en esta lección.

INFORMACIÓN PRELIMINAR:

NOTA ESPECIAL AL MAESTRO:

- Al igual que la Lección 6, esta lección da nombres de drogas específicas. En algunas situaciones de enseñanza los maestros y administradores creen que es prudente abordar directamente ciertas drogas usando su nombre farmacológico o callejero, o ambos. Algunos educadores creen que la mayoría de sus estudiantes ya saben algo acerca de estas drogas, o pronto lo harán, y que es mejor tratar sobre ellas de una forma abierta e informativa. Otros maestros y administradores temen que dar información acerca de drogas específicas y sus efectos creará curiosidad e incrementará el gusto de su uso en lugar de disminuirlo. Esta lección puede ser enseñada por aquellos que abogan por cualquiera de los dos enfoques.
- Si usted desea discutir los nombres específicos de las drogas, simplemente enseñe la lección completa tal y como está escrita, incluyendo las secciones marcadas como “opcional”.
- Sin embargo, si usted desea evitar los nombres de drogas individuales, omita cada una de las secciones marcada “opcional” y enseñe solamente aquellas con asterisco.
- Si usted decide omitir todas las secciones opcionales, la lección será considerablemente más corta. Al final de la lección se sugiere una actividad alterna de pósteres.

INFORMACIÓN PRELIMINAR SOBRE LAS DROGAS:

1. Se estima que entre el 10 y el 30% de los adolescentes en América Latina y El Caribe han tenido experiencia con el consumo de drogas.

Según estudios realizados por la O.P.S. a nivel de las Américas, los resultados indican que el consumo de las mismas inicia entre las edades de 9 a 15 años, variando las edades según países.

2. En la última década el fenómeno del consumo ha ido **evolucionando**. Ha disminuido en términos absolutos el consumo de alcohol, tabaco y heroína, pero ha aumentado el consumo de cocaína, drogas de síntesis (en todos los rangos de edad y especialmente entre varones) y el de los derivados del cannabis (sobre todo en jóvenes de 14 a 18 años). http://www.fad.es/contenido.jsp?id_nodo=86&&keyword=&auditoria=F.

3. Se estima que el 29% de los más de 2 millones de latinoamericanos usuarios de drogas inyectables está infectado por el VIH (Mathers et al., 2008-9).

El uso de las drogas inyectadas es una causa creciente en la transmisión del VIH, en la mayoría de países alrededor del mundo. El objetivo era determinar la prevalencia del uso de drogas inyectadas en individuos entre 15 y 64 años, y del VIH entre personas que se inyectaban drogas. (Referencia: Grupo de las Naciones Unidas, sobre el VIH y el uso de las drogas inyectadas).

4. El promedio de esperanza de vida para drogadictos, una vez que empiezan a usar narcóticos, es de 8 a 10 años. Referencia: Universidad de estudios a distancia. Tema: Drogas o Fármacos
5. Las drogas que causan adicción se clasifican en cuatro categorías: depresoras, estimulantes, alucinógenas e inhalantes.

a) **Depresoras:**

El alcohol es el depresor más común. Su abuso crónico está asociado con muchos problemas de salud, incluyendo hepatitis, cirrosis del hígado, pancreatitis e inmunodeficiencia, y cáncer de boca, lengua, esófago e hígado.

Frecuentemente se abusa de los opioides y sus derivados. Debido a que ellos elevan el estado de ánimo, alivian la tensión y la ansiedad, y producen euforia y tranquilidad, tienen un alto potencial de producir adicción. Los opioides son comúnmente prescritos debido a sus efectos analgésicos o porque alivian el dolor. Los medicamentos que caen dentro de esta categoría, algunas veces nombrados narcóticos, incluyen: la morfina, la codeína, y las drogas relacionadas. La morfina, por ejemplo, es utilizada a menudo antes o después de una cirugía para aliviar un dolor severo. La codeína, debido a que es menos eficaz que la morfina, es usada para dolores más leves. Otros ejemplos de opioides que pueden ser prescritos para aliviar el dolor incluyen la oxycodona (Oxicontin), propoxifeno (Darvon), hidrocodona (Vicodin) e hidromorfona (Dilaudid), así como merepidina (Demerol), los cuales son menos usados, a menudo, por sus efectos secundarios. Adicionalmente a sus propiedades analgésicas, algunas de estas drogas, por ejemplo la codeína y el difenoxilato (Lomotil), pueden ser usados para aliviar tos y diarrea.

b) **Estimulantes:**

Cocaína, éxtasis (Metilendioxiánfetamina), efedrina y anfetaminas son los estimulantes de los que se abusa más comúnmente.

El abuso de estimulantes puede resultar en un ataque al corazón (infarto al miocardio), derrame cerebral, ataques y daño al hígado y a los pulmones.

c) **Alucinógenas:**

De los que comúnmente se abusa están el LSD, la mescalina, fenciclidina, marihuana y el hachís. Estas drogas alteran la percepción de la realidad del usuario y producen alucinaciones de los sentidos de la vista, el oído y el olfato. Los alucinógenos se almacenan en el tejido graso y pueden ser liberados en el torrente sanguíneo meses después si el usuario pierde peso. En tal caso, el usuario puede experimentar los efectos de la droga como si se le acabara de administrar.

d) **Inhalantes:**

Estos representan un problema creciente de abuso, especialmente entre los niños. Las sustancias abusadas más comúnmente son la gasolina, pinturas en spray, aerosol, pegamento, solvente de laca, nitrato de amilo, óxido de nitrógeno

y el líquido corrector. Es muy común que los niños abusen de éstos debido a que la mayoría de las sustancias son legales y pueden encontrarse en casa. Los efectos de los inhalantes incluyen alucinaciones, euforia y mareo, así como la sensación de insectos rastreros, piquetazos de agujas, dolor de dientes y la urgencia de automutilación.

6. Los depresores del sistema nervioso central (SNC) son sustancias que pueden disminuir la velocidad de la función normal del cerebro. Debido a esta propiedad, algunos depresores del SNC son usados en el tratamiento de la ansiedad y los trastornos del sueño. Entre los medicamentos que son comúnmente prescritos con estos propósitos están los barbitúricos.

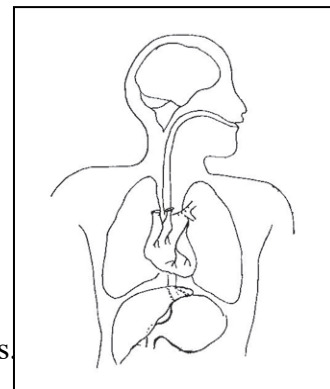
REFERENCIAS:

- Gutiérrez, Kathleen. “Farmacoterapéutica: Toma de decisiones clínicas en enfermería”. Filadelfia, Pa. W.B. Sanders Company. 1999.
- Toner, Patricia. “Actividades para la prevención del abuso de estupefacientes”. The Center for Applied Research in Education [El Centro para la Investigación Aplicada en la Educación] 1993. <http://openlibrary.org/b/OL1406535M>
- Karaganov, Sergei Dr.; Fyodorov, Andre Dr.; Malashenko, Igor Dr. “Adicción a las drogas en Rusia: una amenaza para la nación”. Moscú, 1998.
- National Institute on Drug Abuse, National Institutes of Health. [Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas, Institutos Nacionales de Salud. Bethesda], Md. 2003. <http://www.nida.nih.gov/ResearchReports/>.

MATERIALES / PREPARACIÓN:

En la caja: la carta de las abuelas y un sobre conteniendo una pastilla en forma de cápsula. (Usted puede poner una inofensiva cápsula de droga en un sobre y sacarla durante la lectura de la historia para dar un efecto adicional).

- Una lata o una botella de una bebida gaseosa.
- Un salero (de aproximadamente 1 gramo).
- Un vaso pequeño, claro, transparente.
- El dibujo de un torso humano colocado por anticipado en la pizarra. (¡No necesita ser perfecto!).
- Recorte símbolos que representen cada una de las cuatro categorías de drogas: dos para depresoras, cuatro para estimulantes, tres para alucinógenos y cinco para inhalantes.



LECCIÓN

INICIO DE LA LECCIÓN:

INTRODUCCIÓN

La vez pasada escuchamos la historia de “Miguelito y la trampa de ratones” y discutimos acerca de los diferentes tipos de drogas. Hoy tenemos otra carta que leer. Escuchemos.

HISTORIA

2 minutos aproximadamente

[Lea la siguiente historia:

“Los altibajos de las drogas”, la historia de Elena].

Los estudiantes de la escuela No.2 se habían estado transmitiendo el virus de la gripe por casi dos semanas. Todos estaban enfermos y hartos de estar enfermos y cansados. Todos parecían irritables. Todos la habían padecido.

“¿Quién fue el que empezó con esta epidemia de gripe?”, se preguntó Daniel. “Oh, ¡si pudiéramos regresar y haber evitado eso! Todos podríamos respirar mejor ahora”.

“¡Aaachú!”, estornudó la maestra desde el otro lado de su escritorio. “He escuchado que si uno no se trata un resfriado éste andará merodeando por seis días. Pero si ustedes tratan un resfriado se pueden deshacer de él en sólo una semana menos un día”.

Su intento de hacer una broma cayó en oídos sin humor que estaban casi tan tapados como sus narices.

“No prolonguemos esto por hoy. Veamos qué tienen las abuelas para nosotros y pongámonos manos a la obra mientras todavía tengamos fuerzas”, sugirió la maestra. Ella abrió un sobre y una pequeña cápsula de droga, de alguna clase, saltó sobre el escritorio cuando ella sacó la carta.

“Mmmm... Me pregunto qué desean nuestras abuelas que experimentemos durante esta lección”, murmuró Sergio desde atrás del pañuelo que estaba usando para sonarse la nariz.

La maestra le dio a Sergio una mirada escéptica y comenzó la carta:

Queridos:

Determinamos decirles la verdad acerca de nosotras cuando empezamos esta aventura —nadie de nuestra generación fue animado alguna vez a ser tan honesto y sincero. Sería fácil llevarnos nuestros defectos con nosotras a la tumba. Nuestra crianza nos enseñó el ver dicho silencio como algo heroico. Nosotras pensamos que este enfoque es un error.

Raramente los asuntos personales se restringen a esa persona cuando se trata de influencia o efecto. Pienso que Dostoyevski escribió en algún lugar: “El pecado engendra pecado”. En otras palabras, los problemas familiares afectan generación tras generación. Elena quería escribir acerca de lo que le había pasado a ella.

Querida Carmen:

Me temo que soy yo, tu abuela Elena, la que debe empezar este asunto de descubrir un secreto que he mantenido escondido de ti y de la mayoría de las demás personas.

En la mayoría de lugares del mundo los médicos son tenidos en muy alta estima. También ha habido muchísimos abusos junto con el cuidado y la curación genuinas. Yo escogí mi profesión debido a mis deseos inseparables de saber cómo funcionaba el cuerpo humano y de ayudar en la sanación del cuerpo. Eran deseos muy nobles, pero se vieron comprometidos en el camino.

Mis estudios fueron muy retadores y mi residencia fue extenuante. Largas noches, poco sueño y las demandas de la vida y la muerte me empujaban más y más hacia el camino de transigir. Estoy hablando acerca del uso de las drogas.

Al principio era sólo un poquito para mantenerme despierta cuando la cafeína del café ya no funcionaba. ¡Qué diferencia hizo! ¡Yo estaba más alerta! Mi mente parecía más clara. Lograba hacer más y mis evaluaciones de desempeño mejoraron. Desafortunadamente no me detuve allí. Los estimulantes me mantenían despierta cuando necesitaba dormir, así que ocasionalmente tomaba un sedante que me ayudara a descansar.

Yo razonaba que no había un verdadero peligro, yo sabía lo que estaba haciendo. Después de todo, yo había sido capacitada para prescribir tales drogas a aquellos que realmente las necesitaban y yo realmente las necesitaba para hacer mi trabajo. Yo sabía, por supuesto, que un régimen largo de estas drogas podría dañar mi hígado y alterar permanentemente la química en mi cerebro. Pero yo me decía a mí misma que esto era sólo una solución temporal. Pronto tendría mi horario bajo control y dejaría de usar las drogas tan fácilmente disponibles para mí. Yo estaba segura que nadie se daría cuenta, así que, ¿cuál era el daño?

Entonces llegó el día en que me resbalé en las escaleras heladas fuera de la panadería. ¡Mi columna lumbar me dolía tanto que no podía agacharme para atarme los zapatos! Pero los doctores no toman días libres por enfermedad. Además, había otros que estaban peor, esperando en las camas de hospital. Yo conocía el problema, me había contorsionado la espalda y los músculos se habían contraído, manteniendo mi espalda en la posición equivocada. Me pude haber tratado con descanso y calor, pero eso hubiera requerido días o semanas. Una pequeña píldora podría relajar esos mismos músculos y quitar el dolor, y las píldoras que yo tenía en mente estaban bajo llave en un gabinete del cual yo tenía la llave.

Después de un tiempo, mi fundamento para tomar cierta droga en particular era menos específico. Ahora las necesitaba sólo para aguantar el día. Y pasaba mis días como en una niebla inducida por las drogas. De milagro no maté a nadie.

¡No me malentiendas! La mayoría de las drogas que yo tomé tenían un lado positivo cuando se administran apropiadamente. El problema era que todas esas drogas también tenían un lado negativo y no se me podía confiar más la llave del gabinete.

Quisiera poder decirte que fue mi fuerza de voluntad o mi carácter lo que me salvó, pero no, fueron las oraciones de Olga y la voluntad de Lucía para soportar mi abuso, las que finalmente me hicieron dejarlas y me consiguieron la ayuda que necesitaba desesperadamente.

Tu abuela,
Elena

Así que, ¿qué piensas Carmen? Tu abuela se había vuelto dependiente de las drogas. Y yo sabía todo acerca de las drogas que ahora esperan por ti. Por supuesto, las drogas son mucho más fáciles de conseguir ahora, y nadie te va a insistir en que te conviertas en una doctora o enfermera antes de que puedas ponerles las manos encima. Recuerda, es mucho más fácil empezar a usar drogas que dejar de hacerlo.

Recuerda, la sabiduría es a menudo el arte de aprender de los errores de alguien más.

Sus abuelas.

DEMOSTRACIÓN Y DISCUSIÓN

7 minutos aproximadamente

Abra la lata o la botella y vierta cuidadosamente un poco de su contenido en el vaso hasta que esté medio lleno. Tenga cuidado de verter el líquido suavemente para minimizar la pérdida del carbonato.

Eche un poco de sal en el vaso — suficiente hasta que empieza a hacer burbujas con fuerza.

Eche más sal en el vaso.

Eche aún más sal en el vaso.

Agradézcale al estudiante voluntario y ofrézcale el resto de la botella o lata como recompensa

En la lección de hoy vamos a discutir algo de los efectos físicos y psicológicos que las drogas tienen en el cuerpo.

Si ustedes tuvieran la opción de tomar agua, jugo de naranja, leche o soda, con su cena, ¿cuántos de ustedes escogerían soda?

[Levante una lata o botella de agua gaseosa o soda].

¿Por qué?

[Escuche respuestas tales como: sabe bien, es dulce, me mantiene despierto(a), me alivia la sed].

Yo creo que puedo asumir que la mayoría de ustedes han consumido una bebida similar a una gaseosa. También creo que estoy en lo correcto al asumir que algunos de ustedes han leído la lista de ingredientes que aparece en una botella de bebida gaseosa y algunos de ustedes tal vez no. ¿Cuáles son algunos de los ingredientes que usted recuerda hay en una bebida gaseosa?

[Escuche respuestas tales como: azúcar (o sustituto del azúcar), cafeína, jarabe de maíz, colorante de comida, preservantes y agua carbonatada].

¿Qué piensan que podría pasar si yo agregara un nuevo ingrediente?

[Escuche respuestas tales como: cambia el sabor, cambia el color, arruina el sabor, y mejora el sabor].

Voy a agregar sólo un poquito de sal a la soda.

**¿Cómo el agregar una muy pequeña cantidad de sal afecta la apariencia de la soda?
¿Cómo afecta su sabor? ¿Algún voluntario(a) para probarla?**

[Anime a un estudiante voluntario. Ellos no sentirán fuertemente el sabor de la sal. Si ningún estudiante lo intenta, usted demostrará que el sabor de la bebida no ha cambiado significativamente].

¿Qué creen ustedes que pasará si agrego el doble de sal que la primera vez?

[Las respuestas pueden incluir que causará el doble de burbujas, cambiará el color y arruinará el sabor].

¿Qué observan? Mmm, no obtengo la misma reacción. Tal vez necesitamos aún más sal.

¿Por qué piensan que no obtuvimos una reacción similar a la obtenida con la primera cantidad de sal? Yo me pregunto ¿qué le ha hecho la sal a la soda? ¿La probará alguien ahora?

[Anime a un estudiante a probarla. Se sentirá más salada pero no será horrible].

¿A qué sabe?

[Salada].

¿Contiene tanto carbonato como cuando empezamos?

[No, el carbonato debería haberse reducido substancialmente].

¿Qué tan útil es la soda ahora? ¿Puede cumplir con su propósito original?

[No, no muy bien. No sabe tan bien y la sal lo hará sentir a uno más sediento].



= 9 minutos

EXPLORANDO LA LECCIÓN:

DISCUSIÓN DE LA CLASE

3 minutos aproximadamente

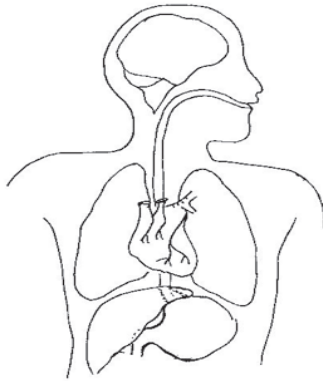
¿Cómo explicarían ustedes la reacción química de nuestro experimento si la soda representa nuestros cuerpos y la sal representa las drogas?

[Inicialmente, una pequeña cantidad de una droga puede tener un efecto interesante y tal vez divertido; sin embargo, el efecto no dura. Parece no afectarnos mucho al principio, así como el sabor no fue significativamente afectado al principio].

El aspecto adictivo de muchas drogas sigue un patrón similar. Se necesita más de la droga para producir un efecto.

La historia de hoy nos cuenta con exactitud que las drogas que generalmente hacen que las personas se vuelvan adictas son a menudo las mismas drogas originalmente diseñadas para ayudar a reducir el dolor o tratar problemas físicos, psicológicos y emocionales.

Elena, la abuela de Carmen, describió dolorosamente cómo ciertas drogas prescritas, cuando se abusa de ellas, pueden alterar la actividad cerebral y llevan a la dependencia y posible adicción.



= 12 minutos

Dibuje este diagrama en la pizarra. ¡No necesita ser perfecto!

ACTIVIDAD DE LISTADOS Y CATEGORÍAS

32 minutos aproximadamente

OPCIÓN A

OPCIÓN B: si usted está omitiendo las secciones sombreadas opcionales de esta porción, tendrá tiempo para incluir la Actividad Alternativa del Póster al final de la lección.

Convierta esta sesión en una conversación guiada entre usted y los miembros de la clase. Anime a los estudiantes a compartir lo que han aprendido, aunque sea incorrecto, y a hacer conjeturas. En esta lección usted tiene la información que necesita para corregir la desinformación e ingenuidad de los estudiantes.

Asigne 8 minutos para cada categoría.

Escriba las palabras “depresores”, “estimulantes”, “alucinógenos” e “inhalantes” en la pizarra. Escríbalas para que sirvan como encabezados, así se puede hacer una lista bajo cada una si usted planea incluir las secciones opcionales. (Vea Lección 6, “Palabras claves” para la definición de términos. Vea también “Información Preliminar” para esta lección).

Depresores
<ul style="list-style-type: none"> • Alcohol • Opio • Heroína • Metadona • Morfina • Codeína • Pastillas para dormir

Marque una “D” en el cerebro y los pulmones de su dibujo.

[Empieza la sección opcional A].

La mayoría de ustedes ya conocen los nombres comunes o “de la calle” de una variedad de drogas que las personas usan en nuestra sociedad hoy. Es importante que aprendamos a identificar no solamente los nombres comunes sino también los nombres más formales y científicos porque podemos encontrar que ellos nos ayudarán a adquirir información más exacta acerca de los diferentes tipos de drogas. Así que empecemos escribiendo en la pizarra los nombres que ustedes conozcan para las drogas.

No se preocupen si no saben mucho acerca de la droga. Tal vez han escuchado el nombre a través de alguien más. Una vez que la tengan en la pizarra, trataremos de categorizarlas y aprender más acerca de ellas.

[Finaliza la sección opcional A].

Las drogas afectan varias áreas del cuerpo. Vamos a discutir algunos de los efectos principales que las diferentes categorías de drogas tienen sobre partes específicas del cuerpo humano. Las drogas son clasificadas en cuatro grandes categorías: depresores, estimulantes, alucinógenos e inhalantes.

[Empieza la sección opcional A].

¿Qué drogas piensan ustedes pertenecen a la categoría de depresores? Siéntanse libres de darme términos de la calle o jerga (caló) también y veremos si podemos ponerlos en la categoría correcta.

[Escuche las sugerencias de los estudiantes: alcohol, opio, heroína, metadona, morfina y codeína. Liste las respuestas bajo el encabezado de “depresores”].

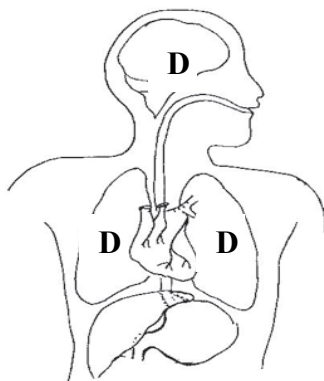
[Finaliza la sección opcional A].

¿Cuáles podrían ser algunas consecuencias negativas del mal uso de los depresores?

[Pida algunas respuestas de los estudiantes]:

- Una persona generalmente se siente somnolienta y falta de coordinación, pero como el cuerpo se acostumbra a los efectos de estas drogas, estos sentimientos empiezan a desaparecer.
- Si alguien usa estas drogas el tiempo suficiente, el cuerpo desarrollará una tolerancia por las drogas y necesitará dosis más altas para conseguir los mismos efectos iniciales.
- El uso continuo puede llevar a una dependencia física y cuando su uso es reducido o detenido hay síntomas de abstinencia.
- Debido a que todos los depresores del sistema nervioso central (SNC) funcionan disminuyendo la actividad cerebral, cuando un individuo deja de tomarlos, la actividad cerebral puede tener un rebote y salirse de control, llevando posiblemente a ataques y otras consecuencias dañinas.
- El retirarse del uso prolongado de la mayoría de los depresores del SNC puede tener complicaciones que amenazan la vida.
- Tomar una sola dosis alta de un depresor del SNC podría causar una severa depresión respiratoria, llevándola a la muerte.

Ahora necesitamos colocar una “D” por “depresores” en las partes del cuerpo que son afectadas y a menudo dañadas por los depresores: el cerebro y los pulmones.



= 20 minutos

ESTIMULANTES
<ul style="list-style-type: none">• Cocaína• Efedrina• Metanfetamina

- Anfetaminas
- Éxtasis
- Cocaína “Crack”
- Pastillas para adelgazar

[Empieza la sección opcional A].

¿Qué drogas piensan ustedes que pertenecen a la categoría de los estimulantes?

[Escuche a los estudiantes sugerir: cocaína, efedrina, metanfetamina, anfetaminas, éxtasis (metilendioximetanfetamina) y cocaína “crack”].

[Fin de la sección opcional A].

¿Cuáles podrían ser algunas consecuencias negativas de usar mal los estimulantes?

[Tomar altas dosis de estimulantes repetidamente por un corto período de tiempo llevaría a sentimientos de hostilidad o paranoia, una peligrosa alta temperatura corporal, taquicardia y la posibilidad de una insuficiencia cardiovascular o ataques letales].

[Empieza la sección opcional A].

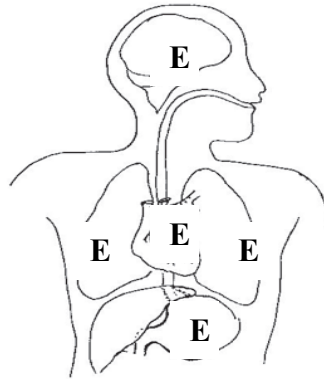
Existen enormes complicaciones médicas asociadas con el uso de la cocaína. Algunas de las complicaciones más frecuentes son los efectos cardiovasculares (incluyendo alteración del ritmo cardíaco y ataques del corazón), efectos respiratorios (tales como dolor en el pecho y fallo respiratorio), efectos neurológicos (incluyendo derrames, ataques y dolores de cabeza) y complicaciones gastrointestinales (incluyendo dolor abdominal y náusea).

El uso de la cocaína ha sido ligado a muchos tipos de enfermedades del corazón. Se ha encontrado que la cocaína dispara ritmos cardíacos caóticos, llamados fibrilación ventricular, aceleración de los latidos del corazón y la respiración, y un incremento en la presión sanguínea y la temperatura del cuerpo. Otros síntomas físicos pueden incluir dolor en el pecho, náusea, visión borrosa, fiebre, espasmos musculares, convulsiones y caer en coma.

[Finaliza la sección opcional A].

Marque una “E” en el cerebro, corazón, pulmones y estómago de su diagrama

Ahora necesitamos colocar una “E” por “estimulantes”, en las partes del cuerpo que son afectadas y a menudo dañadas por los estimulantes: el cerebro, corazón, pulmones y el estómago.



= 28 minutos

ALUCINÓGENOS

- LSD
- Mescalina
- Marihuana
- Ketamina
- Fenciclidina

[Inicia la sección opcional A].

¿Qué drogas piensan que pertenecen a la categoría de alucinógenos?

[Escuche las sugerencias de los estudiantes: LSD, mescalina, marihuana, ketamina, fenciclidina].

[Finaliza sección opcional A].

¿Cuáles podrían ser algunas consecuencias negativas del mal uso de alucinógenos?

[Pida respuestas a los estudiantes].

Debido a que las drogas de esta clasificación afectan el sistema nervioso central, aquellos que están bajo su influencia experimentarán distorsiones sensoriales, estado de ánimo alterado, pérdida de juicio, un tiempo de reacción lento, incremento de la presión sanguínea, del ritmo cardíaco y de la temperatura corporal, ilusiones y

percepción equivocada de estímulos reales, así como un pánico agudo, ansiedad y paranoia.

[Inicio de la sección opcional A].

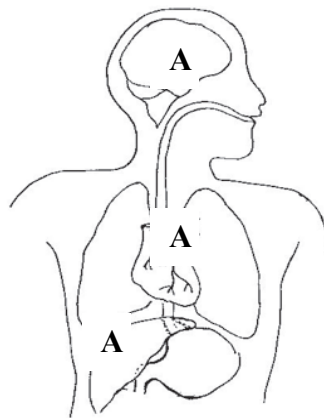
La ketamina no tiene olor ni sabor y puede ser añadida a las bebidas sin ser detectada y produce amnesia. Debido a estas propiedades, la droga es a veces administrada a víctimas desprevenidas y es utilizada para cometer asaltos sexuales, y se le conoce como la “droga de la violación”.

La fenciclidina es un anestésico quirúrgico intravenoso. Sus efectos sedativos y anestésicos son como de trance, y los pacientes experimentan un sentimiento de estar “fuera del cuerpo” y desligados de su ambiente. En dosis bajas (5 mg o menos) los efectos físicos incluyen, respiración superficial y agitada, incremento de la presión sanguínea y el ritmo cardíaco, y temperatura elevada. Dosis de 10 mg. o más causan cambios peligrosos en la presión sanguínea, el ritmo cardíaco y la respiración, acompañada a menudo por náusea, visión borrosa, mareo y una disminución en la conciencia del dolor. Las contracciones musculares pueden causar movimientos no coordinados y posturas muy extrañas. Cuando se agrava, las contracciones musculares pueden resultar en fractura de los huesos, así como daño o falla de los riñones como consecuencia de la destrucción de las células musculares. Muy altas dosis de fenciclidina pueden provocar convulsiones, coma, hipertermia y muerte.

[Finaliza sección opcional A].

Ahora necesitamos marcar una “A” de “alucinógenos” en las partes del cuerpo afectadas y a menudo dañadas por los alucinógenos: el cerebro, el corazón y los riñones.

Escriba una “A” en el cerebro, el corazón y los riñones del dibujo.



= 36 minutos

INHALANTES

- Aerosol
- Gasolina
- Solventes para limpieza
- Acetona
- Removedor de esmalte de uñas
- Líquido para encendedor
- Nitrito de amilo
- Pegamento

[Empieza la sección opcional A].

¿Qué drogas piensan ustedes que pertenecen a la categoría de inhalantes?

[Escuche respuestas tales como aerosol (de cualquier clase), gasolina, solventes de limpieza, acetona, removedor de esmalte de uñas, líquido para encendedor, nitrito de amilo, pegamento].

[Finaliza la sección opcional A].

¿Cuáles podrían ser algunas consecuencias negativas por el mal uso de los inhalantes?

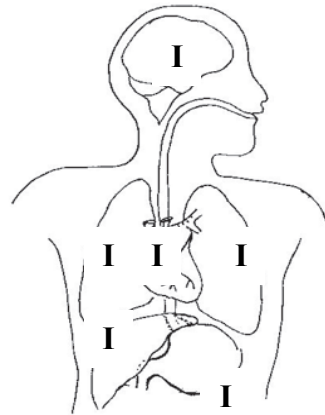
[Pida respuestas a los estudiantes].

Se ha reportado una fuerte necesidad de continuar usando inhalantes entre muchos individuos, particularmente aquellos que abusan de los inhalantes por períodos prolongados de muchos días. Abusar de inhalantes por un periodo prolongado puede provocar el uso compulsivo de éstos y síndrome de abstinencia leve. Síntomas adicionales que se manifiestan en los abusadores a largo plazo de los inhalantes incluyen: pérdida de peso, debilidad muscular, desorientación y falta de atención, falta de coordinación, irritabilidad y depresión.

Los efectos tóxicos del abuso prolongado de inhalantes incluyen el daño a las partes del cerebro involucradas en el control del pensamiento, movimiento, visión y audición. Los abusadores de inhalantes arriesgan una variedad de consecuencias médicas devastadoras. Los inhalantes son también altamente tóxicos para otros órganos. La exposición crónica puede producir un daño significativo para el corazón, los pulmones, el hígado y los riñones.

Ahora necesitamos colocar una “I” de “inhalantes” en las partes del cuerpo afectadas y a menudo dañadas por los inhalantes: el cerebro, el corazón, los pulmones, el hígado y los riñones.

Coloque una “I” en el cerebro, corazón, pulmones, hígado y riñones del diagrama.



= 44 minutos

[Empieza la sección opcional A]

DEPRESORES	ESTIMULANTES	ALUCINÓGENOS	INHALANTES
<ul style="list-style-type: none"> • Alcohol • Opio • Heroína • Metadona • Morfina • Codeína • Pastillas para dormir 	<ul style="list-style-type: none"> • Cocaína • Efedrina • Metanfetamina • Anfetaminas <p>Cocaína “Crack” Pastillas para adelgazar</p>	<ul style="list-style-type: none"> • LSD • Mescalina • Marihuana • Ketamina • Fenciclidina 	<ul style="list-style-type: none"> • Gasolina • Solventes para limpieza • Acetona • Removedor de barniz de uñas • Líquido para encendedor • Nitrito de amilo • Pegamento

[Finaliza la sección opcional A].

Noten el gran número de órganos principales que pueden resultar dañados por el uso inapropiado de las drogas. ¿Qué aprendieron de la información proporcionada en la lección de hoy? ¿Qué se sorprendieron de aprender acerca de los efectos de ciertos tipos de drogas?

Según lo discutido, las drogas afectan muchas partes en el interior de nuestros cuerpos. El uso inapropiado de las drogas puede causarnos ser menos capaces de alcanzar nuestros sueños. El mal uso de las drogas es un gran destructor de sueños.

ACTIVIDAD ALTERNATIVA: PÓSTER

30 minutos aproximadamente.

[Haga que sus estudiantes, en grupos de tres, hagan un póster por grupo, para exhibir en el salón de clases, escogiendo uno de los siguientes:

- 1. Un póster para representar los efectos dañinos de las drogas.*
- 2. Un anuncio tamaño póster diseñado para convencer a los estudiantes de no usar drogas].*



= 44 minutos

FINALIZANDO LA LECCIÓN:

Hoy hemos aprendido que existen varias clases de drogas adictivas y todas ellas pueden tener efectos dañinos en nuestros cuerpos. De hecho, todos los sistemas corporales principales son afectados de alguna manera por estas drogas.

La mayoría de nosotros preferiríamos aprender sin tener que tomar los carbones calientes y resultar quemados. Nos alegra que nuestros padres nos hayan advertido o que nosotros nos hayamos dado cuenta por nosotros mismos. De la misma forma, es mucho mejor si podemos aprender a evitar ser quemados por drogas peligrosas sin tener que experimentar el dolor y lastimarnos a nosotros mismos. Es mucho mejor si podemos detectar estos destructores de sueños con anticipación y evitarlos completamente.

Antes de despedir a sus estudiantes, recuerde dictarles las preguntas padres-maestro(a).



= 45 minutos

RECURSOS

PROFUNDIZANDO:

Los drogadictos se ponen a sí mismos en severa desventaja en situaciones competitivas, tales como deportivas, académicas y de desarrollo profesional. Aún cuando las personas están conscientes de los efectos de las drogas, algunas empiezan a experimentar con éstas y se hacen daño a sí mismas y a sus oportunidades, lo cual hace más difícil para ellos competir en la vida. La abuela Elena era una brillante doctora, pero aún siéndolo comprometió su habilidad de cuidar de sí misma, su familia y sus pacientes debido a su drogadicción.

Un antiguo proverbio judío dice que “el prudente (el hombre sabio) ve el peligro y se esconde, pero el (hombre) simple sigue adelante y sufre las consecuencias” (Proverbios 27:12). Las personas sabias reconocen los peligros asociados a las drogas ilegales y se mantienen alejadas, pero las personas simples corren hacia el peligro y los problemas.

La abuela de Carmen era una mujer muy inteligente y dotada, pero ella tomó algunas decisiones tontas y tomó el camino del simple en lugar del sabio en varias ocasiones. Vamos a examinar las decisiones de la abuela de Elena en cuanto al uso y abuso de drogas a la luz de Proverbios 27:12.

ACTIVIDAD DE CAMPAÑA PUBLICITARIA

Organice a los estudiantes en grupos pequeños de tres a cinco. Si es posible proporcione a cada grupo una copia de la carta de la abuela de Elena para que trabajen con ella. De lo contrario, sólo lea la carta en voz alta a la clase entera una vez más. Conforme los grupos trabajen en sus presentaciones ellos podrían pedirle a usted que vuelva a leer partes de la carta o que les ayude a revisar sus datos.

Revisen cuidadosamente en sus grupos el argumento de la carta y encuentren todos los puntos en los cuales ella tomó decisiones acerca del uso de las drogas. Decidan entre ustedes lo siguiente:

1. ¿Cuál de sus decisiones fue sabia?
2. Identifiquen los peligros que ella vio y cómo se refugió de ellos o los ignoró y siguió adelante.
3. Determinen cómo sus decisiones la afectaron a ella y a aquellos que la rodeaban. ¿Cuáles fueron decisiones sabias y cuáles fueron tontas?

4. ¿Qué PODRÍA haber hecho Elena en lugar de lo que ella de hecho escogió HACER?

Una vez que hayan recolectado toda esta información escojan una de las siguientes opciones para compartir sus conclusiones con el resto de la clase. Ustedes pueden escoger una opción diferente por su cuenta para mostrar qué piensan que debería haber hecho ella para tomar decisiones sabias.

- 1. Desarrollen un sketch y represéntenlo para la clase.**
- 2. Hagan un póster o un guión gráfico.**
- 3. Escriban otra versión de la carta.**
- 4. Hagan un ensayo de revista con “fotos”.**
- 5. Hagan una entrevista.**
- 6. Escriban un artículo de periódico.**

PUNTO DE ENFOQUE

Asegúrese de dejar tiempo para discusión al final de la actividad de aprendizaje, así sus estudiantes pueden discutir la relación entre la actividad de aprendizaje y la lección. Escuche para ver si ellos comprendieron los puntos clave listados. Si usted siente que uno o más de estos puntos pudo haberse perdido, asegúrese de guiar la discusión para asegurar que ellos capten estas ideas principales.

- 1. Los drogadictos se ponen a sí mismos en severa desventaja en situaciones competitivas, tales como deportivas, académicas y de desarrollo de la carrera.**
- 2. Las personas sabias evitan las drogas y sus efectos peligrosos.**
- 3. Las personas de mentes simples a menudo no tienen suficiente sentido para evitar el peligro.**
- 4. Nadie DEBE permanecer con una mente simple. A menudo es posible dejar caminos de mente simple atrás y escoger los caminos del sabio.**

CONEXIÓN PADRES-MAESTRO:

Hoy hemos discutido los efectos de las drogas en el cuerpo. Cada droga tiene alguna clase de efecto en nuestro cuerpo.

Todos los sistemas corporales principales —el corazón, los pulmones, la digestión y el sistema nervioso— son afectados en alguna manera por las drogas. Las personas que usan agujas para las drogas se encuentran en un alto riesgo de contraer dos enfermedades incurables:

- VIH, la cual generalmente se convierte en SIDA.
Cualquiera que contrae VIH verá definitivamente sus sueños hechos pedazos.
- Hepatitis
Algunas formas de hepatitis son también lo suficientemente serias como para hacer pedazos los sueños de un(a) joven.

PARA DISCUSIÓN FAMILIAR:

1. Pregúntenle a su adolescente acerca de la actividad desarrollada hoy en clase.
Usamos una bebida carbonatada y sal.
2. Pregúntenle a su adolescente por qué el usar drogas aún sólo una vez puede ser una mala decisión.