

PAUTAS PARA EL TRABAJO CON LÁMINA

¿CÓMO LAVES?

Este material tiene por objetivos aumentar la percepción del riesgo acerca del consumo de alcohol, integrando el enfoque de habilidades para la vida (OMS), la perspectiva de género y la diversidad. Se puede trabajar con niños, niñas y adolescentes a partir de los 11 años de edad.

ANTES DE COMENZAR

- Enfatizar que en este tema son muy importantes las decisiones que cada uno tome al respecto.
- Dar la idea de que es importante pensar con otros, manejando la mayor cantidad de elementos posibles para decidir, entre ellos disponer de información veraz.

DINÁMICA POSIBLE: ¿QUÉ RIESGOS VES?

- 1 - Realizar un juego de integración entre participantes.
- 2 - Formar subgrupos y dar un tiempo para leer la lámina.
- 3 - Dar la consigna a cada subgrupo. **“Piensen en los personajes de la historieta ¿Qué riesgos ven?”** Animar a que todos expresen sus opiniones y asignar roles: un integrante sacará notas de la discusión y conclusiones, otro será el portavoz, etc.
- 4 - Dar un tiempo para dialogar y luego cada portavoz pondrá en un común al resto del grupo.
- 5 - Tomar nota de los principales conceptos que aparezcan, integrando la información que los participantes manejen, dando importancia a posibles mitos, contrarrestándolos con información veraz y con los riesgos que figuran abajo.
- 6 - Para finalizar se realiza una actividad de cierre grupal donde cada uno comenta brevemente cómo se sintió, qué le gustó y qué no, qué aprendió.

RIESGOS

1. Lucía y Rodri pudieron contraer alguna enfermedad de transmisión sexual como VIH, Sífilis, Hongos, entre otras.
2. También pudieron enfrentarse a un embarazo, una vez alcanza!
3. Quizá no estaban tan seguros de querer tener relaciones sexuales.
4. Seguro que Rodri podría haber encarado a Lucía sin tomar. La confianza está en él, no en el alcohol.
5. A Flor le afectó más que a Fabricio porque las mujeres poseen menor tolerancia al alcohol, ya que tienen mayor contenido en grasas y menor volumen de agua en su cuerpo. Tomar con el estómago vacío acelera la llegada del alcohol a la sangre.
6. Cuando Flor se encuentra en coma etílico significa que quedó inconsciente a causa del alcohol, no es que esté dormida. Por eso, ella no puede "despertarse" lo que la pone en riesgo de aspirarse un vómito, bajarle el nivel de azúcar en la sangre (hipoglucemia), bajarle la temperatura del cuerpo (hipotermia) o hacer un paro cardíaco y/o respiratorio, que son complicaciones que pueden llevar hasta la muerte.
7. Aunque Rodri se emborrache sólo los fines de semana, los riesgos están igual: estando bajo los efectos del alcohol estás expuesto a tener accidentes de tránsito; participar de situaciones violentas; perder tus cosas. Si no recuerdan nada, significa que tampoco podían tomar decisiones responsables.

Consignas para problematizar los usos del alcohol.

¿Les resulta conocido el tema sobre el que están conversando los personajes?

¿Para uds. que rol ocupa el alcohol en las relaciones entre las personas?

¿Creen que es posible divertirse sin alcohol?

¿Qué factores se ponen en juego cuando alguien tiene relaciones sexuales con otro?

¿Qué opinan de que Florencia haya tomado a la par de Fabricio?

¿Qué significa estar en coma etílico? ¿Conocen los riesgos?

¿Qué opinan de lo que dice Rodri? ¿Se trata o no, de un consumo problemático? ¿Por qué?

¿Conocen situaciones de este tipo?

Por más información y más dinámicas, material sugerido:

- Manual Los usos de drogas y su abordaje en la Educación.
 - Guía Promotores de Salud.
 - Guía Más información menos riesgos.
 - Spots Consumo Cuidado.

Disponibles en www.infodrogas.gub.uy

Algunos ejes temáticos posibles de seguirse trabajando.

- Definición de “droga”, uso problemático, abuso, adicción.
- Efectos de las sustancias (alcohol y otras drogas si surgen).
- Riesgos del consumo de alcohol en niños/as y en la adolescencia.
- Riesgos en el consumo de alcohol y la sexualidad.
- Consumo de alcohol en el hombre y la mujer. Roles de mujeres y varones. Diferencia de vulnerabilidad entre el hombre y la mujer frente al consumo de alcohol.
- Autoconocimiento.
- Actitudes y toma de decisiones, vinculación con las relaciones interpersonales.
- Qué hacer cuando otros tienen problemas con el alcohol.
- Cómo actuar en caso de emergencias*.

* Qué hacer:

- Valorar nuestra capacidad de manejar la situación.
- Pedir apoyo de otras personas y contactar a familiares.
- Si es posible, trasladar a una puerta de Emergencia o llamar.
- Hablarle a la persona con voz suave, explicar que se quiere ayudar. Recostarla sobre su lado izquierdo, con su brazo como almohada (posición de seguridad).

Qué no hacer:

- No provocar el vómito.
- No dejar a la persona sola.
- No dejar que la persona tome frío.