



4º ESO

ACTIVIDAD

¿QUÉ PASA CON LA CACHIMBA?

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia en comunicación lingüística
- Competencias sociales y cívicas
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

OBJETIVOS

- Analizar aquellos mitos que giran en torno a la cachimba.
- Reflexionar sobre las consecuencias de este consumo y la dificultad de abandonarlo cuando ya se convierte en una adicción.
- Fomentar el pensamiento crítico.

RECURSOS MATERIALES:

- No son necesarios.

TIEMPO APROXIMADO: Una sesión de 50 minutos.

SENTIDO PREVENTIVO

Hoy en día de todo el mundo es sabido que fumar tabaco es malo, pero parece que se está extendiendo demasiado la idea de que fumar cachimba no es tan negativo e incluso, que es preferible a fumar tabaco. Además, esta idea está extendida, no sólo entre los y las adolescentes sino también entre personas adultas, que piensan que como es de un sabor agradable (fresa, menta, lima...) es “mejor” que el cigarrillo de toda la vida.

Se va a utilizar un vídeo para esta actividad donde se ofrecerá una visión un poco más completa de lo que es la cachimba y algunos de los mitos que giran en torno a ella, con el fin de que tengan una información más clara acerca de la temática que nos ocupa y desarrollen un pensamiento crítico frente a la decisión de consumir o no.

ANTES DE INICIAR LA ACTIVIDAD

“Todos y todas habréis escuchado en infinidad de ocasiones que fumar tabaco es malo. Pero, ¿alguien os ha hablado o habéis oído en alguna ocasión algo acerca de la cachimba? Si tenéis alguna información vamos a analizarla para ver cuánto de verdad hay en ella y poder analizar las consecuencias e implicaciones reales que tiene el fumar cachimba”.



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Fase 1

Se podría iniciar la actividad con una lluvia de ideas sobre los efectos perjudiciales que tiene el tabaco, ya que se verá más adelante, van a ser muy parecidos a los que tenga la cachimba, a la vez que se puede clarificar algunos mitos asociados a esta sustancia como, por ejemplo:

- *Fumar cachimba es menos peligroso que fumar cigarrillos.* F (El tabaco que conocemos de siempre es igual de peligroso que el que se usa para fumar en cachimba, pues el humo de ésta se compone de monóxido de carbono, nicotina, alquitrán...).
- *Si fumas en cachimba hay menos probabilidades de enfermedades pulmonares.* F (Al fumar en cachimba, las sustancias pasan a través del agua burbujeante, pero esto no es un impedimento para que no causen irritación y tos, y al igual que los cigarrillos normales puede ser una causa de cáncer de pulmón y de enfermedades obstructivas crónicas. Además, hay que añadir el riesgo de infecciones por el compartir la boquilla).
- *Las sustancias nocivas que contiene la cachimba son filtradas por el agua que ésta lleva.* F (El que esté presente el agua puede reducir ligeramente los efectos irritantes, pero en ningún caso reduce la toxicidad del humo).
- *Con una sesión de cachimba se inhala más humo que con un cigarrillo normal.* V (En una sesión de cachimba se puede inhalar hasta 200 veces el humo de un cigarro tradicional).
- *Las cachimbas pueden tener un sabor de manzana, miel, menta, cereza... y esto lo hace más atractivo al gusto.* V (Es cierto que en la cachimba se puede poner un tabaco especial con diferentes sabores, que da la sensación de menos peligrosidad y de mejor gusto, pero esto, tal y como hemos visto antes, no tiene nada que ver con que sea menos tóxico que el cigarrillo habitual).
- *La cachimba no produce dependencia, a diferencia del cigarrillo tradicional.* F (La cachimba crea una dependencia, al igual que el cigarrillo tradicional, porque contiene al igual que éste, nicotina).



Fase 2

Cuando se haya visto el vídeo, se puede proponer la siguiente dinámica:

“Estamos acostumbradas y acostumbrados a ver anuncios para que el espectador o espectadora compre algo (en este caso sería el consumo de cachimba) y lo que vamos a hacer es un Concurso donde, por grupos, tendréis que crear un eslogan e incluso un anuncio, que no dure más de 2 minutos, donde el reto es convencer al público de lo contrario... ¿Os atrevéis?”.

A continuación, se divide a la clase en grupos de 4-5 personas para que piensen en el eslogan que van a hacer sobre el uso de la cachimba; aunque también pueden idear un guion y plasmarlo en un vídeo casero (para ello, se tendrá que comentar que el contenido del anuncio lo tendrán que idear en el aula y su posterior grabación, la harán fuera del centro escolar). El objetivo es que los y las jóvenes sean críticos ante el consumo de cachimba y reducir su consumo.

Los carteles con los eslóganes que hagan se pueden colgar en las paredes del centro escolar para que lo visualicen el resto de compañeros y compañeras, y los vídeos que realicen se puede pedir a Dirección que los cuelguen en la web del centro (en el caso de que tengan) y puedan ser vistos por toda la Comunidad educativa (alumnado, profesorado y familias).

Para darle más atractivo a esta tarea, se pueden votar aquellos eslóganes o vídeos que resulten más ingeniosos.

COMENTARIO FINAL

“Hoy hemos visto que es importante contrastar la información que flota a nuestro alrededor a través de fuentes fiables, pues en numerosas ocasiones nos dejamos llevar por las creencias populares y cuando está nuestra salud de por medio, tenemos que ser críticos y críticas y en consecuencia, tomar nuestras propias decisiones”.