

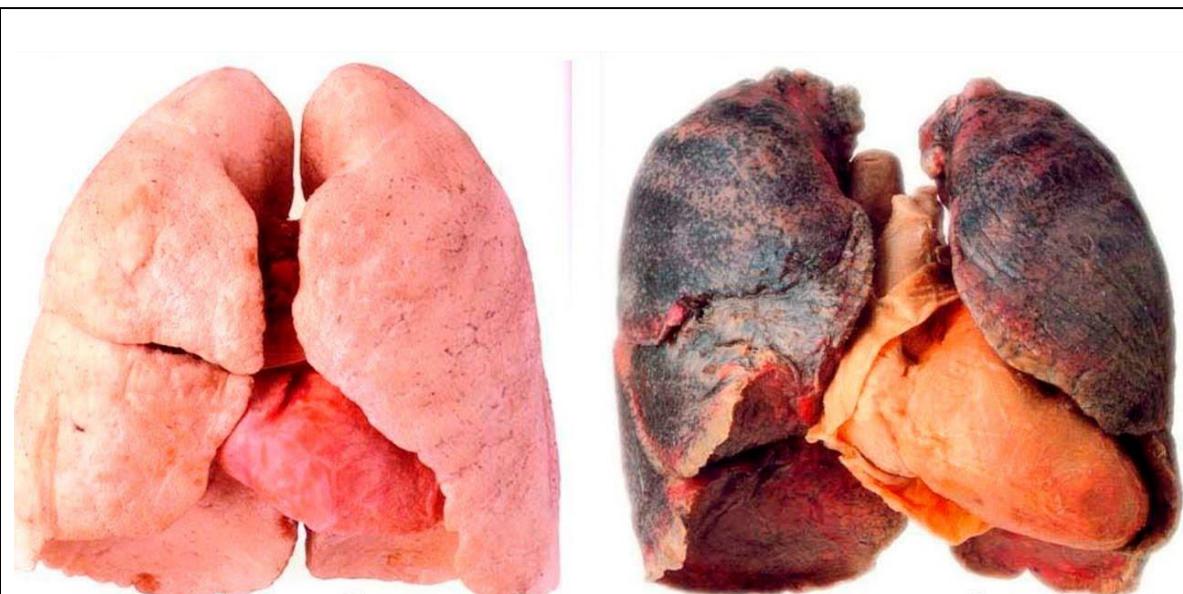


## GUIA N°5 SEMANA 5 DE TRABAJO DE ORIENTACIÓN 8 AÑOS “EL TABAQUISMO”

OA 03 Identificar situaciones que puedan exponer a las y los adolescentes al consumo de sustancias nocivas para el organismo, conductas sexuales riesgosas, conductas violentas, entre otras problemáticas; reconociendo la importancia de desarrollar estrategias para enfrentarlas, y contar con recursos tales como: la comunicación asertiva y la ayuda de personas significativas y/o especializadas, dentro o fuera del establecimiento.

META: Reconocer los efectos del tabaquismo en nuestro organismo.

**INSTRUCCIONES:** Lee la siguiente información y responde las preguntas de acuerdo a lo comprendido.



**SANO VS FUMADOR**

### *El tabaquismo*

Se encuentra clasificada como una enfermedad crónica y adictiva que afecta a los seres humanos, provocando daños en el aparato respiratorio. El principal daño en el cuerpo humano ocurre al respirar el humo, porque ingresan diferentes toxinas, entre las que se pueden mencionar principalmente alquitrán, nicotina y monóxido de carbono. El hecho de fumar tabaco y aspirar su humo provoca una serie de alteraciones en el cuerpo humano, principalmente en los bronquios y alvéolos, generando enfermedades como el asma, infecciones respiratorias, enfisema y cáncer pulmonar. Los síntomas característicos son el cansancio, exceso de Mucosidades y obstrucción de las vías respiratorias. Otras enfermedades secundarias al tabaquismo afectan al aparato circulatorio, produciendo daños en el corazón, arterias y en la sangre, provocando arritmias, infartos y trombosis. Los principales síntomas de estas enfermedades son dolor, cambios bruscos de la frecuencia cardíaca y mareos. A continuación lee y analiza cada componente del cigarrillo.



**HOJAS DEL TABACO**



Los cigarrillos están compuestos principalmente por hojas de tabaco. Las hojas de tabaco contienen una sustancia, la nicotina, que es un potente veneno, e

incluso se ha usado como insecticida. El problema es que al inhalar el humo del tabaco, la nicotina se absorbe muy rápidamente tanto en la boca, como en los pulmones. Desde los pulmones pasa a la sangre y se distribuye por todo el cuerpo. En 7 segundos la nicotina llega al cerebro y se produce una sensación placentera para el fumador, lo que termina en una adicción al tabaco. Además se aspiran gases irritantes como, alquitrán, monóxido de carbono (que es un gas), y otras sustancias todas tóxicas, que generan grandes daños al organismo.

**a.- ¿Qué ocurre en el cuerpo de un fumador?**

**b.- ¿Qué hay en un cigarrillo?**

**c.- ¿Qué hay en el humo que produce el cigarrillo al quemarse?**

**d.- Nombra las hojas de la planta que se usan para fabricar cigarrillos.**

**e.- ¿Por qué ciertas sustancias del cigarrillo generan adicción?**