

Alcohol y cerebro

Guía de actividades para los grados 3 a 5.



Questionario en vídeo

1) Cuanto más joven es una persona cuando consume alcohol, mayor es el riesgo de que, al crecer, tenga problemas con el consumo de alcohol.

Respuesta: Cierto. ¡Lo contrario también es cierto! Cuanto más tiempo tarde un joven en tomar una decisión, menor será el riesgo.

2) ¿Por qué retrasar el consumo de alcohol protege a los jóvenes?

Respuesta: El desarrollo cerebral está protegido del efecto inhibitor del alcohol sobre el lóbulo frontal.

3) ¿Cómo se llama cuando el lóbulo frontal se ve afectado y no se desarrolla debido al consumo de alcohol?

Respuesta: Retraso en el desarrollo o hipofrontalidad.

4) ¿Por qué es tan importante mantener el lóbulo frontal intacto mientras crece y se desarrolla?

Respuesta: El lóbulo frontal es la parte del cerebro encargada de las funciones ejecutivas. Estas son las habilidades que necesitamos para funcionar y pensar, especialmente a medida que envejecemos.

5) Además de detener el desarrollo del lóbulo frontal, ¿cuáles son otros efectos del consumo de alcohol por menores de edad?

Respuesta: Velocidad de pensamiento más lenta, problemas de memoria verbal y espacial, menor atención y control de los impulsos, y menor procesamiento de la información.

6) ¿Qué porcentaje de la población mundial consume alcohol? ¿Y en Estados Unidos?

Respuesta: 30%, 50%

7) ¿Acaso no todo el mundo bebe cuando es joven?

Respuesta: No. Muchos jóvenes sienten curiosidad, pero la mayoría no bebe alcohol.

8) ¿Cómo se denomina a la mayoría de los jóvenes que no consumen alcohol?

Respuesta: La mayoría silenciosa.

9) ¿Por qué se denomina mayoría silenciosa a la mayoría de los jóvenes que no beben?

Respuesta: No hablan de no beber, mientras que muchos jóvenes que beben siendo menores de edad sí lo hacen o incluso alardean de ello. Esto contribuye a que mucha gente piense que todo el mundo bebe cuando es joven.

Sección de Pensamiento Crítico

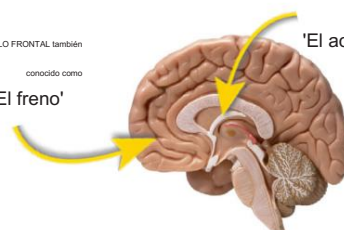
Preguntas para el debate

- ¿Qué opinas sobre el consumo de alcohol por menores de edad?
- ¿Conoces a alguien que...?
 - ¿Abusan del alcohol? ¿Cómo actúan?
 - ¿Cómo te afecta?
- ¿Tiene tu familia alguna norma sobre el consumo de alcohol por menores de edad?
- ¿Por qué cree que cada vez más jóvenes deciden no beber alcohol hasta que sean mayores?
- ¿Por qué crees que la mayoría de los jóvenes que no beben alcohol guardan silencio sobre su decisión de no beber?

Lluvia de ideas en grupo: Divida a los estudiantes en grupos de 3 a 5 personas. Pídeles que generen tantas ideas como sea posible para responder a las siguientes preguntas y que las discutan:

- ¿Por qué algunos jóvenes prueban o consumen alcohol?
- ¿Influye la actitud de los compañeros en el consumo de alcohol por menores de edad? ¿Cómo?
- ¿Cómo influye el desarrollo cerebral en la decisión de un joven de beber o no?

LÓBULO FRONTAL también conocido como 'El freno'



Escenario de

desafío de habilidades n.º 1:
Si una persona mayor te ofrece alcohol, ¿qué le dirías?

Escenario n.º 2: Si estuvieras en una fiesta de pijamas y el hermano o la hermana mayor adolescente de tu amigo estuviera bebiendo alcohol y te presionara para que bebieras, ¿qué harías?

Escenario n.º 3: Si supiera que un padre o un ser querido tiene una enfermedad ¿Tienes problemas con el alcohol? ¿A quién acudirías en busca de ayuda?

Escenario n.º 4: ¿Cómo les dirás a tus amigos que no bebes cuando te pregunten?