

QUÈ LI PASSA AL NOSTRE COS?

(document per a l'alumnat)

DINÀMICA DE TREBALL

El resultat final d'aquesta sessió és la formulació de les preguntes que, dins de les activitats del programa "Parlem de drogues" de l'Obra Social "la Caixa", fareu al Dr. Rafael Maldonado (catedràtic de farmacologia de la Universitat Pompeu Fabra). Per això, us hem preparat una introducció que heu de llegir detingudament (millor de forma individual) per, tot seguit, analitzar una sèrie de mites sobre els efectes de les drogues. Això ajudarà a obrir un debat entre vosaltres que farà més productiva la generació de les preguntes en relació amb el tema **Què li passa al nostre cos**?, que adreçareu al Dr. Rafael Maldonado.

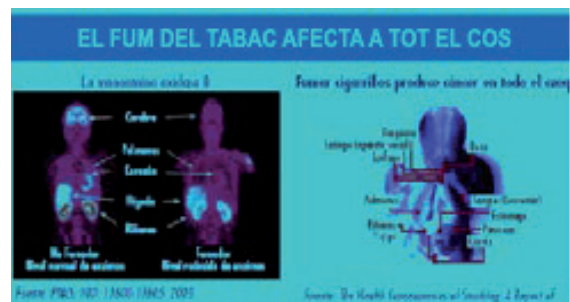
1. INTRODUCCIÓ

Els diversos tipus de drogues que existeixen tenen diferents efectes sobre el nostre sistema nerviós: unes són excitants i d'altres, depressores; unes ens acceleren el funcionament mental, amb el risc d'augmentar els errors, i d'altres l'alenteixen o distorsionen; algunes creen una sensació d'eufòria; d'altres produeixen al·lucinacions o canvis en la percepció de la realitat.

Totes elles provoquen modificacions en el funcionament normal del sistema nerviós humà, i això comporta, en la majoria dels casos, una disminució de les capacitats. Però també trobem efectes sobre el nostre organisme i sobre les funcions corporals.

Aquests en són els efectes immediats:

- El **tabac** produeix una disminució de la capacitat pulmonar, disminució del rendiment esportiu, disminució dels sentits del gust i l'olfacte, mal alè i mala olor corporal, color groguenc de dits i dents (també més infeccions i càries), i tos i expectoracions, sobretot matutines.



- Els efectes principals de l'**alcohol** varien segons la concentració a la sang, i poden arribar, en els casos més greus, a un coma etílic i fins i tot a la mort per inhibició dels centres respiratoris.

- El **cànnabis** produeix un augment de la gana, boca seca, ulls brillants i vermellosos, taquicàrdia i hipertensió, sudoració, somnolència i descoordinació de moviments.



Obra Social
Fundació "la Caixa"

QUÈ LI PASSA AL NOSTRE COS?

(document per a l'alumnat)

- La **cocaïna** produeix inhibició de la gana, així com altres efectes fisiològics: taquicàrdia, sudoració, increment de la tensió arterial, contracció dels vasos sanguinis, augment de la temperatura corporal i dilatació de les pupil·les.
- L'**heroïna** disminueix el dolor, però també produeix nàusees i vòmits, inhibeix la gana i produeix depressió respiratòria.
- L'**èxtasi** produeix taquicàrdia, arítmia i hipertensió, boca seca, sudoració, deshidratació, calfreds, nàusees, contracció de la mandíbula, tremolors i augment de la temperatura corporal.
- L'**LSD** també produeix hipertèrmia i hipotensió, taquicàrdia i descoordinació motora.

Aquests en són els efectes a llarg termini:

- El **tabac** causa enormes perjudicis sobre el sistema respiratori i circulatori (infart de miocardi i accidents cerebrovasculars). És causa d'una gran varietat de càncers. No tan sols de pulmó, sinó també de laringe, esòfag, ronyó, bufeta, etc. A més, pot provocar impotència sexual en l'home.
- L'**alcohol** provoca grans danys en el tub digestiu, fetge i pàncrees, cardiopaties, impotència sexual i, en fase avançada, demència alcohòlica.
- El **cànnabis** s'associa a trastorns de la memòria, la concentració i l'aprenentatge. A aquests efectes s'hi ha de sumar el risc inherent a fumar-lo en associació amb el tabac.
- La **cocaïna** provoca, a més d'una gran dependència i importants trastorns neurològics i psiquiàtrics, la perforació del septe nasal, patologies respiratòries, un elevat risc d'infart de miocardi i d'accident cerebral, trastorns d'inapetència sexual, impotència, alteracions menstruals i infertilitat.
- L'**heroïna** provoca trastorns digestius i aprimament, així com la inhibició de l'impuls sexual. També, tot tipus d'infeccions relacionades amb les condicions higièniques amb què es consumeix, a més de venes col·lapsades i abscessos cutanis. També s'associa amb artritis i altres problemes reumàtics.
- L'**èxtasi** pot comportar hipertèrmia de greus conseqüències, deshidratació, insuficiència renal i hepàtica, hemorràgies i infart. Provoca també trastorns del somni, atacs de pànic i agressivitat.
- L'**LSD** pot provocar reaccions psicòtiques i de pànic, el que popularment es coneix com "un mal viatge", amb el risc de suïcidi, i també flashbacks: la reparició d'al·lucinacions sense consumir-ne.



QUÈ LI PASSA AL NOSTRE COS?

(document per a l'alumnat)

2. TALLER DE REFLEXIÓ

Analitzeu els MITES següents i justifiqueu, des d'un vessant científic i tenint en compte que estem treballant el tema **Què li passa al nostre cos?** , si s'ajusten o no a la realitat:

- 1) "Els cigarrets baixos en nicotina no fan mal, no són cancerígens"

- 2) "Si deixes de fumar, sempre t'engreixes"

- 3) "Beure alcohol només els caps de setmana no produeix danys en l'organisme"

- 4) "El consum d'alcohol escalfa i combat el fred"



Obra Social
Fundació "la Caixa"

QUÈ LI PASSA AL NOSTRE COS?

(document per a l'alumnat)

5) "L'alcohol és bo per al cor"

6) "El cànnabis és un producte inofensiu per a la salut, ja que és natural. És una droga ecològica, és la substància de la pau i la relaxació"

7) "Fumar cànnabis és menys perjudicial que fumar tabac"

8) "La cocaïna és una droga menys perillosa que altres substàncies"



Obra Social
Fundació "la Caixa"

QUÈ LI PASSA AL NOSTRE COS?

(document per a l'alumnat)

3. PREGUNTES PER FER AL DR. RAFAEL MALDONADO

Una vegada analitzats els mites i després que s'hagi generat un debat entre vosaltres, plantegeu 5 preguntes o més que faríeu al Dr. Rafael Maldonado (recordeu que té un enfocament científic i que el Dr. Maldonado és expert en neurobiologia de l'addicció):

1)

2)

3)

4)

5)



Obra Social
Fundació "la Caixa"