



¿QUÉ HARÍAS CON 1.000€?



COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia matemática.
- Tratamiento de la información y competencia digital.
- Autonomía e iniciativa personal.

OBJETIVOS

- Que el alumnado conozca y analice las características de los fumadores y fumadoras de su entorno y las causas que les llevaron a consumir.
- Que reflexionen acerca de las ventajas que tiene el no fumar.

RECURSOS MATERIALES

- Secuencia *¿Qué harías con 1.000€?* (FAD).
- Material para el profesorado: los componentes del tabaco.
- Folios y bolígrafos.

TIEMPO APROXIMADO



¿QUÉ HARÍAS CON 1.000 €?

PÁGINA

29

Cuaderno del PROFESORADO

CONSTRUYE TU MUNDO



SENTIDO PREVENTIVO

Cuando el consumo de tabaco tiende a ser regular, nos encontramos ante un producto que para muchos y muchas jóvenes supone un desembolso económico continuado. Cuando el gasto es fraccionado en pequeñas cantidades (lo que cuesta un paquete) se tiende a no tenerlo en cuenta o no darle importancia. Sin embargo, basta con pararse a reflexionar sobre el gasto anual de tabaco que puede tener una persona que fuma para darse cuenta de la cantidad de cosas que se podrían comprar o hacer con ese dinero.

El alumnado reflexionará sobre el consumo y el gasto real que supone el consumo de drogas, en concreto el de tabaco, percibiendo y pensando en las pérdidas y lo que se deja de hacer a costa de su consumo y las razones que llevan al mismo: ¿cuál es el precio de sentirse “importante”, “relajado”, “parecer mayor”, “ir a la moda”, “poner en peligro la salud”, etc.?

PARA INICIAR LA LA ACTIVIDAD

“No es raro encontrar gente de nuestro entorno que fume: familiares, profesores y profesoras, amigos y amigas,... Desde la infancia convivimos con el tabaco, y nos vamos haciendo una idea de lo que es. Más tarde, podemos tener o no experiencias propias de consumo que también determinarán en gran medida esas ideas previas. Es muy importante que podáis elaborar opiniones realistas y ser conscientes de todas las ventajas que conlleva el no fumar”.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

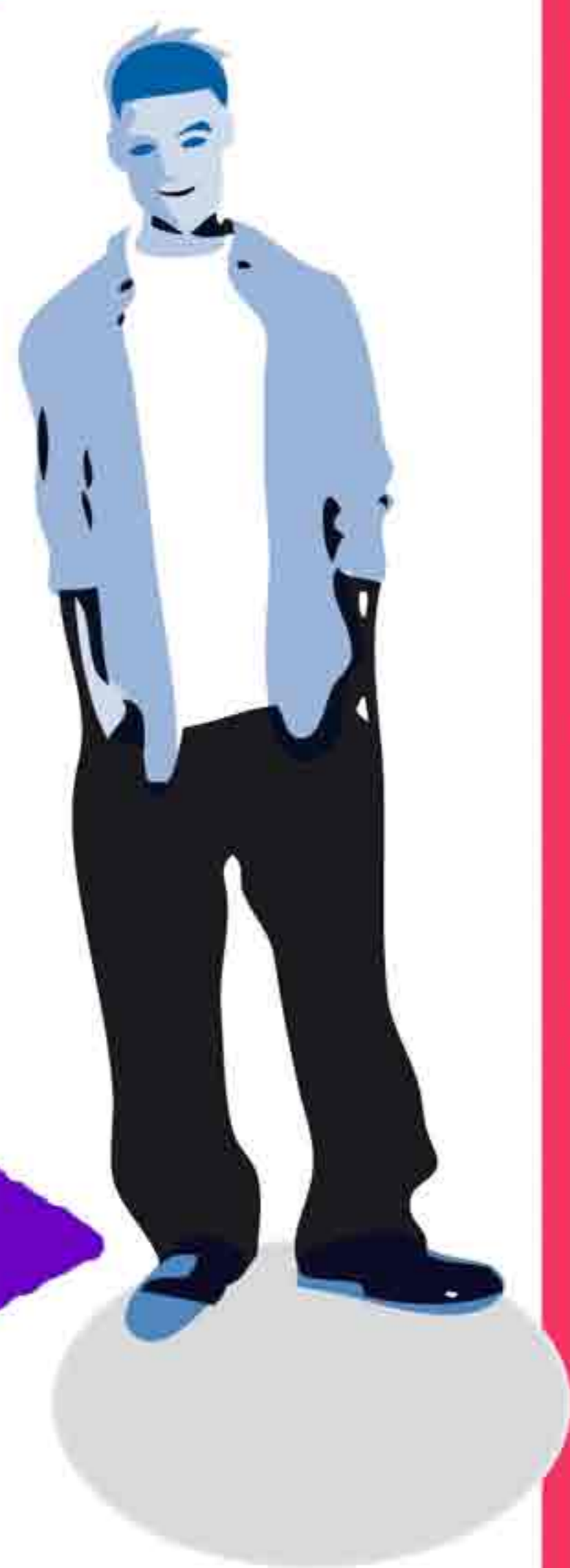


Reflexión inicial

Se introduce la sesión con el siguiente comentario:

“Imaginad que jugando al “rasca y gana” os toca un premio de 1.000 euros. ¡Qué de cosas podríais hacer con esa cantidad, ¿verdad?! Pensad por unos instantes en qué gastaríais ese dinero”.

Cada alumno y alumna realizará (en un folio,) una lista, lo más detallada posible, de las cosas en las que podría gastar el dinero que supuestamente le ha tocado en el “rasca y gana”. El profesor o la profesora puede apoyarse en el cuadro que aparece a continuación para dar algunas ideas al grupo de posibles productos en los que invertir el capital ganado.



POSIBLES PRODUCTOS

Viaje (especifica cuál) _____

Ordenador portátil

Ordenador sobremesa

MP3, MP4

Móvil

Libros

Ropa

Calzado

Chucherías

Videojuegos

Material deportivo (especifica cuál) _____

Salir con los amigos y las amigas (dónde) _____

Ir de comida, cena (dónde) _____

Regalos

Una vez confeccionadas las listas, se distribuye a la clase en grupos de 3 ó 4 personas para que intercambien opiniones sobre las diferentes maneras de gastar los 1.000 euros. Para finalizar, se hace una puesta en común de ideas surgidas en cada grupo que se anotarán en la pizarra.

2ª FASE



Visionado de la secuencia

Se introduce el audiovisual con el siguiente come

“A continuación, vamos a ver una secuencia en la que los y las protagonistas fantasean sobre la posibilidad de que les toque 1.000 euros. Prestad atención a las cosas que mencionan y compararlas con el contenido de vuestra lista”.

Una vez vista la secuencia, se abre un pequeño debate:

- *¿Conocéis a alguien que fume un paquete al día?, ¿cuánto creéis que se gasta al año en tabaco?* (Se hará el cálculo en el aula, como se ha hecho en la secuencia).
- *¿Qué creéis que se deja de hacer por fumar?*
- *¿Si supierais qué vais a perder 1.000 euros cada año en tabaco os arriesgarías a empezar a fumar?*
- *¿Cuáles creéis que son las razones que llevan a una persona a fumar?* (Mencionar los factores de inicio: por curiosidad, porque todo el mundo lo hace,...).



- *¿Qué precio estaríais dispuestos a pagar por satisfacer vuestra curiosidad, por hacer lo que las demás personas hacen? (Mencionar los factores de inicio que hayan salido a debate).*

Murales llenos de razones

Se continúa el debate iniciado en la fase anterior, con el siguiente comentario:

“El dinero es un motivo DE PESO para no fumar, pero, ¿qué otros motivos creéis que harían que una persona se parara dos veces a pensar si comenzar con ese hábito o no?”.

Para animar y dirigir el debate el profesorado puede apoyarse en el documento contenido en *“Material para el profesorado”*.

A tener en cuenta: La información contenida en *“Material para el profesorado”* sirve únicamente de complemento al profesor o la profesora, por lo tanto ésta no será ni leída, ni entregada al alumnado. El objetivo será centrar toda la sesión en los **beneficios de no fumar** y NO en los riesgos de fumar.

A partir de las respuestas dadas en el aula, se forman equipos de 4-5 personas para la misión será elaborar un mural en el que se representarán las razones más importantes que se pueden tener para no comenzar a fumar y beneficiarse así de todas las ventajas que tiene el no fumar.



COMENTARIO FINAL

“Fumar es algo habitual y lo podemos observar continuamente en nuestra vida diaria. Esto conlleva el riesgo de ver como normal este hábito, por ese motivo es muy importante que estemos muy bien informados de todos los aspectos del tabaco, para poder tomar una decisión correcta el día de mañana”.





Documento para el profesorado

Los componentes del tabaco

La combustión del tabaco origina un tipo de humo que contiene más de 4.000 sustancias químicas. De ellas, más de 50 son carcinógenas. De manera específica el IARC ha identificado 69 agentes carcinógenos en el humo del tabaco, de ellos:

- 11 son carcinógenos para los seres humanos.
- 7 son probablemente carcinógenos para los seres humanos.
- 49 son carcinógenos para los animales (no está probado en seres humanos).

Entre estas sustancias carcinógenas se incluyen:

- Alquitranes: utilizados para asfaltar carreteras y calles.
- Arsénico: veneno mortal muy potente.
- Cadmio y níquel: utilizado en baterías.
- Cloruro de vinilo: material para la creación de discos de vinilos.
- Creosota: un componente del alquitrán.
- Formaldehido: conservante orgánico usado en laboratorios forenses y en anatomía patológica.
- Polonio 210: componente radioactivo.
- Uretano: utilizado para embalajes.

Otros tóxicos catalogados como irritantes para los ojos y las vías respiratorias superiores:

- Amoniaco: utilizado en los limpiacristales.
- Acetona: disolvente tóxico.
- Acroleína: potente irritante bronquial y causante de enfisemas.
- Cianuro de hidrógeno: veneno mortal utilizado como raticida.
- Monóxido de carbono: mortal en espacios cerrados cuando hay una combustión deficiente (calderas, estufas, braseros,...).
- Metanol: utilizado como combustible de misiles.
- Tolueno: disolvente tóxico.



Ventajas de no fumar

Por motivos de salud:

- Para respirar mejor.
- Para cansarse menos y dejar de toser.
- Para vivir más años y vivirlos mejor.
- Para reducir las posibilidades de sufrir un ataque al corazón, una embolia o algún tipo de cáncer.
- Para respetar el derecho a la salud de las demás personas, especialmente: niños, niñas, ancianos, ancianas o personas con problemas de salud.

Para mejorar la calidad de vida:

- Para recuperar el buen aliento.
- Para que la ropa no apeste a tabaco.
- Para disfrutar en casa de un ambiente más fresco y limpio.
- Para que los besos sepan mejor.
- Para no quemar camisas, pantalones y jerséis.
- Para recuperar una dentadura blanca y limpia.
- Para gastarme el dinero en cosas más gratificantes: música, perfumes, libros, cine, teatro, juego, viajes, vacaciones, etc.
- Para no tener que pintar la casa cada año.
- Para ahorrar en tintorería.

Para la autoestima:

- Para librarse de esa esclavitud.
- Para evitar el envejecimiento prematuro de la piel.
- Para que el rostro recupere el aspecto de la edad que realmente tiene.
- Para dar una alegría a la pareja, familiares o amigos y amigas.

Fuente: www.dejar-de-fumar.org.es