

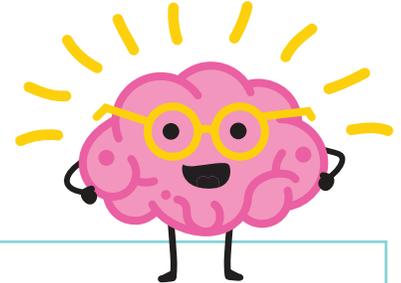
# Sobre la Nicotina, el Vapeo y el Cigarrillo Electrónico - Nivel 1

## Actividades para alumnos



### Guía de visualización del vídeo

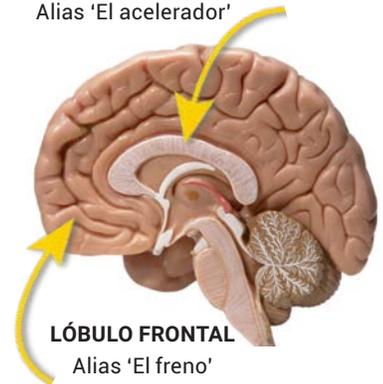
**Hazlo ahora:** escribe 1-2 frases en el recuadro de abajo en respuesta a las preguntas: ¿Qué sustancia perjudicial para la salud está presente en los cigarrillos electrónicos y en los líquidos de vapeo? ¿Por qué crees que es perjudicial para la salud?



### Rellena los espacios en blanco

1. La nicotina está presente en \_\_\_\_\_ y en \_\_\_\_\_.
2. La nicotina hace que tu corazón lata \_\_\_\_\_ veces más rápido de lo normal.
3. Enumera al menos tres de los seis compuestos que produce tu cuerpo cuando la nicotina entra en él: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_.

**SISTEMA LÍMBICO**  
Alias 'El acelerador'



**LÓBULO FRONTAL**  
Alias 'El freno'

### Parémonos a pensarlo...

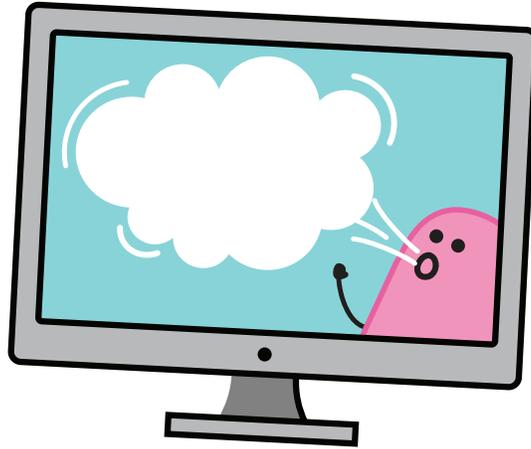
PC #1 - ¿Cuánto tiempo crees que tarda la nicotina en afectar a tu cerebro y a tu cuerpo?



## Actividad n.º 1 - Individual

Crea un «meme» que pueda utilizarse en redes sociales para mostrar los efectos nocivos de la nicotina. Debe ser visualmente atractivo e incluir un eslogan pegadizo con dos datos como mínimo de por qué la nicotina es perjudicial para la salud.

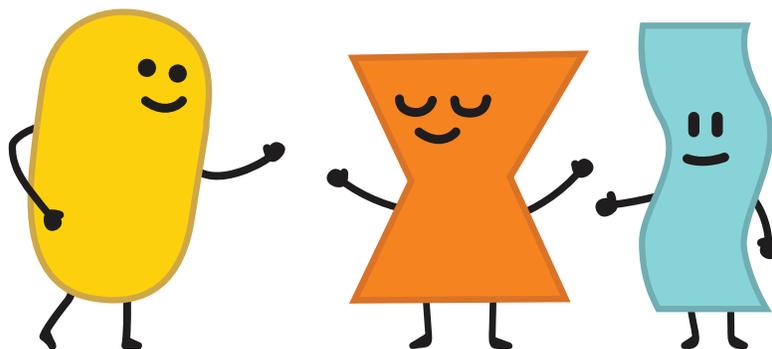
# NICOTINA



---

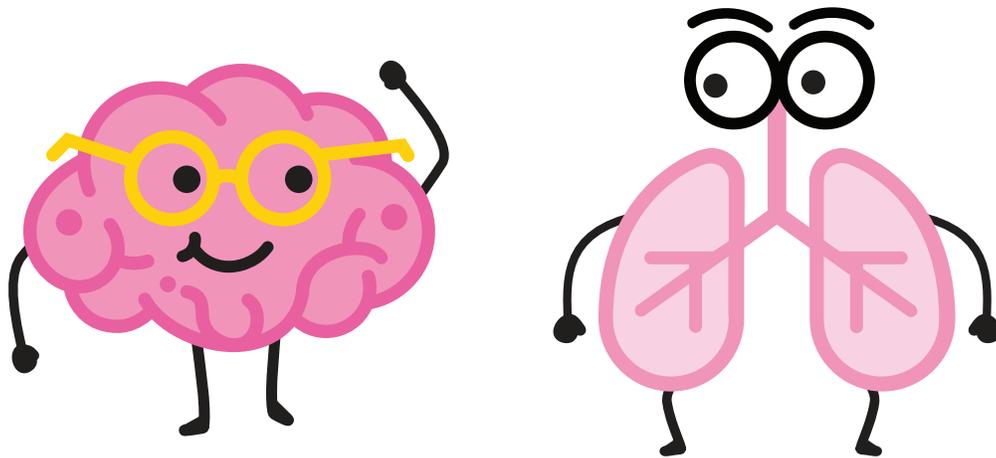
## Actividad n.º 2 - Grupal

Haced grupos de 3-4 alumnos y cread una campaña de publicidad contra el tabaco y los efectos perjudiciales de la nicotina. Cada grupo tendrá que hacer una presentación de 3-5 minutos que incluya los siguientes elementos como mínimo: una imagen publicitaria, 3 datos que expliquen por qué la nicotina es perjudicial para la salud y una estrategia de rechazo que se pueda usar cuando nos ofrezcan cualquier producto que contenga nicotina



## Actividad n.º 3 - ¡Quiero saber más!

La nicotina es muy mala para tu cerebro y tus pulmones. Si pudieran hablar, ¿qué crees que dirían después de que tú hubieras fumado? Escríbete una carta a ti mismo como si fueras tu cerebro/pulmones en la que describas cómo te está afectando el tabaco. La carta debe incluir un saludo de encabezamiento, un cuerpo de al menos 5 frases y un cierre.



### Concurso «Cerebritos»

1. Los cigarrillos y los productos de vapeo contienen una sustancia química perjudicial para nuestra salud que se llama....
2. **Verdadero/Falso:** vapear es menos dañino que los cigarrillos.
3. La nicotina hace que tu corazón lata más rápido de lo normal unas...
  - A. Dos veces.
  - B. Tres veces.
  - C. Cinco veces.
  - D. Ocho veces.
4. **Verdadero/falso:** la nicotina aumenta los niveles de dopamina en tu cerebro hasta el punto de poder desarrollar una adicción.

