



Asignatura: Ciencias.

Cuarto Básico.

Profesora: Anita Martínez Ambiado.

Unidad 1: Sistema Locomotor y Nervioso.

Guía 4: El alcohol y sus efectos en el sistema nervioso.

Nombre: _____

Mis bellos héroes y heroínas espero que se encuentren bien. Poco a poco avanzando y concluyendo las guías que deben hacer. Un abrazo llenito de amor y fuerzas para continuar este proceso en donde nos ha tocado demostrar de cuanto valor estamos hechos.

Y esta semana ¿Cuál o cuáles son las cosas que aprenderemos?

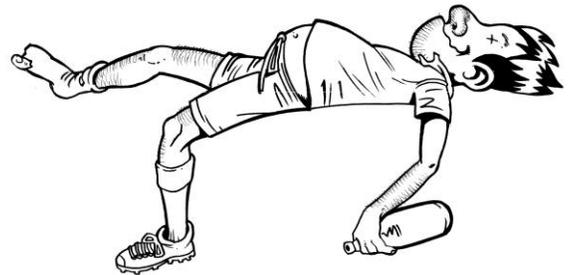
Esta semana hablaremos del alcohol y sus efectos en nuestro sistema nervioso y cuerpo en general.

Actividad 1: Antes de realizar la guía ve a tú libro y resuelve las actividades de tu libro **pág. 52.**

Actividad 2: Realiza una lectura comprensiva de las **pág. 53 y 54** y responde a las preguntas que allí se te plantean. Luego ve a la **pág. 56** y reflexiona junto algún miembro de tú casa sobre factores de riesgo y medidas de prevención del consumo de alcohol.

Profundizando en lo aprendido en el texto.

Una de las **drogas** más conocidas es el **alcohol** contenido en las **bebidas alcohólicas**. El **alcohol** tiene **graves consecuencias en la salud de quienes lo consumen**; puede producir daños e incluso **cáncer en el hígado**.



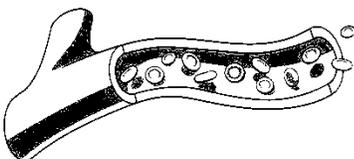
El alcoholismo

Es muy común ver publicidad de bebidas alcohólicas, donde se muestra a personas en ambientes alegres y recreativos. Pero esto no es real, ya que el consumo repetido de bebidas alcohólicas puede ocasionar daños al organismo y una grave enfermedad llamada **alcoholismo**.

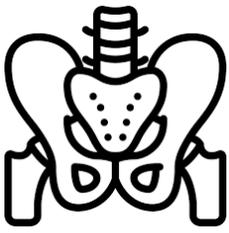
El **alcoholismo** se caracteriza porque **la persona se hace adicta al alcohol**, es decir, **siente la necesidad de consumirlo permanentemente**, lo que **produce daños** tanto a **su salud**, como a **la familia, amigos y seres queridos que la rodean**.

Los efectos dañinos del alcohol en el organismo

El alcohol ocasiona alteraciones en el funcionamiento del organismo y puede provocar graves daños en diversos órganos y sistemas de nuestro cuerpo. Por ejemplo:

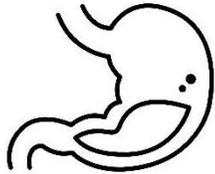
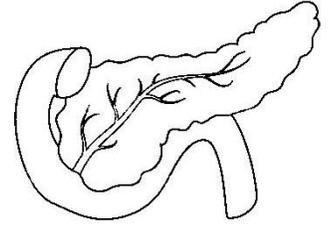


a.- En la **sangre** provoca una serie de alteraciones como **la anemia**.



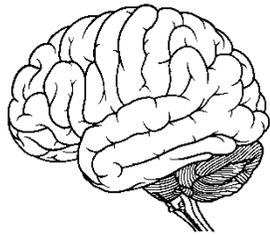
b.- **En los Huesos reduce su resistencia**, volviéndolos más **débiles y frágiles** produciendo una enfermedad llamada **osteoporosis**.

c.- **En el páncreas:** El alcohol es el enemigo n°1 de este órgano del cuerpo, pues le produce **inflamación y fallas en su funcionamiento** en incluso dar una **pancreatitis**. (enfermedad muy grave que puede llevar a la muerte)



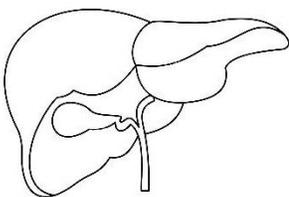
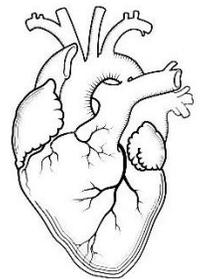
d.- **En el estómago:** el alcohol puede provocar desde **nauseas, vómitos, gastritis, úlcera y hasta cáncer**.

e.- **En la boca:** consumir **alcohol** en exceso nos **afecta en la salud bucal y estética de los dientes**. Por lo general, las personas desconocen que el **alcohol es perjudicial para los dientes**. Consumido de forma habitual causa sequedad en la **boca**, así como **desgasta el calcio de las piezas dentales y produce mal aliento**. Los estudios médicos dicen que también puede llegar a producir **cáncer**.



f.- **En el sistema nervioso:** El consumo excesivo de alcohol afecta el funcionamiento normal del cerebro, produciendo: **náuseas, alucinaciones, confusión, dolor de cabeza, temblores, descoordinación de movimientos, pérdida de memoria y puede aumentar el riesgo de un ataque al cerebro** (que causa daño cerebral debido a un coágulo de sangre que puede causar la muerte)

g.- **En el sistema corazón:** El consumo **mantenido y excesivo** puede dañar el corazón porque el **alcohol es un tóxico para el músculo cardiaco**, puede llegar a debilitar el **corazón** y causar una enfermedad denominada **miocardiopatía dilatada** (el corazón se dilata y disminuye la fuerza de "bombeo"), provocando en el paciente síntomas de **insuficiencia cardiaca**.

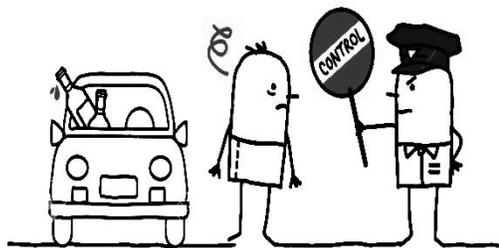


h.- **En el sistema hígado:** es uno de los órganos más afectados por el **consumo de alcohol al metabolizar el 90% que absorbe el organismo**. Los efectos nocivos del alcohol en el hígado provocan tres síndromes evolutivos: **hígado graso, hepatitis alcohólica y cirrosis hepática alcohólica**. **El cáncer al hígado** también es una enfermedad producida por el alcohol.

Las bebidas alcohólicas son consumidas por muchas personas sin saber los riesgos para su salud.

Para saber más:

↪ En las mujeres embarazadas el consumo de alcohol, además de producir daños en su propio cuerpo, puede causar en el feto **un retraso mental y otros problemas de salud** como **malformaciones en su desarrollo neonatal**.



↪ Estar borracho te hace más propenso a **salir herido o muerto a causa de un accidente** ya que el alcohol está implicado en:
60% de las quemaduras, ahogamientos fatales y asesinatos.
50% de las lesiones graves y las agresiones o violaciones físicas contra niños y mujeres.
40% de los accidentes vehiculares, caídas fatales.

Actividad 3: Practica y resuelve:

a.- Colorea las partes u órganos del cuerpo que se ven dañado por causa del alcohol.

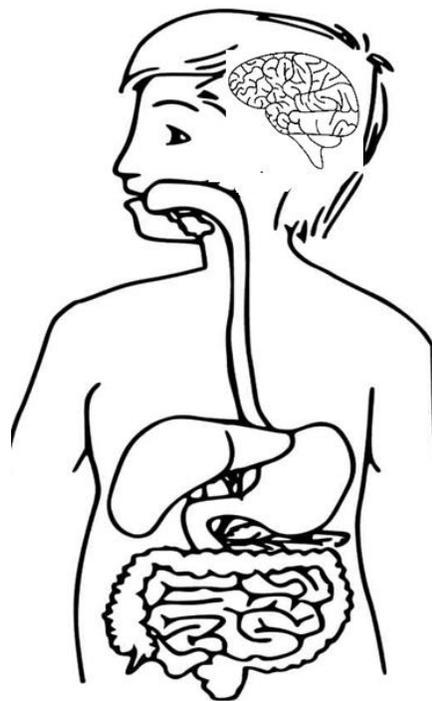
b.- Responde las siguientes preguntas:

✍ ¿Qué es el alcoholismo? Explica.

✍ ¿Cómo puede afectar el alcoholismo la vida de una persona? Relaciona.

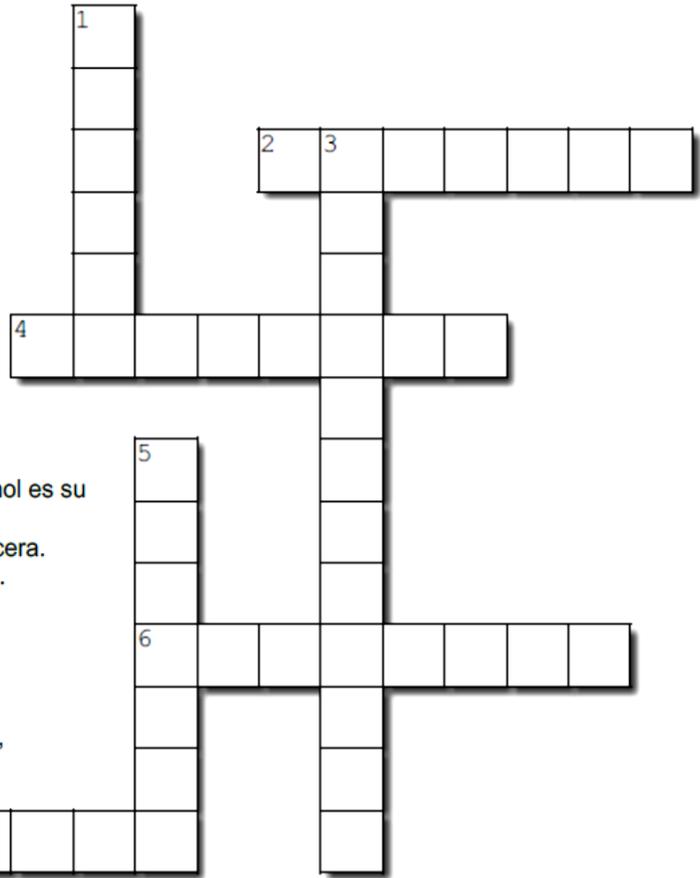
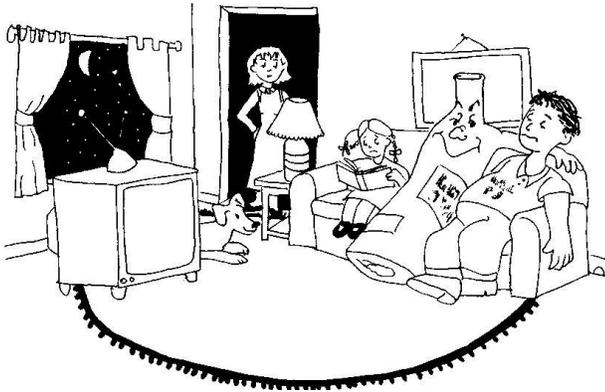
✍ ¿Con qué acciones se evita el consumo de alcohol? Marca con un tic.

- Promover la comunicación en nuestra familia.
- No informarnos sobre los daños que provoca el alcohol.
- Compartir sanamente con los amigos.



Ente más pequeño/a comiences a probar el alcohol, más propenso será que te vuelvas adicto a este tipo de drogas. Beber alcohol no es divertido, ni te hace mejor que otros.

Actividad 4: De acuerdo a la información leída en esta guía responde.



Cruzada

- 2. El alcohol es un tóxico para este músculo.
- 4. Es un órgano del cuerpo en donde se considera al alcohol es su enemigo n° 1.
- 6. Aquí el alcohol produce: nauseas, vómitos, gastritis y úlcera.
- 7. Metaboliza el 90% de alcohol que absorbe el organismo.

Abajo

- 1. Enfermedad que produce el alcohol en la sangre.
- 3. Enfermedad que produce el alcohol en los huesos.
- 5. En esta parte del cuerpo el alcohol produce: temblores, descoordinación de movimientos y pérdida de memoria .

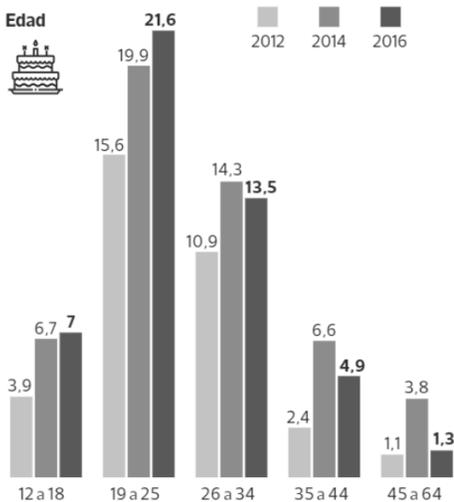
Mide tus aprendizajes de la unidad:

Actividad 4: En la **pág. 58 y 59** realiza las actividades y autoevalúa lo aprendido.

Actividad 5: El mapa conceptual que te presenta la **pág. 61** cópialo y complétalo en tu cuaderno. Recuerda ser ordenado y usar colores para hacer las líneas y cuadros.

Actividad 6: En la **pág. 62 a 65** hay una evaluación. Anímate y da lo mejor de ti para responder. Si tienes dudas ve y repasa lo aprendido en guías y libro.

Evolución prevalencias consumo con alcohol
2012-2016 (%)



33% de los estudiantes de enseñanza superior que estudian en Talcahuano se encuentran en grupo de riesgo por consumo de alcohol.



Si te amas y amas a tu familia aprende a decir **¡NO!** a tiempo, **el alcoholismo es una adicción que daña a la unidad de la familia.**

Beber alcohol no es un juego ¡Cuidate!

CUIDATE MUCHO Y AMA LA VIDA QUE DIOS TE DIO.