

EL ALCOHOL Y TU MÉDULA EN DESARROLLO

Médula

Duración: 30-40 minutos | Rango de edad: 9-12



Resumen

Es de vital importancia para los estudiantes que entiendan que hay fuentes adecuadas e inadecuadas de información, especialmente cuando tienen el Internet a su disposición, y particularmente en cuanto a temas de salud. La médula es la parte más importante del cerebro, ayuda a respirar, estornudar y vomitar. Estas funciones son vitales para permanecer vivos y cuando las altera el alcohol, los efectos pueden ser mortales. Esta lección tiene la finalidad de que se transmita el mensaje de que consumir bebidas alcohólicas siendo menor de edad es peligroso; al mismo tiempo les enseña a los estudiantes dónde acceder a los recursos y adónde dirigirse por ayuda si ellos o algún compañero están en problemas.

Objetivos

- Identificar las funciones de soporte vital de la médula
- Reconocer los efectos del alcohol en la médula
- Formar un concepto sobre la gravedad del envenenamiento por alcohol
- Demostrar la habilidad para acceder a recursos y servicios válidos para mejorar la salud

Médula



Palabras de vocabulario

- Médula
- Tronco encefálico
- Sistema cardiovascular
- Sistema respiratorio
- Envenenamiento por alcohol

Materiales

- Preguntas de comprensión sobre la médula [🔗](#)
- Tarjetas de vocabulario de la médula [🔗](#)

Preguntas de comprensión

- ¿Dónde está ubicada la médula en tu cerebro?
- ¿Qué sistemas controla la médula?
- ¿Qué le sucede a tu cuerpo cuando el alcohol daña la médula?

Alcohol



Para aprender más acerca de la enseñanza de unidades sobre los efectos del consumo de bebidas alcohólicas siendo menor de edad y la presión social, consulte estas lecciones adicionales de *Ask, Listen, Learn*

Lecciones Adicionales



¡Los niños y el alcohol no se mezclan!

Para obtener más información, dirijase a AskListenLearn.org

- 1 Presente la unidad proyectando el video, **“Cómo afecta el alcohol a tu médula”**. Haga que el “neurotransmisor de la clase” (un estudiante elegido aleatoriamente) reparta las preguntas de comprensión a todos los estudiantes (neuronas).

2 minutos

- 2 Cuando termine el video, haga que los estudiantes formen grupos para discutir las preguntas.

3 minutos

- 3 Pregúnteles a los estudiantes lo que saben sobre intoxicación por alcohol. Evalúe sus conocimientos actuales y conduzca un debate sobre el tema.

6 minutos

- 4 Actividad: *En exceso*

5 minutos

- 5 Reparta fichas y haga que los estudiantes escriban un ejemplo de lo que ellos piensan que es un hecho sobre el alcohol y lo que es un mito.

3 minutos

- 6 Haga que algunos voluntarios lean sus ejemplos y analicen la importancia de acceder a información confiable.

3 minutos



- 7 Actividad: *Recursos adecuados*

10 minutos

- 8 Tarea opcional de cierre para la casa: En la pizarra, escriba la pregunta, “¿Por qué el tomar alcohol es dañino para los niños y adolescentes?” Pídales a los estudiantes que respondan esta pregunta en un ensayo de una página, citando cinco ejemplos de los videos, lecciones o textos que han leído en esta unidad. Pídales que incluyan una nueva fuente creíble.

2 minutos

- 9 Haga que los estudiantes comparen y contrasten sus fuentes. Haga que el nuevo “neurotransmisor de la clase” reparta las tarjetas de vocabulario. Pídale a los estudiantes que, como tarea para la casa, vuelvan a escribir las definiciones para el vocabulario en sus propias palabras y que dibujen una imagen para ayudarlos a recordar.

- 10 Reparta las fichas y pídale a los estudiantes que escriban dos cosas que han aprendido y una cosa sobre la cual les gustaría aprender más.

Para aprender más acerca de la enseñanza de unidades sobre los efectos del consumo de bebidas alcohólicas siendo menor de edad y la presión social, consulte estas lecciones adicionales de *Ask, Listen, Learn*

Lecciones Adicionales



Para obtener más información, diríjase a AskListenLearn.org

En Exceso (5 minutos)

- Haga que los estudiantes formen parejas y creen una lista de las cosas que son malas si se consumen en exceso.
 - **Ejemplos:** comida chatarra, cafeína, etc.
- Con toda la clase, cree una lista integral en la pizarra.
- Explique que consumir algunas cosas con moderación está bien, pero que son peligrosas cuando se consumen en grandes cantidades. Para los adultos, consumir alcohol con moderación está bien, pero cuando se toma demasiado puede ser dañino.
- Aclare que las conductas de salud positivas incluyen una dieta nutritiva, comida chatarra con moderación, actividad física moderada y decirle no al consumo de bebidas alcohólicas siendo menor de edad.
- Reitere que CUALQUIER cantidad de alcohol para una persona menor de 18 años es peligrosa porque el cerebro todavía se está desarrollando.



Recursos Apropriados (10 minutos)

- Escriba las siguientes tres categorías en la pizarra:
 - Hechos
 - Juicio razonado
 - Opiniones
- Pídales ejemplos a los estudiantes, explicando que el juicio razonado es una opinión normalmente apoyada por evidencia basada en hechos.
 - **Ejemplos:**
 - Hecho: El Mar Caribe está en el hemisferio occidental.
 - Juicio razonado: La electricidad fue un gran invento DEBIDO A QUE le permite a las personas crear muchísimas más herramientas.
 - Opinión: Las manzanas saben mal.
- Explique que, al tomar decisiones importantes sobre su salud, contar con información basada en hechos es fundamental. Haga que los estudiantes digan en voz alta algunos ejemplos de lo que ellos consideran fuentes creíbles.
- Los estudiantes deben prestar atención a lo siguiente cuando busquen información en línea:
 - Información actualizada
 - Información detallada
 - Citas adecuadas
 - Citas de expertos
 - No indicaciones de información personal
- Para ampliar la lección y prepararse para la tarea para el hogar, haga que los estudiantes usen el Internet para encontrar un ejemplo de una fuente o artículo creíble. Haga que resuman la pieza en 3-5 oraciones completas.

Para aprender más acerca de la enseñanza de unidades sobre los efectos del consumo de bebidas alcohólicas siendo menor de edad y la presión social, consulte estas lecciones adicionales de *Ask, Listen, Learn*

Lecciones Adicionales



¡Los niños y el alcohol no se mezclan!

Para obtener más información, diríjase a AskListenLearn.org