



COLEGIO DOMINGO EYZAGUIRRE  
SAN BERNARDO

ASIGNATURA:

PROFESOR (a): Daniela Osses – Jaime  
Herrera

### **Guía Pedagógica N°3**

<b>Nombre:</b>	<b>Curso: 5°A – 5°B</b>
<b>Fecha inicio: JUNIO</b>	<b>Fecha: JUNIO</b>

#### **Descripción Curricular de la Evaluación**

<b>Nivel</b>	<b>N° 2 (2020)</b>
<b>EJE</b>	<b>Cuerpo humano y salud La tierra y sus cambios</b>
<b>Objetivos (sólo los números)</b>	<b>OA08 – OA17</b>
<b>Habilidades a evaluar</b>	-

#### **Instrucciones:**

Lee, desarrolla y/o responde la siguiente guía de trabajo, utilizando para ello tu libro del año pasado (2020). Debes entregar esta guía en el colegio.

Cualquier consulta debes realizarla al correo (5°A)

m.osses@colegiodomingoeyzaguirre.cl o al celular +56963200803 en horario  
Lunes y martes de 8:00 a 18:00, miércoles, jueves y viernes de 8:00 a 12:00.

5°B [j.herrera@colegiodomingoeyzaguirre.cl](mailto:j.herrera@colegiodomingoeyzaguirre.cl) +56963200802

## ¿Qué es el alcohol?

El alcohol se obtiene por medio de la fermentación de cereales, frutas o vegetales. La fermentación es un proceso que utiliza levadura o bacterias para modificar el azúcar de los alimentos y transformarla en alcohol. La fermentación se utiliza para elaborar muchos productos necesarios: desde queso hasta medicamentos. El alcohol adopta distintas formas y se puede utilizar como limpiador, antiséptico o sedante.

Por lo tanto, si el alcohol es un producto natural, ¿porque los adolescentes deben tener cuidado cuando lo beben? Cuando las personas beben alcohol, éste ingresa al torrente sanguíneo. Desde allí, afecta el sistema nervioso central (el cerebro y la columna vertebral), que controla prácticamente todas las funciones del cuerpo.

### Conozcamos algunos términos

**ADICCIÓN:** Enfermedad crónica y recurrente del sistema nervioso que se caracteriza por la búsqueda y el consumo compulsivo de algo, como el alcohol, a pesar de sus consecuencias nocivas.

**ALCOHOL:** Es una droga que deprime el sistema nervioso central, es decir, que disminuye las funciones del cerebro. El alcohol afecta a la capacidad de autocontrol, por lo que puede confundirse con un estimulante. El alcohol puede afectar una persona que bebe en grandes cantidades y diariamente. El consumo prolongado de alcohol daña las neuronas, esto puede provocar un daño permanente a la memoria, a la capacidad de razonamiento y a la forma como se comporta.

**ALCOHOLISMO:** es una enfermedad y no un vicio, cuya necesidad o dependencia a la ingesta de bebidas alcohólicas en las personas, genera deterioro en su salud física y mental. No hay síntomas precisos, pero si existen cambios notorios en el comportamiento de la persona en el ámbito laboral y familiar

\*\*Si tienes acceso a internet puedes apoyarte en este video <https://youtu.be/kj1SHQXPgIk>

## CONSUMO DE ALCOHOL Y SUS CONSECUENCIAS

El consumo excesivo de alcohol afecta de forma severa la capacidad de las personas para responder a tiempo a los estímulos del entorno y produce cambios tanto en su comportamiento como en su estado de ánimo. Además, si una persona ingiere alcohol de manera habitual, puede desarrollar una adicción a dicha sustancia, es decir, experimentar un deseo incontrolable de continuar consumiendo, lo que provoca finalmente que pierda el control de su propia vida.



## **EFFECTOS DEL CONSUMO EXCESIVO DE ALCOHOL EN EL ORGANISMO**

El consumo sin control de bebidas alcohólicas afecta al sistema nervioso, provocando la descoordinación y la demora en la capacidad de reacción y de respuesta ante los estímulos. Además, hay otras consecuencias del consumo excesivo de alcohol no tan evidentes a simple vista, pero muy complejas para el organismo, ya que el alcohol es una toxina para el cuerpo.

Veamos algunas de ellas:

- Disminuye la actividad cerebral, lo que provoca relajación, lentitud y descontrol en los movimientos.
- Altera el equilibrio, la visión y la audición.
- Altera respuestas involuntarias, como los reflejos.
- Su abuso puede generar trastornos, como pérdida de la memoria y dificultad para aprender.
- Disminuye la capacidad de reaccionar ante situaciones imprevistas.
- Afecta el habla, el pensamiento y el entendimiento de las cosas.
- Reduce la coordinación y la concentración para manejar.
- Provoca trastornos en la personalidad, como reacciones de euforia.
- Genera irritación e inflamación de las paredes del estómago

### **1.- ACTIVIDAD (6puntos)**

En el entorno en el cual se desarrolla una persona existen algunas condiciones que facilitan el consumo de alcohol y otras que lo previenen. Estos factores pueden ser características o elementos personales y del entorno familiar o social. Los siguientes carteles señalan algunos factores de riesgo y de protección.

· Pinta de color rojo los carteles que corresponden a factores de riesgo del consumo excesivo de alcohol.

Pinta de color verde los carteles que corresponden a factores de protección frente al consumo excesivo de alcohol.

Tener un entorno social que no cuente con la supervisión de personas responsables.

Mantener una relación de confianza en la familia.

Vivir en un entorno social con escasa comunicación y una mala convivencia familiar.

Utilizar el tiempo libre en forma inadecuada, como abusar de la televisión, el computador, el celular o los videojuegos.

Realizar deporte u otra actividad en el tiempo libre.  
Preocuparse de que el cuerpo tenga un descanso reparador.

Vivir en un entorno social que permita el desarrollo pleno de los integrantes de la familia.

## 2.- RESPONDE (3puntos)

1.- ¿Qué consecuencias podría tener que una persona conduzca un automóvil después de haber bebido alcohol?

---

---

---

---

2.- ¿Qué consecuencias tiene en la salud de las personas el consumo de alcohol en forma regular y excesiva?

---

---

---

---

3.- ¿Qué factores favorecen el consumo excesivo de alcohol? ¿Cómo se puede prevenir?

---

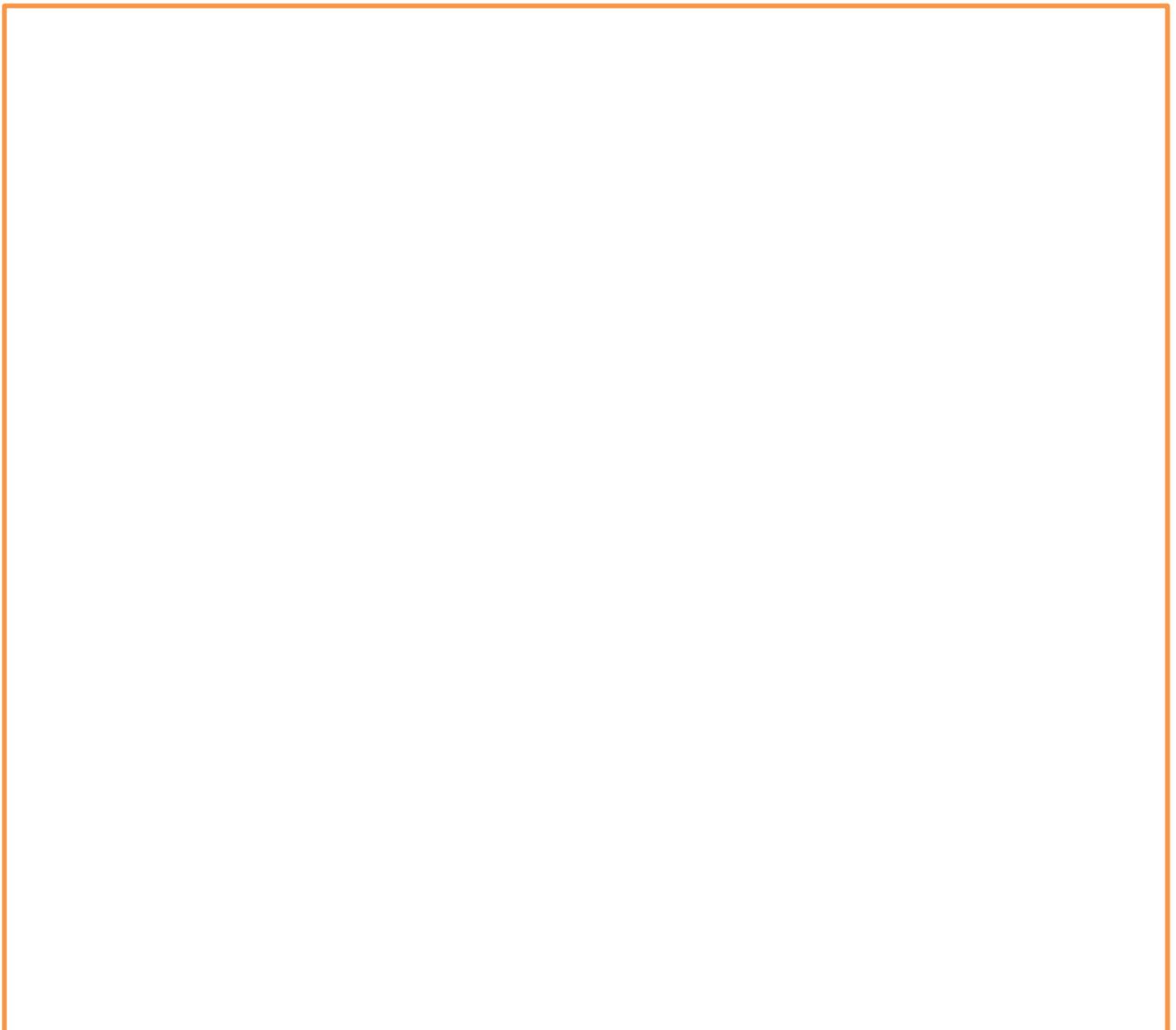
---

---

---

3.- ACTIVIDAD:

En el siguiente espacio dibuja un afiche que promuevo el NO USO DEL ALCOHOL, escribe una frase y un dibujo acorde al tema (4puntos)



## Sismos

El movimiento de las placas tectónicas de la litósfera ocurre permanentemente, sin que lo notemos, pero algunas veces se producen grandes sacudidas que ocasionan movimientos en la superficie terrestre. Se trata de los sismos o terremotos



Los sismos se miden usando dos escalas: Richter y Mercalli. La escala de Richter mide la energía liberada en un sismo, mientras que la escala de Mercalli mide los daños que causa

## Terremotos en Chile

Dado que nuestro país se ubica en una zona en que se registran muchos sismos, es considerado uno de los países más sísmicos del mundo. Algunos de los terremotos más graves ocurridos en Chile son:



### Chillán en 1939

Alcanzó una intensidad de 7,8 en la escala de Richter. Causó gravísimos daños en la ciudad de Chillán y localidades cercanas.



### Valdivia en 1960

Alcanzó una intensidad de 9,6 en la escala de Richter y la ciudad de Valdivia se hundió casi cuatro metros. Es el mayor terremoto registrado en el mundo.



### Valparaíso en 1985

Alcanzó una intensidad de 8,0 en la escala de Richter. Afectó a varias localidades dejando casi un millón de damnificados.



### Cobquecura en 2010

Alcanzó una intensidad de 8,8 en la escala de Richter. Causó graves daños y provocó la muerte de muchas personas.

## ACTIVIDAD (3puntos)

1.- Une cada concepto con la descripción correspondiente.

Epicentro

Hipocentro

Sismo

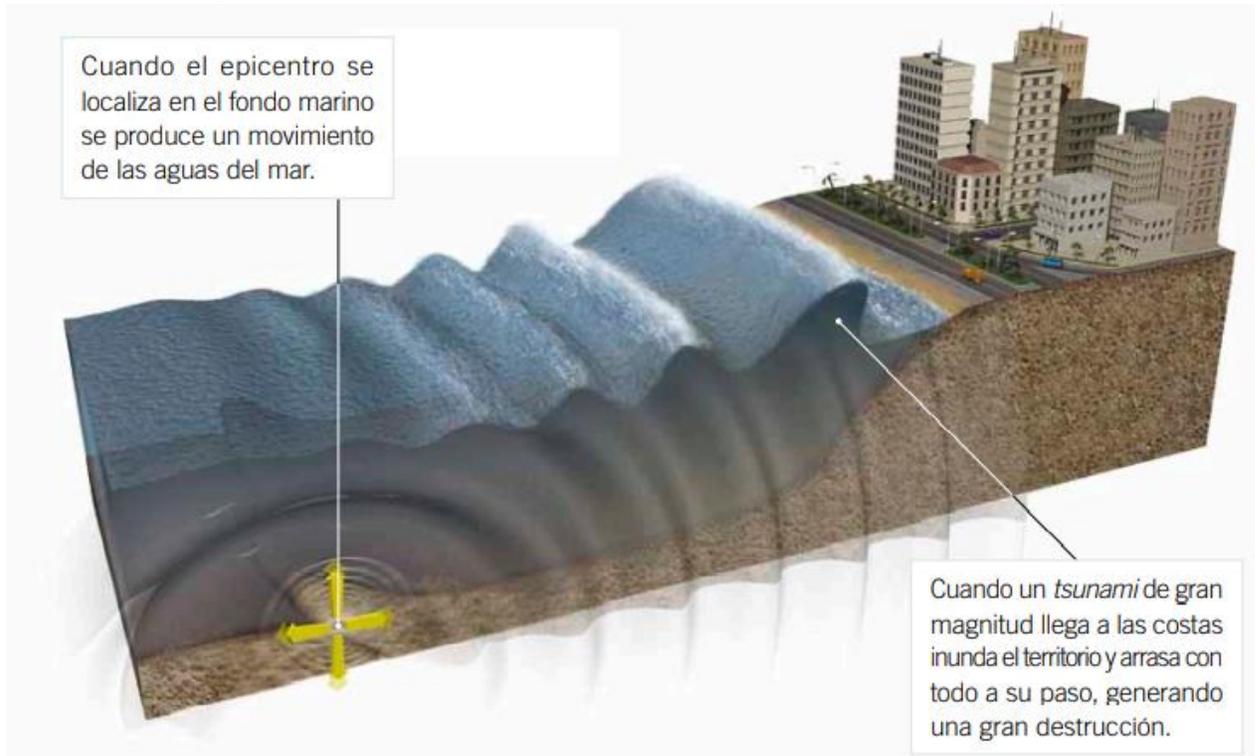
Movimiento de la superficie terrestre originado en la litósfera.

Punto exacto en que se origina un movimiento sísmico en la litósfera.

Punto en la superficie ubicado justo sobre el hipocentro.

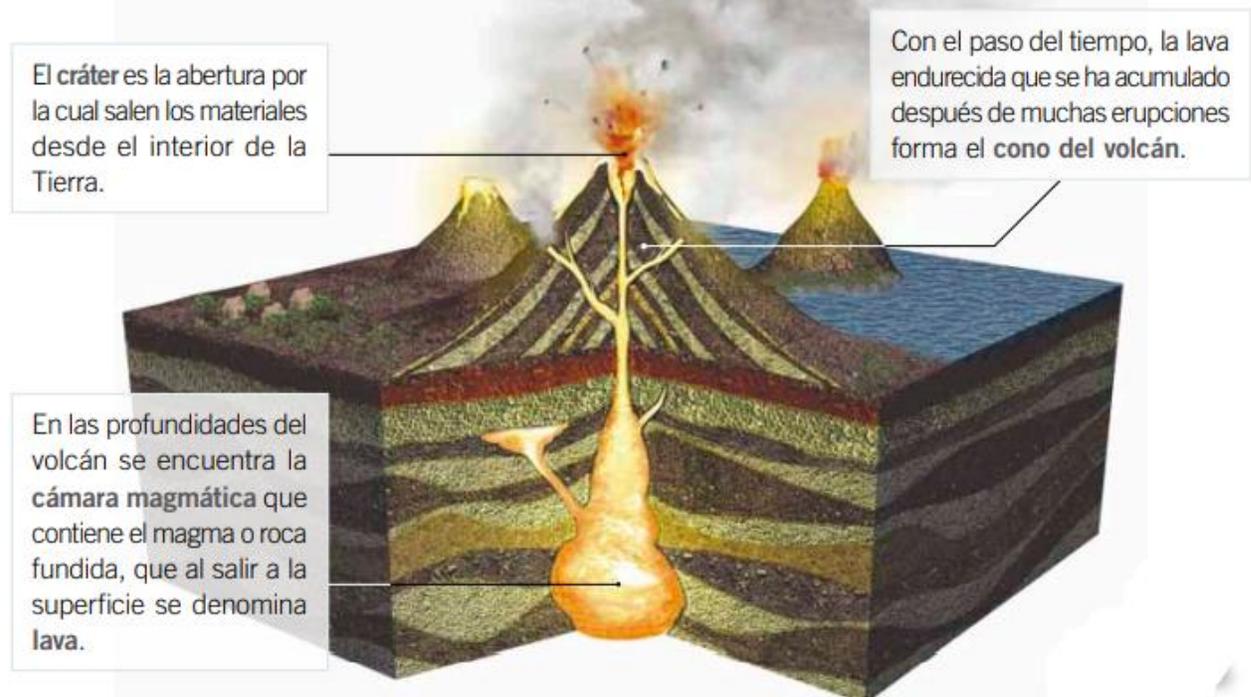
## Tsunamis

Como viste anteriormente, los movimientos en la litósfera ocasionan sismos que pueden producir graves daños en la superficie terrestre. En algunos casos, el epicentro se ubica en el fondo marino, por lo que no solo se mueve la superficie de la corteza oceánica, sino también el agua del océano. Esto puede originar olas gigantes conocidas como tsunamis, que provocan grandes desastres al azotar las zonas costeras cercanas



## Volcanes

Existe un tercer fenómeno natural relacionado con la actividad de la litósfera: el vulcanismo. Un volcán es una abertura en la superficie terrestre a través de la cual pueden salir materiales desde el interior de la Tierra como magma, cenizas, piedras y gases.



La actividad volcánica es diversa, algunos volcanes expulsan materiales de forma suave y permanente durante años, y otros tienen erupciones violentas y repentinas que causan daños y grandes cambios en la superficie de la Tierra.

Existe un tercer fenómeno natural relacionado con la actividad de la litósfera: el vulcanismo. Un volcán es una abertura en la superficie terrestre a través de la cual pueden salir materiales desde el interior de la Tierra como magma, cenizas, piedras y gases.

## **Desastres naturales**

Los desastres naturales son fenómenos que ocurren inesperadamente y que pueden causar graves daños en la infraestructura y en la naturaleza. El poder destructivo de estos fenómenos muchas veces es incontrolable, por lo que debemos estar siempre preparados para enfrentarlos.

En Chile, la Oficina Nacional de Emergencia (Onemi) se encarga de la prevención, respuesta y rehabilitación frente a situaciones de riesgo para la población.

La Onemi busca promover una cultura preventiva y de autocuidado en las personas y para ello nos recomienda cómo actuar ante situaciones de riesgo. Por ejemplo:

- Debemos identificar los riesgos a los que estamos expuestos en distintos Lugares.



- No debemos olvidar que en caso de emergencia es clave mantener la calma, no actuar de forma impulsiva y estar atento a lo que informe la autoridad.
- Debemos conocer las vías de evacuación y las zonas de seguridad.
- Mantener a mano un listado de los teléfonos de emergencia. Algunos de estos son:



### El país se prepara

Una emergencia por un desastre natural puede sorprendernos en cualquier parte, como el colegio, la calle o incluso durmiendo por la noche en nuestra casa. Por esto, en el país existe el programa Chile preparado dirigido por la Onemi, que organiza simulacros de desastres naturales para preparar a la población.

Por ejemplo, en la Región de Coquimbo, en noviembre del año 2011 se hizo un simulacro de un terremoto de magnitud 8,5 y posterior tsunami. En esta actividad se logró evacuar a unas 48.000 personas del borde costero en unos pocos minutos. A continuación te presentamos un kit básico de emergencia recomendado por la Onemi para que tengas en tu casa.

## Kit de emergencia

La Onemi recomienda mantener un **kit básico de emergencia** para desastres mayores. Este kit debe contener lo necesario para mantenernos durante 72 horas, como por ejemplo:

- Agua envasada.
- Comida enlatada, barras energéticas.
- Abrelatas.
- Linternas y pilas.
- Radio portátil con pilas.
- Botiquín de primeros auxilios.
- Dinero en efectivo.
- Llaves de repuesto de la casa y del auto.
- Medicamentos según las necesidades de la familia.



### ACTIVIDAD

1. Imagina que estás en tu casa y comienza un fuerte sismo. ¿Qué acciones es correcto realizar? Marca con una X (4puntos)

- Salir corriendo a la calle mientras ocurre el sismo.
- Estar atento a las informaciones de la autoridad.
- Correr al supermercado por provisiones.
- Permanecer en un lugar seguro hasta que el sismo termine.

2.- ¿Qué medidas de prevención tomarías si estás en la playa y hay riesgo de un tsunami? Marca con un x y explica por qué la elegiste.(4 puntos)



---

---

---

---

3.- Propón cinco medidas de prevención y seguridad ante riesgos naturales, como sismos, tsunamis o erupciones volcánicas, entre otros. (5puntos)

1.-

---

---

2.-

---

---

3.-

---

---

4.-

---

---

5.-

---

---