

## JÓVENES Y ALCOHOL

### Sesión 1

Para empezar:

¿Cuál crees que es la media de edad a la que empiezan a beber los jóvenes españoles?

¿Cuáles crees que son las razones por las que algunas personas consumen alcohol? Elabora una lista.

¿Se os ocurre algún riesgo relacionado con el consumo de alcohol?

“Beber es algo normal” o “Yo controlo” son algunas frases que los jóvenes dicen cuando están bebiendo. ¿A qué crees que se refieren? ¿Conoces alguna otra frase parecida?

## Sesión nº 2. Algunas razones para beber.

Letra de la canción “Whisky barato”, de Fito & Fitipaldis

Cuando ya no sirven las palabras  
Cundo se ha rajado la ilusión  
Me emborracho con whisky barato  
A ver si me escuece el corazón

Quiero ser tan duro como el hierro  
Pero me derrito con tu olor  
Quise hacer un cielo en el infierno  
A ver si acertaba por error

Ya no queda nada entre tú y yo  
Ya no queda nada entre los dos  
Ya no queda nada entre tú y yo  
Ya no queda nada entre los dos

Ya no queda nada entre tú y yo  
Ya no queda nada entre los dos

Cada cual que siga su camino  
Cada cual que baile su canción  
Tú destino, dicen, ya está escrito  
El mío tengo que escribirlo yo

Y de tu cariño, de tu amor, de tu alegría  
De tu calor, de vida mía, de te quiero tanto  
Al final, lo único que me quedó  
Es la canción que estoy cantando

Ya no queda nada entre tú y yo  
Ya no queda nada entre los dos

1. ¿Qué le ha ocurrido al yo poético de la canción “Whisky barato”?
2. ¿Crees que se encuentra en un momento bueno o malo en su vida? Busca palabras que pongan de manifiesto ese aspecto positivo o negativo.
3. ¿Para qué utiliza el whisky barato? ¿Crees que es una buena idea en un momento como este?
4. En el siguiente gráfico se muestran algunas de las principales razones por las cuales las personas beben alcohol (de forma porcentual).
  - a) De forma general, ¿cuál es la principal razón? ¿Qué porcentaje de hombres beben por la razón de la canción de Fito & Fitipaldis?
  - b) Elabora una lista (de mayor porcentaje a menor) con las principales razones por las cuales los jóvenes de 15 a 24 años consumen alcohol. ¿Piensas que esta realidad también está presente en tu contexto social más cercano?

	15-64 años			15-24 años			25-34 años			35-44 años			45-54 años			55-64 años		
	T	H	M	T	H	M	T	H	M	T	H	M	T	H	M	T	H	M
Le gusta cómo se siente después de beber	25,2	30,5	19,8	24,5	27,5	21,3	26,2	31,5	20,9	26,6	31,4	21,7	25,4	31,5	19,4	23,0	30,0	16,2
Es divertido y anima las fiestas	43,3	45,9	40,7	57,4	59,6	55,0	51,0	56,4	45,6	44,6	46,8	42,4	37,8	38,6	37,1	31,3	33,9	28,7
Sólo por emborracharse	1,5	2,0	1,0	3,3	4,1	2,5	2,0	2,4	1,6	1,2	2,0	0,5	1,2	1,9	0,6	0,5	0,5	0,4
Por encajar en un grupo o no sentirse excluido	13,4	13,9	12,9	18,7	19,2	18,3	13,9	15,3	12,4	12,8	13,5	12,1	12,5	11,6	13,4	11,0	12,0	10,1
Le ayuda a olvidarse de todo	2,6	3,1	2,0	2,6	2,6	2,6	2,6	2,9	2,2	2,4	3,0	1,8	3,0	3,6	2,3	2,2	3,2	1,2
Cree que es saludable o forma parte de una alimentación equilibrada	11,4	13,3	9,5	2,3	2,4	2,2	6,4	7,8	5,1	10,5	11,8	9,1	14,5	16,9	12,1	19,9	24,0	15,9

### Sesión nº 3. Leemos un artículo de prensa

## Los jóvenes españoles comienzan a beber alcohol cada vez más temprano, la media está ahora en los 13 años

Fuente: [https://www.antena3.com/noticias/sociedad/jovenes-espanoles-comienzan-beber-alcohol-cada-vez-mas-temprano-media-esta-ahora-13-anos\\_2023081164d6078351e7e10001f79e19.html](https://www.antena3.com/noticias/sociedad/jovenes-espanoles-comienzan-beber-alcohol-cada-vez-mas-temprano-media-esta-ahora-13-anos_2023081164d6078351e7e10001f79e19.html)

Según los datos del Plan Nacional de Drogas, el consumo de alcohol de los jóvenes es frecuente. La edad media a la que se empieza a consumir alcohol ha llegado a los 13 años en España, algo que conlleva consecuencias graves para los adolescentes y sus entornos.

Los 13 años es la edad media de consumo de alcohol entre los jóvenes. Entre los 14 y los 18 años, se estima que al menos 7 de cada 10 ha consumido alcohol en algún momento y más de la mitad de ellos, lo ha hecho en cantidades considerables.

El alcohol está presente en las actividades de ocio y entretenimiento entre los jóvenes, por eso es habitual que se inicien en el consumo de alcohol o de alguna sustancia **estupefaciente** en los periodos vacacionales, como por ejemplo el verano. Disponer de más tiempo libre, hacer nuevos amigos y acudir a diversos festejos, aumentan las probabilidades de consumir bebidas alcohólicas. 6 de cada 10 adolescentes confirma haberse **emborrachado** alguna vez en su vida y 1 de cada 3 afirma haberlo hecho en los últimos 30 días.

Hay diferencias entre el consumo de alcohol por sexos, ya que son las chicas quienes, según los datos, se emborrachan más que los chicos, pero son estos quienes beben más. En cualquier caso, los motivos por los que justifican el consumo de alcohol son variados: según los datos publicados por el Ministerio de Sanidad, el 71% de los jóvenes declara que consume alcohol por su sabor, el 63% dice que es por diversión y un 15% dice que lo hace para sentir nuevas emociones. Pero no todos los adolescentes consumen alcohol por actividades o motivos lúdicos, el 15% dice que lo hace para olvidar algún tipo de problema, mientras que el 14,6% asegura que es para superar la timidez.

### Los jóvenes no creen en los efectos **adversos**

Son muchos los jóvenes que consideran que el consumo de 5 copas en un día una vez por semana, no tiene efectos adversos para la salud de quien lo consume, pero lo cierto es que sí. Sí hay efectos adversos:

El primero de los efectos es que comenzar con el consumo de alcohol a una edad temprana puede generar dependencia una vez se llega a la edad adulta.

Produce también problemas de salud a nivel físico, psíquico y social, ya que las capacidades de los jóvenes no han terminado de desarrollarse en esas edades. El consumo habitual de bebidas alcohólicas disminuye la atención además de aumentar el tiempo de reacción y hace que sea mucho más difícil tener la capacidad para la toma de decisiones. Estudios científicos han podido demostrar que existe una relación entre el consumo de alcohol con los daños cerebrales entre los jóvenes.

También provoca que se produzcan actitudes violentas, **alteraciones** en las relaciones familiares y sociales y pueden ser motivo de embarazos no deseados o de contraer alguna ITS (Infección de Transmisión Sexual).

### **Los peligros del 'binge drinking'**

Se trata de una práctica en la que el consumo de alcohol se produce en '**atación**', es decir, en un periodo de tiempo muy corto. Cuatro de cada seis estudiantes de edades comprendidas entre los 14 y 18 años, admite consumir 5 o más bebidas en un intervalo máximo de dos horas. La práctica del 'binge drinking' es la responsable de la mayoría de las borracheras e incluso comas etílicos que se producen en estos rangos de edad y es una actividad que no para de aumentar en España.

El 99,8% de los jóvenes que ha bebido en los últimos 30 días, lo ha hecho durante los fines de semana, mientras que poco más del 39% de reconoce hacerlo en días laborales. El 23% admite hacerlo todos los fines de semana.

### **Prevención**

Una forma de prevención puede ser la creación de "espacios seguros" dentro de los hogares y núcleos familiares, en los que se trabaje una buena comunicación y los jóvenes sean capaces de expresarse sin que sean juzgados. Además, se recomienda que en estas conversaciones haya un refuerzo de la autonomía y la autoestima de los jóvenes.

1. Busca en el diccionario las palabras indicadas en negrita y subrayadas del texto.
2. Elabora un esquema (en pareja) en el que indiques los principales motivos para el consumo de alcohol en los jóvenes, los efectos adversos (incluyendo el binge drinking) y las formas de prevención.
3. La prevención es uno de los apartados más breves del texto. ¿Puedes pensar alguna otra idea para prevenir el consumo de alcohol en jóvenes, o al menos reducir los efectos adversos?

Sesión nº 4. Analizamos carteles.

**¡BEBE ALCOHOL CADA DIA Y ENTRA EN EL SORTEO!**

TU LOGO

- Cerebro**  
Demencia, daños cerebrales, depresión, ansiedad.
- Boca y garganta**  
Cáncer de boca, garganta, laringe y esófago.
- Corazón**  
Hipertensión y riesgo de infarto.
- Senos**  
Cáncer de mama.
- Hígado**  
Hígado graso, hepatitis, cirrosis y cáncer de hígado.
- Sistema digestivo**  
Gastritis, úlceras de estómago y cáncer de estómago e intestino.
- Sistema reproductor**  
Impotencia temporal y reducción de la fertilidad.

**NO JUEGUES A LA LOTERÍA DEL ALCOHOL**

**EL TRATAMIENTO PUEDE AYUDAR**  
Ponte en contacto con tu médico o llama a una línea de atención telefónica para pedir ayuda.

**No al alcohol**  
[www.yourwebhere.com](http://www.yourwebhere.com)

El 68,2% de los menores de edad ha consumido alcohol en el último mes.  
Su consumo continuado interfiere en el desarrollo de su Sistema Nervioso Central.

Pero tranquilo,  
**tu hijo**  
seguro que no  
**bebe**  
¿verdad?

QR

MENORES SIN ALCOHOL  
EDUCAR - INFORMAR - PREVENIR

**¡QUE EL ALCOHOL NO TE INUNDE EL CEREBRO!**

15 día noviembre  
**SIN alcohol**

**Juegos Talleres Campaña Dinámicas Prevención**

**Del 11 al 15 de noviembre '19**

**I.E.S. Castilblanco**

Ayto. de Castilblanco de los Arroyos  
Área de Juventud y Deportes

Centro Juvenil "ANTONIO VENTERA"  
Ayto. de Castilblanco de los Arroyos  
Colaboración de juventud

INSTITUTO SEVILLANO DE ACCIÓN

1. ¿Cuál es el sorteo al que hace referencia el primer cartel? ¿Cuál es la forma de entrar en este sorteo?

2. ¿Quién ha creado el segundo cartel con el lema "¿Qué el alcohol no te inunde el cerebro!"? ¿Cómo muestran esto de forma visual? Si tuvieras que crear un cartel sobre unas jornadas para prevenir el alcoholismo en tu IES, ¿qué elemento incluirías?

3. Observa el tercer cartel:

a) ¿A quién crees que va dirigido? ¿Por qué?

b) ¿A qué importantes datos hace referencia el cartel?

c) Este cartel generó una gran polémica en el momento que se creó, ¿a qué crees que pudo deberse? Debatid en grupo toda la clase.

## **Sesión nº 5. Creamos un boceto.**

El alumnado debe realizar en parejas o pequeños grupos un boceto rápido con alguna idea para crear un cartel en contra del alcoholismo. Debe tener en cuenta los datos que quiere incluir en dicho cartel, el tipo de dibujo, algún eslogan, etc.

Materiales necesarios: folios blancos, lápiz y borrador.

Se pretende que así organicen las ideas y pongan en marcha su creatividad, no que presenten una obra acabada.