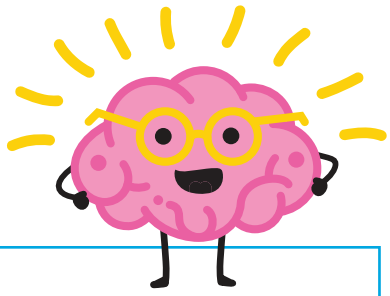
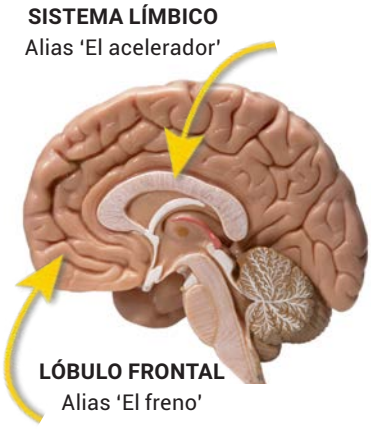
Sobre la Marihuana - Nivel 1
Actividades para alumnos



Guía de visualización del vídeo

Hazlo ahora: escribe 1-2 frases en el recuadro de abajo en respuesta a la pregunta: La marihuana es una droga de la que oímos hablar en la TV, redes sociales, etc. **¿Qué sabes de la marihuana o de los «porros»?"**

1. **¿Qué otros nombres recibe la marihuana?**
   - _____
   - _____
   - _____
2. **¿Cuáles son los efectos a corto y largo plazo del consumo de marihuana?**
   - **a. Corto plazo:**_____
   - **b. Largo plazo:** _____

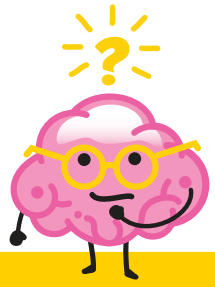


Parémonos a pensarlo…
PC #1: ¿Qué otros nombres recibe la marihuana? (min 0:55 en el vídeo)

Parémonos a pensarlo…
PC #2: ¿Qué consecuencias negativas tiene para el cerebro el consumo de marihuana? (min 2:55 en el vídeo)

Anotación en Mi Diario

Instrucciones: Escribe 5-10 frases que sirvan de respuesta a la pregunta de abajo.
Usa el marco para crear un dibujo que ilustre la respuesta.



¿Cuál es la diferencia entre sentirte mejor tras tomar un medicamento y sentirte «mejor» tras consumir marihuana? ¿Por qué es importante tener clara la diferencia?

Actividad n.º 1 - Individual

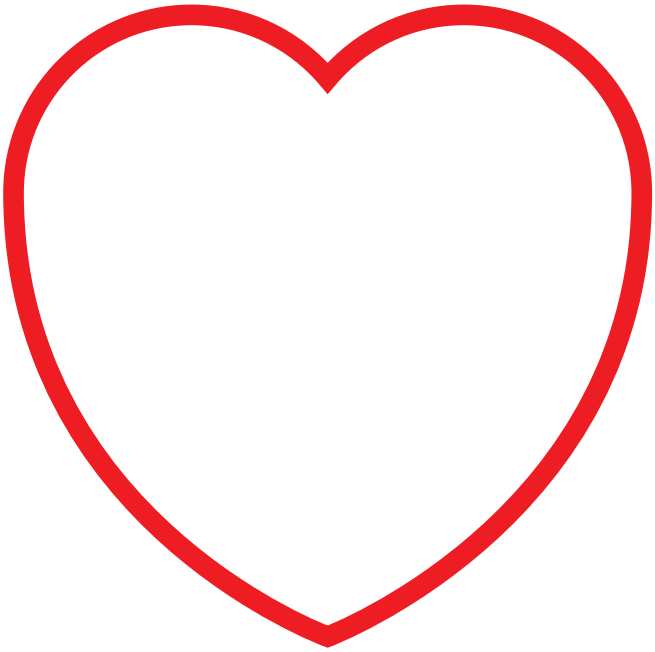
Instrucciones: el consumo de marihuana es una conducta de riesgo que llama la atención de los jóvenes, y por eso vamos a crear un plan de prevención para no consumirla en caso de que la veamos o nos la ofrezcan. Rellena los espacios en blanco de abajo para crear un **plan de prevención**.

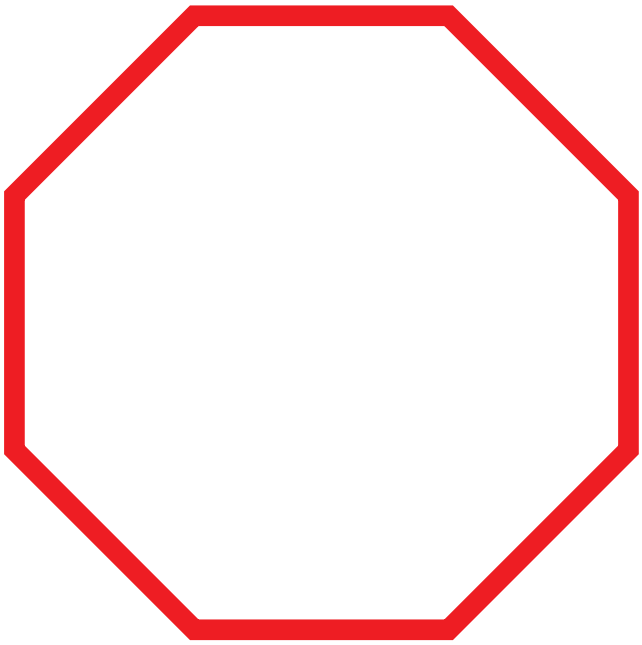
¿Qué puedo **DECIR** si alguien me ofrece marihuana?	¿Qué puedo **HACER** si veo que alguien está consumiendo marihuana?
• **Ej:** *"No gracias, hago mucho deporte y eso no es bueno para mi cuerpo".* **1.**_____ **2.**_____ **3.**_____	• **Ej:** *Alejarnos de la escena y decírselo a un adulto en el que confiemos.* **1.**_____ **2.**_____ **3.**_____

Actividad n.º 2 - Grupal

El vídeo ilustra que hay una sustancia química presente en la marihuana parecida a otra sustancia que nuestro cuerpo produce naturalmente, la anandamida, ¡prima hermana de la dopamina! Su función es mantener el cuerpo en equilibrio y hacernos sentir bien. Con el tiempo, nuestro cerebro se acostumbra al THC y quiere cada vez más. Esto puede llevar a la adicción.

Instrucciones: en clase, debatid entorno a algunas formas saludables de mantener la salud y sentirse bien y apúntalas en el corazón. A continuación, identificad las razones por las que debemos evitar la adicción o de conseguir dopamina de forma perjudicial para nuestra salud y apúntalas en la señal con forma de stop.





Actividad n.º 3 - ¡Quiero saber más!

Instrucciones: llévate a casa tu **plan de prevención** y repásalo con tus padres. Hazles las siguientes preguntas y pídeles que escriban sus respuestas para comentarlas al día siguiente.

1. ¿Qué te parece mi plan de prevención?
2. Si veo o escucho que alguno de mis amigos consumen marihuana en el vecindario, ¿qué debo hacer?
3. ¿Me ayudas añadiendo una cosa más a mi plan, tanto en lo que debo **DECIR** como en lo que debo **HACER**?

Concurso «Cerebritos»

1. **Verdadero/falso:** hay personas enfermas que afirman que la marihuana es un medicamento porque les hace sentirse mejor.
2. **¿Cuál de las siguientes contiene la marihuana?**
   A. THC.
   B. Anandamida.
   C. Dopamina.
3. **Verdadero/falso:** se sabe que la marihuana cura varias enfermedades mentales.

Para obtener más información y recursos entorno a este tema, visita BrainAbouts.org
BrainAbouts® está impulsada por la Fundación Benéfica John Fontaine Jr.