SESIÓN DE TUTORÍA

I. DATOS GENERALES

Tema: Una verdadera diversión?
Fecha: 05 / 11 / 2013
Duración: 45 minutos
Área Formativa / área curricular atendida desde la sesión:
Persona Familia y Relaciones Humanas: Salud Corporal y mental
Grado / Sección: 4thA
Tutor: Abdías Román Huaches

II. OBJETICO DE LA SESIÓN

Que las y los estudiantes conozcan los efectos dañinos de las drogas de síntesis y reflexionen sobre los riesgos de su consumo.

III. RELACIÓN/UBICACIÓN DE LA SESIÓN CON EL PLAN BIMESTRAL / TRIMESTRAL DE TUTORÍA

Trimestre III

IV. RECURSOS MATERIALES

Papelotes,
Tarjetas,
Plumones,
Fichas de lectura

V. DESARROLLO DE LA SESIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DE CADA UNA

Actividades de inicio:

El tutor comienza la sesión indicando a las y los estudiantes: “Quiero compartir con ustedes un diálogo que escuché entre dos chicas mientras venía al colegio. Luego lee el Anexo Nº 1 “DIÁLOGOENTRE AMIGAS”. Entonces pregunta ¿Qué opinan sobre esta historia? Escucha sus respuestas y luego les indica: vamos a compartir nuestras ideas primero en grupos pequeños y luego con toda la clase ¿Les parece?

Actividades de desarrollo:
Mediante uso de tarjetas de tipos de animales, se forman grupos de cinco estudiantes quienes eligen su coordinador. Se les entrega una copia del diálogo o se escribe en un papelote o en la pizarra, pidiéndoles que intercambien opiniones al respecto. ¿Qué opinan de lo que dicen las amigas? ¿Qué puede estar pasando en la discoteca? ¿Creen que es posible bailar toda la noche sin cansarse? ¿Por qué piensan que toman tanta agua?

Los grupos comparten sus conclusiones en la plenaria. El tutor las valora, señalando que es un derecho de cada persona expresar libremente sus opiniones, en tanto se fundamenten con razones entendibles y mientras no dañen la dignidad de los demás.

Luego invita a los grupos a continuar profundizando en el tema, discutiendo sobre el contenido de la lectura acerca del éxtasis como droga de diseño para ello entrega la hoja de lectura: El Éxtasis (Anexo Nº 2).

En grupo, las y los estudiantes extraen ideas respondiendo: ¿Qué es el éxtasis? ¿Cuáles son sus efectos? ¿Genera o no dependencia? ¿Es saludable o no consumir esta sustancia? ¿Qué medidas de prevención debemos adoptar para evitar iniciarnos o continuar en el uso del éxtasis u otras drogas similares?

Los grupos exponen sus conclusiones en la plenaria

Actividades de finalización:

El tutor concluye la reunión felicitando a todo el grupo por su participación, compartiendo las siguientes conclusiones:

- ✓ El éxtasis es una droga cuyo consumo se asocia mayormente a las fiestas rave o electrónicas.
- ✓ Su peligrosidad radica en que, al no conocer su procedencia, porque esta puede ser alterada fácilmente, uno puede creer que consume éxtasis, pero en realidad no se sabe qué producto tóxico está consumiendo.
- ✓ Algunas precauciones que debemos tener en caso de salir, es saber a qué discoteca ir, con quién o con quiénes ir y cuál debe ser nuestro comportamiento.
- ✓ En definitiva, una opción que no tiene pierde es elegir alternativas saludables, como bailar sin consumir drogas de ningún tipo. Todo depende de nuestra decisión.

VI. EVALUACIÓN DE LA SESIÓN

En esta sesión se priorizó una evaluación de tipo cualitativo basada en ciertos valores y actitudes evidenciables, en la siguiente escala valorativa:

Nº	Indicador	VALORACIÓN			
		INDIFERENTE	ALGUNAS VECES PARTICIPATIVO	INTERESADO	MUY INVOLUCRADO
01	Participa activamente en las actividades de interacción de la sesión.				
02	Respeta las opiniones de sus compañeros al mantener el orden de en la participación				
03	Reflexiona crítica y propositivamente frente a las opiniones del debate y de los demás.				

VII. OBSERVACIONES REALIZADAS EN LA SESIÓN

Expresiones de sorpresa en algunos estudiantes.

Opiniones de aceptación sin mayor reflexión por algunos, especialmente varones.

ANEXO 01. "DIÁLOGO ENTRE AMIGAS"

Dos amigas de la misma Institución Educativa se encuentran en la calle y conversan muy brevemente.

Dice una de ellas: Sabes que ayer un grupo del salón se fue a una disco y la pasaron súper bien.
¿Quién te ha contado eso? Yo no me enteré de nada.
Roxana me llamó hoy y me contó que un amigo le consiguió pases y que se divirtieron muchísimo, rieron y bailaron toda la noche sin cansarse.
¡Asu…pero eso estuvo bueno! Aunque la verdad eso suena raro ¿No será que tomaron alguna droga?
Qué va, ella me dijo que no tomaron ni una cervecita; desde el comienzo, solo tomaron agua.
Eso sí, toman agua a cada rato, porque sudan demasiado con tanto baile –añade con ingenuidad la amiga–.
A mí me huele un poco raro, pero si eso te dijeron…habrá que decirles que nos inviten a la próxima fiesta.

ANEXO 01. "EL ÉXTASIS"

¿Qué es el éxtasis?
Es una droga que estimula fuertemente el cerebro. Su presentación es en forma de polvo blanco cristalino, pastillas o comprimidos que no superan el tamaño de una aspirina de color rosado, blanco, amarillo o azul.

¿Cuáles son sus efectos?
Fisiológicos: Aumenta el ritmo cardiaco con taquicardia, eleva la percepción visual, auditiva y táctil, incremento de la temperatura corporal, sequedad de boca, sudoración excesiva y deshidratación por eso se produce deseos incontrolables de beber agua –episodios súbitos de frío y calor; tensión en las mandíbulas, mareos y crece el estado de alerta con insomnio.

Psicológicos:
Produce una intensa sensación de bienestar de afecto hacia las personas de su entorno, de aumento de energía y en algunas ocasiones genera alucinaciones. Los efectos adversos incluyen sensación de malestar general, pérdida de control sobre uno mismo, menoscabo de la memoria, crisis de pánico, ansiedad generalizada, preocupación y miedo.

Sociales: Puede conducir a actos ilícitos, inclinación por la música "metal", "rave" y "electrónica", socialización selectiva, discriminación social y racial, evitación de reuniones familiares. Cuando los efectos decaen, aparece el agotamiento, la fatiga, la sensación de inquietud y leve depresión que pueden durar varios días, aquí se utiliza el término bajón. A largo plazo, pueden aparecer secuelas de confusión mental, alteraciones de concentración y de memoria, cambios bruscos del humor, alteraciones hepáticas y cardiovasculares.

¿Riesgos del consumo del éxtasis?
Aunque los estudiosos todavía no concuerdan si genera o no dependencia física, es necesario recordar que el consumo de éxtasis, siempre será riesgoso porque su elaboración química es realizada en laboratorios clandestinos, ya que se fabrican a partir de productos farmacéuticos relegados por falta de utilidad médica. Por lo tanto, sus efectos sobre el Sistema Nervioso Central son impredecibles. Los peligros más frecuentes comprobados son crisis de ansiedad, depresión, aumento maligno de la temperatura, arritmia y convulsiones.

El éxtasis produce un incremento paralelo de la toxicidad. Luego de su acción estimulante acarrea cierto efecto depresivo, especialmente por su uso continuo, insomnio o episodios de ansiedad y excitación psicomotriz. También puede generar cuadros de intoxicación crónica que terminan por derrumbar el deseo, la erección, el orgasmo y las funciones de la persona en su totalidad.