



**COLEGIO PABLO GARRIDO VARGAS**  
*Formando líderes sin distinción*

**GUÍA DE APRENDIZAJE**  
**“CIENCIAS NATURALES”**

NOMBRE:		FECHA: Semana 21 23 al 28 de agosto 2020.	CURSO: Octavo Año Básico.
OA5: Explicar, basados en evidencias, la interacción de sistemas del cuerpo humano, organizados por estructuras especializadas que contribuyen a su equilibrio, considerando: La digestión de los alimentos por medio de la acción de enzimas digestivas y su absorción o paso a la sangre. El rol del sistema circulatorio en el transporte de sustancias como nutrientes, gases, desechos metabólicos y anticuerpos, el proceso de ventilación pulmonar e intercambio gaseoso a nivel alveolar. El rol del sistema excretor en relación con la filtración de la sangre, la regulación de la cantidad de agua en el cuerpo y la eliminación de desechos. La prevención de enfermedades debido al consumo excesivo de sustancias como tabaco, alcohol, grasas y sodio, se relacionan con estos sistemas.	Unidad 2	Habilidades a desarrollar:	Explicar, comprender, analizar.
	Nutrición y Salud		
Objetivo de clase:			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Investigar las consecuencias del consumo de sustancias dañinas para el organismo</li> </ul>			
Indicadores de Evaluación:			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Investigan las consecuencias del consumo excesivo de sustancias como tabaco, alcohol, grasas y sodio en procesos digestivos, circulatorios, respiratorios y excretores del cuerpo humano.</li> </ul>			
Instrucciones de la Actividad:			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Lee y responde cada una de las preguntas que aparecen en tu guía</li> <li>Te puedes apoyar con la clase online que aprendiste con tu profesor</li> <li>Analiza, recorta y pega en tu cuaderno la información entregada</li> <li>Envía las respuestas finales a tu profesor a través del correo electrónico</li> </ul>			
Sitio web recomendado: <a href="http://www.eligenofumar.cl/wp-content/uploads/2015/04/ACTIVIDADES-ANTI-CONSUMO-DE-TABACO-8%C2%BA.pdf">http://www.eligenofumar.cl/wp-content/uploads/2015/04/ACTIVIDADES-ANTI-CONSUMO-DE-TABACO-8%C2%BA.pdf</a> <a href="https://mx.smsavia.com/demos/secundaria/biologia/ldvisor_s1_bio/index.html#/pag/0">https://mx.smsavia.com/demos/secundaria/biologia/ldvisor_s1_bio/index.html#/pag/0</a>			
Docente: Edgardo Martínez Hidalgo.	Correo: edgardo.martinez@colegio- pablogarrido.cl	Horario de Consultas: 10:30 a 11:30 horas.	

1.- Lee, analiza, observa y desarrolla:

**1. ¿QUÉ ES EL TABACO?**

El tabaco proviene de una planta tropical originaria de América del género de las solánaceas (*Nicotiana tabacum*), planta que posee un alto contenido de un alcaloide llamado nicotina responsable de provocar adicción debido a sus efectos sobre el sistema nervioso (OPS, 2002).

El humo del cigarrillo contiene más de 4.000 sustancias químicas dañinas, las que al ser consumidas en altas dosis provocarían la muerte inmediatamente, pero que al ser inhaladas en pequeñas dosis va deteriorando poco a poco el funcionamiento del organismo. Dentro de estas sustancias podemos encontrar más de 50 que causan cáncer y muchos otros tóxicos (López et al., 2009).

**2. COMPONENTES DEL TABACO**

Son muchos sus componentes y los que resultan más tóxicos para las personas son la nicotina, el monóxido de carbono (CO), los alquitranes, el óxido nitroso (N<sub>2</sub>O), el ácido cianhídrico, las acroleínas, los fenoles, el ácido fórmico, el formaldehído, el arsénico, el cadmio, el níquel, el amoníaco y la acetona (López et al., 2009).

## ¿QUÉ CONTIENE UN CIGARRILLO?



## 12 Razones para dejar de fumar



**1** Fumar mata. Se relaciona con 7 millones de muertes al año en el mundo.



**3** Mejorar síntomas como tos o fatiga al realizar actividades



**5** Cuidar la piel. El tabaquismo acelera el envejecimiento prematuro de la piel.



**8** Evitar enfermedades en personas cercanas (tabaquismo pasivo).



**9** Dependencia de la nicotina, ya que es adictiva.



**6** Presiones familiares o laborales. Cada vez es más complicado fumar en sitios públicos.



**9** Practicar deporte con menos esfuerzo



**12** Los residuos del tabaco son la mayor fuente de desechos en las calles.



**2** Prevenir enfermedades, en especial las cardiovasculares.



**4** Ahorrar dinero. Tu bolsillo te lo agradecerá.



**7** Dar ejemplos a los hijos. Los padres son los principales referentes de comportamiento.



**10** Higiene bucodental. El tabaco causa problemas en dientes y encías.



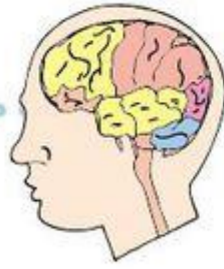
Recuerda que si necesitas ayuda para dejar de fumar puedes consultar a tu médico o farmacéutico.

## Consecuencias del alcoholismo



### FÍSICAS

- Coma etílico
- Trastornos cardiovasculares
- Polineuritis
- Cirrosis
- Hepatitis
- Pancreatitis
- Cáncer de estómago
- Cáncer de garganta
- Cáncer de laringe
- Úlcera de estómago
- Impotencia- Frigidez
- Síndrome de alcoholismo fetal
- Envejecimiento prematuro



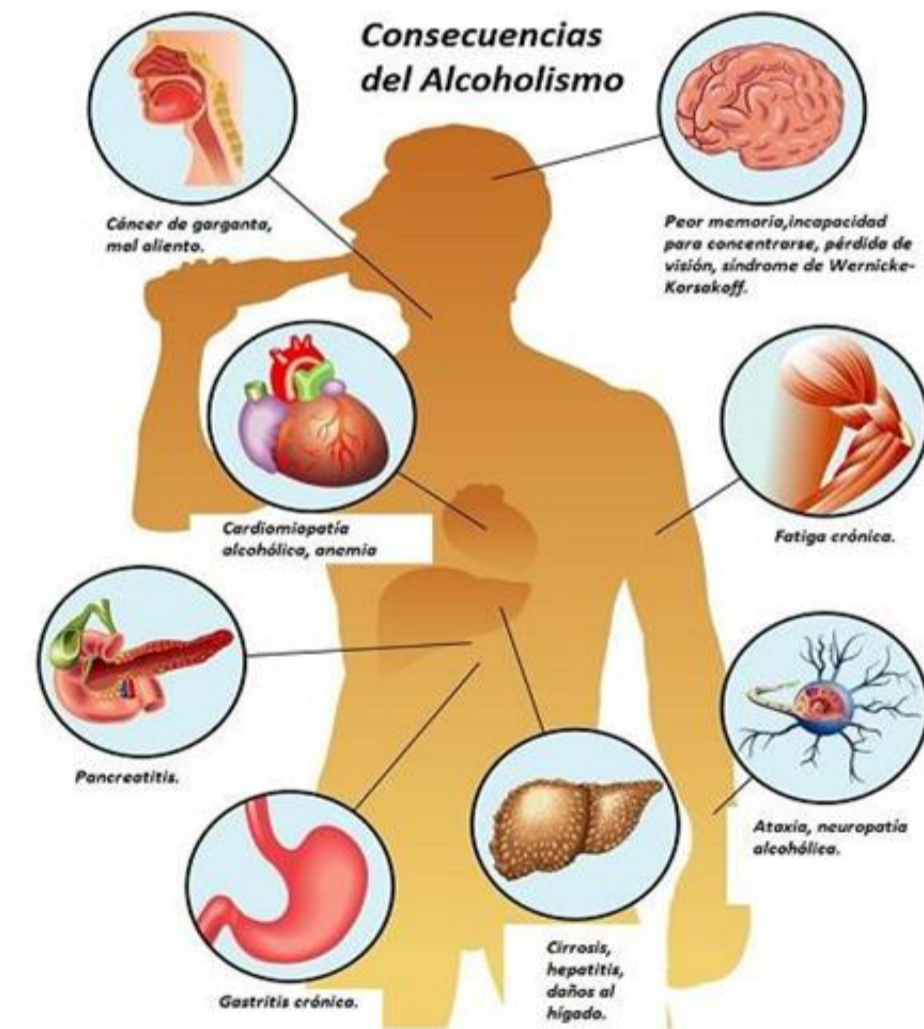
### PSÍQUICAS

- Amnesias
- Depresiones
- Epilepsia
- Delirium tremens
- Esquizofrenias
- Psicosis
- Alteración severa de la memoria
- Demencia alcohólica
- Suicidio



### SOCIALES

- Rechazo
- Despidos
- Soledad
- Ruina económica
- Falta de higiene
- Violencia
- Cárcel
- Separaciones
- Accidentes
- Maltratos
- Gastos sanitarios



### Ticket de salida

- ¿Por qué crees tú que es importante no consumir sustancias nocivas para el organismo?

- Señala una apreciación u opinión sobre la clase