

3. Investiga qué otros factores protectores y de riesgo existen en torno a la persona y el contexto: familia, escuela, comunidad o amigos, y completa el cuadro con otros ejemplos además del mostrado en cada caso. Trabaja en tu cuaderno.

Factores de riesgo		Factores protectores	
Persona			
Ejemplo: considerar que hay adicciones que no perjudican a las personas.		Ejemplo: no estar de acuerdo con el consumo de drogas porque conocen que ocasionan trastornos a la persona y a la familia.	
Ambiente (familia)			
Ejemplo: historia familiar de alcoholismo o dependencia a algún tipo de droga.		Ejemplo: comunicación franca y sincera sobre temas de interés para el adolescente.	
Ambiente (escuela)			
Ejemplo: presencia de estudiantes que inviten al uso del alcohol y otras drogas.		Ejemplo: agrupaciones o instituciones que ofrezcan actividades deportivas.	
Ambiente (comunidad)			
Ejemplo: problemas de violencia.		Ejemplo: comunidad organizada.	

- Comparte con tus compañeros lo investigado y completa tu cuadro con otros factores que no hayas considerado.
- Reflexiona y escribe cuál es la importancia de conocer los factores protectores y de riesgo para tomar decisiones respecto al cuidado de tu salud.

■ Para terminar

Ahora que conoces más sobre cómo el consumo de ciertas sustancias genera una adicción que afecta el bienestar y la salud personal, familiar y social, es fundamental que cuando afrontes situaciones que te pongan en riesgo tomes decisiones a favor de tu salud y no te dejes llevar por las opiniones, los medios de comunicación o los ambientes donde te encuentres.

Recuerda que la responsabilidad de protegerte es tuya.

Ideas erróneas y realidades acerca del alcohol

- El alcohol es una sustancia que causa adicción.
- El alcohol es una droga.
- El abuso del alcohol causa tanto daño como otras drogas.
- El alcohol es una droga legal porque causa menos daño que otras.
- El alcohol ayuda a aumentar la temperatura del cuerpo.
- El alcohol favorece la circulación de la sangre.
- Si bebes alcohol, tienes muchos amigos.
- El alcohol soluciona los problemas.
- El alcohol infunde coraje.
- El hígado es el único órgano del cuerpo que elimina el alcohol.
- El efecto del alcohol es más rápido que el de otras drogas.
- Entre más alcohol tomas, menos daño te hace.

Ideas erróneas y realidades acerca del tabaco

- El tabaco es una sustancia que causa adicción.
- El tabaco es una droga.
- El abuso del tabaco causa tanto daño como otras drogas.
- El tabaco es una droga legal porque causa menos daño que otras.
- El tabaco quita el sueño.
- El tabaco favorece la circulación de la sangre.
- Fumar tabaco permite mejorar las relaciones sociales.
- Si fumas, te relajas.
- Fumar elimina el cansancio.
- El tabaco sólo afecta a los pulmones.

Ideas erróneas y realidades

1. Con ayuda del maestro, organicéense en equipos. Elijan alguno de los temas sugeridos en la tabla de ideas erróneas y realidades para organizar un debate.
2. Toma el papel que desempeñarás en el debate, es decir, si estarás a favor o en contra de la idea errónea o la realidad que se planteen. En cada equipo deberá haber el mismo número de personas a favor que en contra.
3. Registra previamente en tu cuaderno los argumentos que emplearás en el debate.

Revisa todos los trabajos que has incluido en tu carpeta así como tus notas del cuaderno. Te pueden apoyar en la elaboración de argumentos para el debate.



4. A partir de la información discutida en el debate, escribe un ensayo en el que argumentes cuáles son las consecuencias de la adicción a las drogas en la salud de la persona, la familia y la sociedad. Termina tu escrito con una conclusión, es decir, uno o varios enunciados donde expongas tu opinión sobre el tema de tu texto. Al finalizar tu escrito, vuelve a leerlo dos veces y escribe en tu cuaderno un comentario positivo y una sugerencia para mejorar tu propio trabajo. Entrégalo a tu maestro.
5. Para finalizar, atiende las indicaciones de tu maestro. Cada alumno revisará el ensayo de otro compañero. Al terminar de revisarlo, escribe dos comentarios positivos del trabajo y una sugerencia para mejorarlo. Tu maestro te devolverá tu ensayo con los comentarios de algún compañero; léelos, analízalos y compáralos con los comentarios que tú mismo hiciste de tu ensayo y contesta: ¿estás de acuerdo? Describe en qué te ayudaron esos comentarios.

