

El Alcohol

Situaciones y preguntas abiertas

Situación nº 1: si un adulto u otro alumno mayor que tú te ofrece alcohol ¿qué le dirías?

Situación nº 2: si un amigo del colegio te dijera que ha colado alcohol en el colegio y que vayas con él al baño para bebérselo juntos, ¿qué le dirías? ¿Se lo dirías a un adulto? ¿Por qué sí o por qué no?

Situación nº 3: si alguno de tus hermanos o tus amigos comenzaran a beber, ¿qué les dirías?

Situación nº 4: si vieses bebiendo al grupo de alumnos más «populares» ¿te juntarías a beber con ellos? ¿Lo harías a pesar de soler estar orgulloso de no beber?

Situación nº 5: ¿qué habilidades de rechazo podrías en práctica en el escenario nº 4?

Pensamiento crítico

Alumnos:

- ¿Qué piensas sobre el consumo de alcohol en menores? ¿Marca el paso a la edad adulta? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Conoces a alguien que consuma mucho alcohol? ¿Cómo actúa? ¿Cómo te afecta a ti?
- ¿Tiene tu familia alguna norma sobre el consumo de alcohol en menores? ¿Estás de acuerdo? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Afecta de igual forma el alcohol al cerebro de los adultos y al de los adolescentes?
- ¿Qué es la intoxicación etílica? ¿Qué es un atracón y qué relación tiene con la intoxicación etílica?
- ¿Cuáles son las consecuencias en casa o en el colegio/instituto si consumes alcohol en casa o en el colegio/instituto?
- ¿Es cierto que «todo el mundo lo hace» o es un mito? ¿Los jóvenes que beben son en realidad mayoría o minoría?

Atracón de alcohol: consumir cuatro o más bebidas seguidas (mujeres) y cinco o más bebidas seguidas (hombres) en unas dos horas. Provoca una elevada y peligrosa tasa de alcoholemia con un nivel de alcohol en sangre del 0,08% o más.

Tolerancia: proceso por el que el alcohol empieza a dejar de producir efecto debido a su consumo constante; provoca que se tenga que ingerir más alcohol para producir el efecto deseado; aumenta las posibilidades de desarrollar una dependencia del alcohol y de producir daños en los órganos.



Profesores y familia:

- ¿Cuáles son las normas familiares en relación al alcohol? ¿Qué consecuencias has establecido para tu hijo si consume alcohol siendo menor de edad?
- ¿Qué son las habilidades de rechazo? ¿Crees que tu hijo las tiene?
- ¿Cuántas soluciones para cada situación de arriba tenéis tu hijo (o alumno) y tú?
- ¿Tienes antepasados en tu árbol genealógico que hubieran sido alcohólicos? ¿Cómo puedes saber si tus hijos tienen riesgo genético de padecer alcoholismo?
- ¿Bebes alcohol? ¿Cómo es tu hábito de consumo?
- ¿Qué haría tu hijo si supiera que alguien menor de edad está consumiendo alcohol?
- ¿Es un mito que los jóvenes menores de edad en Europa beben sin consecuencias negativas? ¿Cómo podrías contrastarlo?