

# 07. El peligro del alcohol y las drogas



## SUMARIO

- 7.01. Portada
- 7.02. Presentación de la Unidad Didáctica
- 7.03. Lectura para la reflexión sobre consumo de alcohol
- 7.04. Actividad 1: comprender y opinar sobre el alcohol
- 7.05. Actividad 2: efectos del alcohol en el cerebro
- 7.06. Normativa sobre alcohol y otras drogas en la conducción
- 7.07. Actividad 3: ¿Cómo afectan las drogas a las personas?
- 7.08. Algunas curiosidades sobre el alcohol
- 7.09. Actividad 4: Debate: alternativas al consumo de alcohol
- 7.10. Mitos para eliminar el alcohol en un control
- 7.11. Actividad 6: los agentes nos informan.
- 7.12. Otros recursos didácticos.
- 7.13. La evaluación



## 7.02. Presentación de la Unidad Didáctica

En esta Unidad Didáctica nos vamos a centrar en el tema del alcohol y las consecuencias negativas que se derivan de su consumo, cuando están relacionados con el peatón, conductor de bicicleta o ciclomotorista.

Te proponemos varios ejercicios prácticos para que te ayuden a conocer un poco más en este tema, tan importante como delicado para tu salud, y para evitar accidentes, sobre todo, en los chicos y chicas adolescentes y jóvenes.

## 7.03. Lectura para la reflexión

Lee con atención el texto que te presentamos y contesta a las preguntas relacionadas con el mismo:

Esta es una noticia que salió en prensa en relación a los botellones que se realizan en muchas ciudades:

“... hay personas que buscan el “pedo”, alcanzar el “punto”, estar “chispa”, cómo única manera de “disfrutar” del alcohol. Y cuanto más pronto y rápido se alcance el “pedal”, mejor. Esta es una forma de beber importada del modelo sajón, que tiene éxito en la población juvenil, como concepto de diversión. A esta forma de “divertirse” perdiendo el autocontrol, y desvariando en la estupidez, se apuntan muchos menores, en una competición por demostrar al mundo de sus iguales, de sus cuadrillas, de hasta dónde son capaces de llegar, por alcanzar un “minuto del gloria” al ser el que desafía la norma, lo correcto, lo impuesto por los adultos. Y no digamos si hay un móvil para grabarlo e “inmortalizar” el momento colgándolo en You Tube. No hay nada de original en experimentar una intoxicación etílica, y menos aún considerarlo como un estatus y un “buen rollo”. El beber por beber, es tan viejo como la humanidad. Beber sin conocer los efectos y las posibles consecuencias, es un acto irresponsable”.

## 7.04. ACTIVIDAD 1: comprender y opinar sobre el alcohol

Una vez leída la lectura anterior, puedes contestar a las siguientes preguntas:

- ¿Consideras que beber sin medida es sinónimo de diversión, salud y felicidad?
- ¿Sabes lo que es un coma etílico? ¿Podrías explicarlo?
- Valora la actitud de un chico-a que después de haber ingerido alcohol conduce su bicicleta o ciclomotor?



- b. ¿Sabes cuál es la tasa máxima de alcohol permitida a la hora de conducir una bicicleta o un ciclomotor?
- c. ¿Qué efectos produce el alcohol en el conductor y qué riesgos puede correr?
- d. ¿Cómo puedes divertirte y pasarlo bien, sin necesidad de recurrir al alcohol? Piensa en otras alternativas al alcohol.
- g. Hay planteamientos que proponen que los jóvenes que se emborrachan, que sufren un como étlico y que acuden a un hospital, deberán pagar el servicio de ambulancia y los gastos que se deriven de la asistencia médica. ¿Qué opinas sobre esta propuesta? ¿Cuánto dinero crees que podría suponer?

### 7.05. ACTIVIDAD 2: Efectos del alcohol en el cerebro:

Tienes la oportunidad de ver un enfoque científico relacionado con los efectos del alcohol. Te pueden ayudar estos dos vídeos que duran 6 minutos cada uno y una de las campañas de la DGT.

**Alcohol y cerebro 1ª parte**  
<http://youtu.be/BAOQ2Qzz-Cc>

**Alcohol y cerebro 2ª parte**  
<http://youtu.be/IScmupcdYNA>

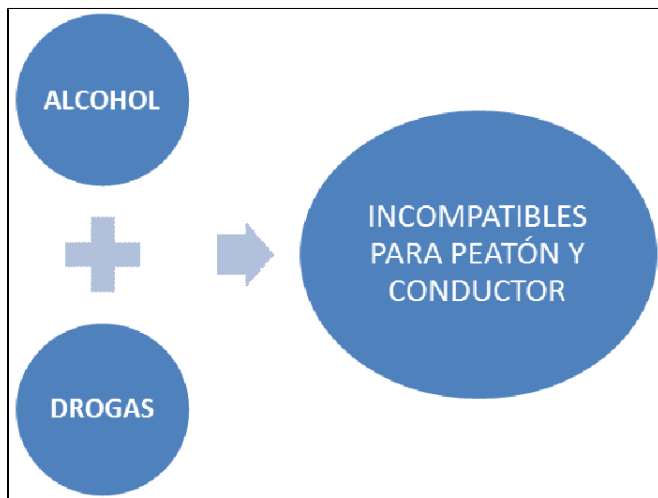
**Campaña DGT A tu lado vamos todos**  
<http://youtu.be/X5Hc6QQqUhQ>



## 7.06. La normativa sobre el alcohol y otras drogas en la conducción.

Simplemente, recordar que el Reglamento General de Circulación, establece que está prohibido circular bajo los efectos de drogas o de alcohol (según tasas de la normativa vigente), ya que estas sustancias afectan directamente el comportamiento de los individuos. Todo conductor o peatón está obligado a someterse a las pruebas de alcoholemia, si la autoridad competente lo requiere.

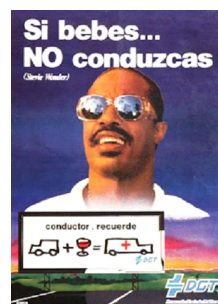
Está previsto que la sanción por superar la tasa de consumo de alcohol y drogas pase de los 500 euros a los 1000 y que esta medida también pueda ser aplicable a los peatones.



## 7.07. ACTIVIDAD 3: ¿cómo afectan las drogas a las personas?

Veremos este vídeo que dura 10 minutos:

[http://www.dailymotion.com/video/xoeo67\\_drogas-efectos-sobre-la-conduccion-coordinacion-y-tiempo-de-reaccion\\_school](http://www.dailymotion.com/video/xoeo67_drogas-efectos-sobre-la-conduccion-coordinacion-y-tiempo-de-reaccion_school)



Estas sustancias, elevan el exceso de confianza, disminuyen la percepción de los riesgos, incrementan el tiempo de reacción, reducen el campo de visión y provocan que se aprecien mal las distancias y las velocidades de otros vehículos e incapacita a la persona a la hora de tomar decisiones. También alteran la realidad, incrementan la agresividad, la falta de coordinación y la toma de decisiones.





A la ya popular frase «Si bebes no conduzcas» se le podrían añadir infinidad de coletillas: «Si te drogas, no conduzcas», «Si tomas medicamentos no conduzcas», «Si estás preocupado...». Circular como peatón o conductor, es una actividad que requiere la máxima responsabilidad y atención.

Un alto porcentaje de los accidentes de tráfico se debe a fallos humanos, causados en muchos casos por el consumo de sustancias peligrosas, la falta de sueño y las distracciones.

		<p>Entre un 30% y un 50% de los fallecidos en accidente de circulación presentaban tasas positivas de alcohol en sangre. El porcentaje es también alarmante entre los peatones: un 30% de los viandantes fallecidos por atropellos u otros accidentes presentaban tasas positivas de alcohol en sangre.</p>
--	--	---

Fumar porros también es perjudicial para la salud y para la seguridad vial ya que multiplican el riesgo de accidente,

## EFEKTOS

De 0,1 a 0,5 gr/l = mayor tiempo de reacción, no se valora la velocidad y problemas de coordinación.

De 0,5 a 0,85 gr/l = Baja la percepción de las distancias y comienzan las alteraciones con la visión.

De 0,85 gr/l a 1,5 = Graves problemas de la percepción, se va incrementando el sueño y grandes problemas de coordinación y atención.

De 0,15 gr/l a 2,5 = Se disparan las alteraciones mencionadas anteriormente.

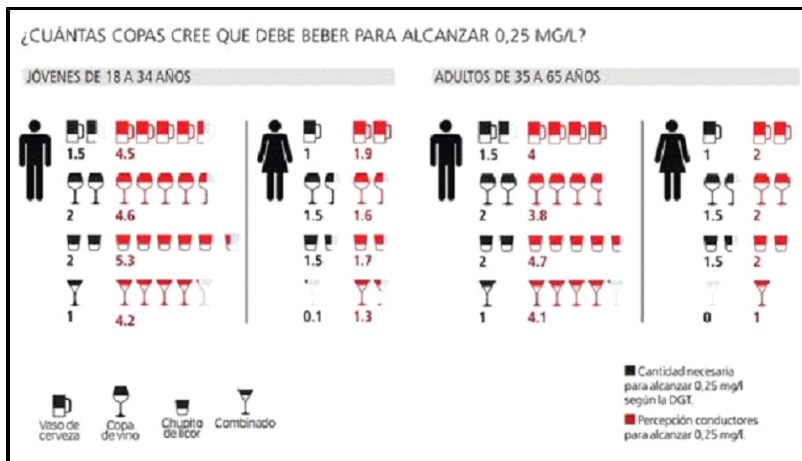
### 7.08. Curiosidades que muchas veces nos hemos preguntado

¿Sabes cuánto necesita beber una persona para dar positivo en un control de alcoholemia?

Esta tabla y los datos te pueden orientar, aunque siempre hay que tener en cuenta el peso y el sexo de las personas: a los hombres y a los de mayor peso les afecta algo menos que a las mujeres y a los de menor peso.



El gráfico de abajo te ayudará a comprenderlo mejor. No aparecen datos sobre los menores de 18 años, porque en teoría, conforme a la Ley, no pueden consumir alcohol.

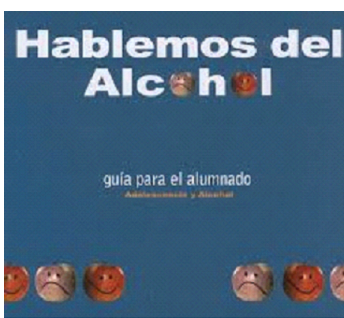
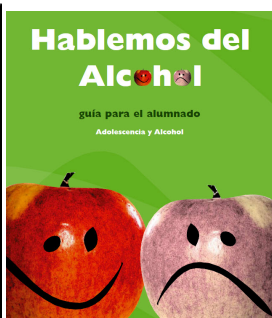


¿Sabías que los menores de 18 años y los mayores de 65 son más vulnerables a los efectos del alcohol? Solemos pensar que el alcohol bebido no produce demasiados efectos para lo que pensamos que puede aguantar nuestro cuerpo.

#### 7.09. ACTIVIDAD 4: Un debate sobre las alternativas al consumo de alcohol.

Es frecuente que los jóvenes salgan de fiesta y que el alcohol se convierta el verdadero protagonista para algunos. También es frecuente que varios jóvenes compartan un mismo vehículo para trasladarse al lugar de la fiesta y de esta a su casa.

No es menos cierto que al regresar todos se suben al coche, aún a sabiendas de que el que conduce ha bebido y mucho. Esta actitud aumenta la cantidad de accidentes.



Pregunta puede ser: ¿Te subirías al coche o a la moto, sabiendo que quien conduce ha bebido más de la cuenta? ¿Por qué piensas que lo hacen algunos? Algunos piensan que una buena solución es buscar caminos alternativos donde la Guardia Civil no realice controles de alcoholemia. ¿Hay otras alternativas para trasladarse a los lugares de fiesta y regresar a casa con seguridad?

<http://es.scribd.com/doc/30780152/Guia-alumnado-HABLEMOS-DEL-ALCOHOL-www-alcoholysociedad-org>

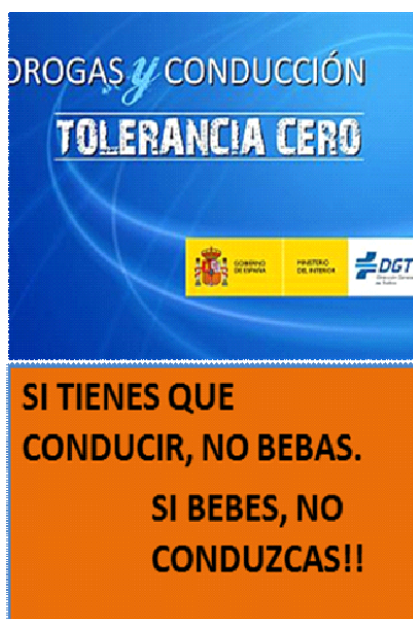


Existen otras posibilidades que permiten compaginar la fiesta con la salud: el conductor alternativo, bus Buho, Bus nocturno, taxi para varios...? Puedes buscar información en la red para comentarla con tus compañeros.

En la Guía de “Hablemos de alcohol”, tienes mucha información que te puede interesar y si quieres más, puedes acceder a la Web: <https://www.google.es/#q=alcohol+y+sociedad>

### 7.10. Algunos mitos sobre la forma de eliminar la ingesta de alcohol y otras drogas

La Guardia Civil tiene mucha experiencia en las argumentaciones defensivas que dan algunos conductores cuando dan positivo en el control, sobre todo por temor a la multa.



Otros quieren solucionar el tema en pocos minutos previos a la realización de la prueba y optan por recursos que no tiene ningún nivel de eficacia.

Lamentablemente, hay que confirmar que todos estos trucos para evitar dar positivo en una prueba no son eficaces.

### 7.11. ACTIVIDAD 6: Los agentes nos informan

Siempre se puede aprender un poco más sobre los instrumentos utilizados para hacer las pruebas de alcoholemia o de consumo de drogas.

Es posible que conozcas a algún Policía Local o Guardia Civil y proponerle la posibilidad de que pueda ir a tu centro educativo a daros una charla o taller sobre este tema.





## Los mitos sobre el alcohol



Los policías disponen de alcoholímetros y materiales para darnos una clase magistral y experimental. Todo es querer y habrá que ver la manera de organizar esta experiencia en la que muchos agentes ya están colaborando.

### 7.12. Otros recursos

- Propuestas de la DGT para incluir en la nueva Ley de Tráfico y Seguridad Vial:

[http://www.antena3.com/videos-online/noticias/trafico/conducir-efectos-alcohol-drogas-podria-costar-1000-euros\\_2013070500152.html](http://www.antena3.com/videos-online/noticias/trafico/conducir-efectos-alcohol-drogas-podria-costar-1000-euros_2013070500152.html)



- No conducir con drogas y alcohol (5:23). Tan dura como real. Es importante que se vea la cruda realidad de los riesgos de conducir habiendo consumido. Está en inglés pero las imágenes hablan por sí solas.

<http://youtu.be/NXsw8jewIqM>



### 7.13. La evaluación

Ahora dispones de una prueba sencilla con la que puedes comprobar lo que has aprendido en esta Unidad Didáctica.

**Nombre:**..... **Apellidos:** ..... **Fecha:**

1. ¿Qué efectos produce el alcohol en los peatones o conductores que beben?
  
2. Subraya los factores que inciden a la hora de consumir alcohol: la hora, la cantidad tomada, la graduación, la edad, el peso, el sexo, estar sentado, mezclado con comida.
  
3. ¿El alcohol y las drogas son tan perjudiciales como se dice o tu piensas otra cosa? Haz un breve comentario argumentando tus posiciones.
  
4. ¿Qué opinas sobre quienes se suben al coche sabiendo que el conductor ha bebido alcohol? Indica los peligros a los que se exponen.
  
5. ¿Qué alternativas de regreso a casa puedes tener si quien te llevó en su coche ha bebido y te ofrece volver?
  
6. ¿En qué consiste la figura del conductor alternativo?
  
7. Si un conductor da positivo en una prueba de alcoholemia: (completa las propuestas)
  - Se considera una falta:
  - La sanción puede llegar a:
  - Se le puede retirar:
  
8. ¿A qué sectores de la población les afecta más el consumo de alcohol?

