



2º ESO
ACTIVIDAD
1

¿DE QUIÉNES LA CULPA?

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística
- Competencias sociales y cívicas

OBJETIVOS

- Aumentar el sentido de responsabilidad personal ante las acciones que llevamos a cabo, evitando el tan manido recurso de echar balones fuera.
- Procurar que comprendan que no hay mejor prevención que evitar la resaca, y no tener que paliarla.
- Aumentar la conciencia de consecuencias a corto, medio y largo plazo acerca del consumo abusivo de alcohol.

RECURSOS MATERIALES:

- Secuencia “¿De quién es la culpa?”

TIEMPO APROXIMADO: Una sesión de 50 minutos.

SENTIDO PREVENTIVO

El debate sobre consumo responsable no es un debate que creamos que ha de tenerse con estas edades. Pero, desde luego, cuando en estas edades se bebe, son responsables de la cantidad de bebida que ingieren y éste es un asunto urgente a tratar. No es nada infrecuente culpar o responsabilizar a otros de los propios actos (p.e. lo compré porque me lo vendieron) y mirar hacia fuera cuando sufrimos por nuestras propias acciones. La presente actividad y el recurso que la acompaña pondrán el énfasis justo a la manera inversa. Es decir, animando a que cada persona asuma de forma clara su responsabilidad y, con ella, las consecuencias derivadas de sus acciones, también en el consumo de alcohol.

ANTES DE INICIAR LA ACTIVIDAD

“A todas y todos nos han pedido responsabilidades por algo alguna vez y, en general, prácticamente a nadie le gusta asumirlas. Solemos, en esos momentos, hacer lo que se ha dado en llamar “echar balones fuera”, es decir, ver si podemos intentar que alguien más asuma esa responsabilidad o, al menos, eludir la nuestra.”



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Fase 1

El dedo que me señala

Se inicia la actividad con un juego. El grupo se pone de pie. Cuando se cuente hasta tres por parte de quien coordina la actividad, todo el mundo cerrará los ojos. De nuevo, se volverá a contar hasta 3 estando con los ojos cerrados y en ese momento cada cual debe señalar a alguien con el índice, aunque no sabrá a quién ha señalado hasta que no abra los ojos un segundo después, cuando así se indique.

En el momento de abrir los ojos, cada participante debe intentar contar cuántos dedos de compañeros y compañeras están señalándole. Se preguntará al azar a alguien cuántos dedos le señalan y la alumna o alumno debe demostrar que el número que está argumentando es correcto.

El juego tiene truco, ya que es probable que en el recuento no se tenga en cuenta previsiblemente que, además de los dedos de otros que ven que les están señalando, hay tres dedos en sus propias manos que también les señalan y con los que no estaban contando. Y es que cada vez que señalamos con un dedo hacia fuera, otros tres dedos propios también les señalan.

Así las cosas, cuando se compruebe que el cálculo de dedos del primer participante elegido para contar no es correcto, se pasará a volver a cerrar los ojos y seguir el procedimiento con alguien más que probablemente también fallará. Después de unos cuantos intentos fallidos se revelará el gran secreto oculto tras los errores de cálculo.

Fase 2

¿Qué pasa con la resaca?

A continuación se proyectará la secuencia en la que sucederá un fenómeno parecido al que se ha vivido en el juego. Alguien está buscando culpables y ninguno parece estar de acuerdo con serlo, con lo que empiezan a echarse balones fuera. Se verá el vídeo y se decidirá en clase si tienen razón o no con no asumir su responsabilidad. ¿Quién es responsable de lo que está sucediendo? (se propone ver la primera parte de la secuencia, justo hasta que empieza la parte “Cómo aliviar la resaca”, que se dejará para la siguiente fase de la actividad).



En el vídeo se ve como el muñeco se hace la pregunta “Estómago cruel, ¿por qué me haces esto?” ¿Pensáis que está asumiendo su responsabilidad?:

- Según lo que le responde el estómago, ¿qué responsabilidad pensáis que tiene en lo que está sucediendo?
- Según lo que le responde el cerebro, ¿qué responsabilidad pensáis que tiene en lo que está sucediendo?
- Según lo que le responde el hígado, ¿qué responsabilidad pensáis que tiene en lo que está sucediendo?

Se propone completar el cuadro de síntomas de la resaca e investigar a qué se deben. No se buscan responsables o culpables, ya que como bien resalta el final de esa primera sección, el único responsable de beber es quien bebe. Pero sí se busca que comprendan algo mejor por qué razones el cuerpo reacciona como lo hace.

- ¿Hay más órganos implicados en el malestar que se siente en la resaca? ¿Qué otros órganos se resienten cada vez que nos pasamos con el alcohol? (En realidad todos los órganos lo hacen, ya que el alcohol está circulando en sangre y alcanzando todos los órganos mientras es metabolizado completamente)

Por contraste y contraposición, puede ser interesante investigar cómo reacciona el cuerpo ante dosis más moderadas de alcohol.

Fase 3

EL SECRETO DEL ÉXITO

A continuación se ve el resto del vídeo, en el que ya no se centra tanto en identificar responsables como en intentar minimizar las posibles reacciones del cuerpo ante un abuso de alcohol.

- ¿Os sonaban algunos de estos consejos o trucos contra la resaca? ¿Sobre qué órganos actúan cada uno de ellos para colaborar a que la persona pueda sentirse mejor?
- ¿Conocéis de otros que hayáis escuchado alguna vez? Hay realmente cosas curiosas que pueden resultar interesantes, divertidas e incluso disparatadas, pero principalmente inútiles para combatir este malestar que ha creado el exceso de alcohol. (Pueden dedicarse unos minutos a hacer una búsqueda en internet para ver buenos y malos trucos frente a la resaca).
- El monigote empezó en el inicio de la primera sección diciendo una frase muy contundente: “Nunca más voy a beber”. ¿Qué opináis de ese remedio contra la resaca? ¿Podría ser que tenga justamente que ver con el hecho de que él y solo él es responsable de su propia resaca?



- La resaca es una consecuencia muy inmediata al abuso en la ingesta de alcohol. Pero no es ni mucho menos la única consecuencia que se da en el tiempo. Se pedirá al alumnado que intenten averiguar más sobre cuáles son los efectos a largo plazo en el consumo excesivo de alcohol y se hará una breve puesta en común.

COMENTARIO FINAL

“Quizá, efectivamente, el mejor remedio contra la resaca es prevenirla. Y solo podemos prevenirla realmente no bebiendo en exceso. Con ello prevendremos también las consecuencias más a largo plazo y no solo las inmediatas.”