



4º ESO
ACTIVIDAD
1

PALABRAS MAYORES

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística
- Competencias sociales y cívicas

OBJETIVOS

- Transmitir la idea de que no decir no a tiempo puede generar situaciones de mayor riesgo de las que pensamos.
- Aumentar el conocimiento acerca de lo que significa beber mucho o poco más allá de la propia sensación o impresión subjetiva.

RECURSOS MATERIALES:

- Secuencia “Palabras mayores”.

TIEMPO APROXIMADO: Una sesión de 50 minutos.

SENTIDO PREVENTIVO

En ocasiones pagamos algún tipo de peaje para formar parte de un grupo, y ese peaje, a veces, aparece en forma de alcohol. La presente actividad permitirá realizar un análisis de algunas de estas cuestiones de cara a dotar al alumnado de herramientas para combatir ese tipo de situaciones.

ANTES DE INICIAR LA ACTIVIDAD

“En la actividad de hoy vamos a ver si en ocasiones parece que pertenecer a un grupo supone tener que pagar algún tipo de peaje... Concretamente, hoy nos centraremos en el alcohol como supuesto peaje...”



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Fase 1

Malas y peores presiones

Vamos a empezar la actividad viendo lo que le sucede a un chico... Después os lanzaré algunas preguntas:

- *¿Podéis intentar describir la personalidad de los dos protagonistas? (Queremos que se vea la contraposición entre quienes, teniendo una amistad te pueden estar presionando y quienes lo hacen simplemente por ir de “matones o matonas”, como es el caso)*
- *¿Diríais que hay amistad entre los dos chicos protagonistas? ¿Cómo lo notáis?*
- *¿Qué estrategias utiliza el jefecillo del grupo para resultar intimidante? (Cinismo, condescendencia, envergadura física, etiquetas llamándoles “rarito”, “friki”, y autodenominándose a sí mismo “el jefazo”, forzando a través del propio grupo, que le sigue la corriente...)*
- *¿Creéis que el chico tenía posibilidades de poderse librar de la situación? (Desde luego no era fácil, pero el problema principal es que ha tardado demasiado en empezar a decir que NO).*

Éste es uno de los puntos más importantes a desarrollar, y se hará intentando que el alumnado teatralice posibles maneras en las que la situación podría haberse dado (por ejemplo, diciendo “no” antes). Para ello, se puede dividir la clase en grupos para que preparen las pequeñas y sencillas obras. Puede que los grupos hagan propuestas similares, pero también puede suceder que la escena cambie sustancialmente si intervienen de manera precoz ante la presión. En cualquiera de los casos, dará lugar a situaciones que servirán de trampolín suficiente como para comentar en gran grupo y extraer conclusiones.

Este tema es clave y más aún centrándose en el protagonista que recibe la presión y no en quien la ejerce, porque en realidad, sobre el comportamiento de los otros chicos no se tiene ninguna clase de control. Pero el protagonista sobre el suyo propio sí:

- *¿Qué haríamos nosotras y nosotros ante una situación similar?*
- *¿Somos capaces de decir NO ante situaciones sencillas?*
- *¿Cómo creemos que hubiéramos reaccionado ante una situación como ésta?*

Al no haber cortado el protagonista las situaciones iniciales, por ejemplo, cuando estaba en la tienda, se ha visto metido prácticamente en la boca del lobo. Dentro de la tienda, el provocador aún estaba solo y aunque hubiera sido un enfrentamiento verbal como mínimo el



que hubieran tenido, la verdad es que hubiera tenido alguna posibilidad de enfrentarse. Cuando estaban ya fuera, estando el otro chico, Alex, al que llaman “el rarito”, de haberse aliado de alguna manera quizá hubieran podido enfrentarse. Pero no parece que ninguno de ellos haya mostrado especiales habilidades para resolver la situación ni al principio ni al final. En cualquier caso, la situación se les ha ido claramente de las manos, y la herramienta de presión ha sido, de nuevo, el alcohol.

Fase 2

El alcohol como arma

Llama la atención en éste, como en otros casos, que el alcohol se ha constituido como el arma, tanto de presión psicológica (marcando la diferencia entre quienes son guay y quienes no lo son por el hecho de no beber), como de presión y violencia física, obligando a ingerir de manera brusca y en contra de su voluntad grandes cantidades de alcohol.

Es interesante conocer algunos datos sobre el alcohol y la manera en que funciona, o dicho de otra forma, en qué tipo de usos puede hacer como arma un efecto más o menos perjudicial. Pensemos, por ejemplo, lo que significa beber unos u otros tipos de bebida (p.e. no es lo mismo beber bebidas fermentadas que destiladas), o qué se considera beber mucho o beber poco (en unidades objetivas que verdaderamente se puedan cuantificar). ¿Su procedencia natural es suficiente para justificar su abuso? Planteamos a continuación algunas de esas preguntas y posibles respuestas...

- Sobre la cuestión de que la bebida sea “natural”
 - A Clay le obligan a comprar Licor de Malta. Braise se lo “vende” como una bebida de lo más natural, que incluso en otro momento de la secuencia llaman cerveza. En realidad no son lo mismo: El término "licor de malta" se cree que se originó a finales del siglo XVII en Inglaterra, refiriéndose a una bebida alcohólica fermentada. Los licores de malta, aunque son hechos con la misma base de ingredientes que la cerveza, presentan también algunos aditivos, como maíz, arroz y dextrosa. Estos ingredientes extras hacen que tenga una graduación de alcohol mayor que la cerveza, luego lo que Clay está tomando tiene más capacidad destructiva como arma que la “simple cerveza”, que también la tiene, pero en menor medida.
 - El asunto de que se presente como “natural” queriendo hacer ver que es positivo o beneficioso (en este caso el provocador lo hace de una forma cínica, pero no son pocas las veces que se usa este argumento como forma de presión), es prácticamente un clásico. Podemos animar al alumnado a que compruebe cómo la mayor parte de las drogas, con la excepción de las drogas de diseño, provienen de elementos naturales (la planta del tabaco, el opio, la coca...), pero esas plantas o elementos naturales tienen efectos psicoactivos



que las convierten en perjudiciales y peligrosas si no se utilizan en un laboratorio.

- *¿Qué diferencia hay entre bebidas fermentadas y destiladas?*
 - Los fermentados son producto de un proceso de “fermentación”; sí, suena reiterativo, pero así se llama. Durante este proceso dejaremos que la levadura pueda transformar el azúcar que contiene en alcohol. Esto pasa con bebidas como la cerveza y el vino, que tienen vides (uvas), cebada, trigo u otras de maíz, arroz y otras frutas. De hecho, las fermentadas tienen una graduación alcohólica mucho menor: no pasan de los 20º; en cambio los destilados pueden ir a diferentes niveles. Por su parte, las bebidas destiladas son las que tras una fermentación, entran en un proceso de concentración del alcohol conocida con el mismo nombre: se hace una evaporación y otras materias que tiene la fermentación y se somete a un proceso de guarda y cuidado. Así obtenemos el Ron, Whisky, vodka, ginebra y otros aguardientes. A la primera destilación se le conoce como “cabeza”; que tendrá una menor calidad que las consecuentes. La última de ellas se llamará “cola”. (Tomado de www.katamaniacos.com)
 - Se puede sugerir que hagan una pequeña investigación para ver cuáles son las principales bebidas fermentadas, destiladas y su correspondiente graduación, para hacer la comparativa.
 - *¿Cuáles tienen más potencial de ser utilizadas como “arma”? ¿Significa eso que las otras no tienen capacidad para ser peligrosas?*
- *¿Cómo saber si se ha bebido mucho o poco, más allá de una simple apreciación subjetiva? ¿Existe alguna manera de medir esto? ¿Cuánto es mucho?*
 - La forma de medir esto es la Unidad de Bebida Estándar (UBE). El efecto del alcohol sobre el organismo no es lineal ni uniforme. Depende de si se ingiere en ayunas, de si quien bebe es hombre o mujer, de su peso y su edad, entre otros factores. Los médicos usan la Unidad de Bebida Estándar (UBE), equivalente a 10 gramos de alcohol, para cuantificar la ingesta y valorar sus consecuencias.
 - Las tablas de la Organización Mundial de la Salud consideran, con carácter general (no aplicado, por ejemplo, a adolescentes, en que el uso es de por sí abuso) como consumo de riesgo la ingestión semanal de más de 28 UBE en hombres, y 18 en mujeres. Si se trata de consumo diario, el umbral se sitúa en más de 4 UBE para varones, y más de 2,5 para mujeres. Y si hablamos de 'atracones' o consumo masivo, más de 6 unidades en una sola sesión.
 - Una cerveza (200 centímetros cúbicos) equivale a 1 UBE. Una copa de vino (200 cc), es también 1 UBE. Un whisky (50 cc), 2 UBE. Un licor o combinado, 2 UBE. Con estas medidas podemos hacernos una idea de lo que significa haber bebido cierta cantidad. Por ejemplo, a Clay y a Alex les han obligado a beber un litro de licor de malta, lo que supone, como mínimo y considerando que la graduación es mayor que la de la cerveza, más de 6 UBE.



- Aquí vemos algunas equivalencias que nos pueden dar una idea:

Bebida	UBE
Licor de fruta -Chupito-	1
Quinto o caña de cerveza -200 ml.-	1
Mediana de cerveza -333 ml.-	1,5
Vaso de vino -100 ml.-	1
Carajillo	1
Cubata	2
Copa de licor -50 ml.- (brandy, ron, anís, whisky...)	2
Copa de licor (aguardiente, vodka, tequila...)	2,5

COMENTARIO FINAL

“El alcohol es una gran “arma” de la que muchas personas hacen uso, pero es fácil darse cuenta de que, en muchos sentidos, es un gran desconocido. Muchas chicas y chicos se aproximan a su consumo abusivo como si se tratara de un juego, en ocasiones un juego macabro mediante el que se ejerce fuerza y presión sobre otras personas. Beben, pero no saben cuánto ni cómo les puede estar afectando. Y es que el consumo de sustancias, incluso siendo “naturales” o “legales” como el alcohol, nunca debe ser considerado un juego.”