



**COLEGIO TECNOLÓGICO PULMAHUE**  
**PROFESORA ELIZABETH RIOS POLANCO**  
**HORARIO: 10:00 AM a 11:00 AM**  
**CORREO: elizarios2909@gmail.com**  
**GUÍA DE TRABAJO N°7 Cs .Naturales SEMANA 29 AL 03 JULIO.**

**ESTIMADOS PADRES y/o APODERADOS.**

Envío a ustedes objetivos y contenidos que trabajarán durante esta suspensión de clase, así como también las orientaciones para ejecutar las actividades de Ciencias Naturales de 4. BÁSICO.

**OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:** Distinguir los efectos del alcohol en el sistema nervioso.

## El alcohol y su efecto en el sistema nervioso

El consumo excesivo de bebidas alcohólicas afecta al sistema nervioso, provocando la descoordinación y la demora en la capacidad de reaccionar y responder ante los estímulos.

Que el alcohol afecte al sistema nervioso central quiere decir que nuestro estado físico también se verá afectado. Beber demasiado alcohol puede provocar que nuestro aspecto físico y nuestra apariencia cambien gradualmente. De entre los efectos nocivos del alcohol



en el sistema nervioso, destacamos los siguientes: Afecta a las emociones (cambios drásticos de humor) y a la facultad del habla. Altera la acción de los neurotransmisores, con lo que se produce una disminución de la alerta, retardo de reflejos, cambios en la visión, temblores, etc.

# Factores de riesgo y medidas de prevención del consumo de alcohol

---

Existen una serie de factores de riesgo que influyen para que una persona desarrolle una adicción al alcohol. Los más importantes son:

- Los factores psicológicos: Las emociones negativas como la ansiedad, la tristeza, la soledad, la baja autoestima o la ira muchas veces se encuentran en el origen y mantenimiento de esta enfermedad, ya que el paciente utiliza el alcohol para huir de ellas.
- Las relaciones sociales: Las malas relaciones con la pareja o la familia, los problemas económicos, la presión de los amigos para que beba, etcétera, pueden actuar también como precipitantes o mantenedores de la dependencia alcohólica.

Estos factores pueden ser características que ayuden a prevenir el consumo de alcohol en nuestro entorno familiar.

- Informar a toda la familia sobre las consecuencias reales del alcohol.
- Promueve actividades recreativas saludables
- Mantén activas y abiertas constantemente las líneas de comunicación.

## ACTIVIDAD

Desarrollar las páginas 52 al 57 del texto escolar.

Ante cualquier duda comunicarse a través del correo: [elizarios2909@gmail.com](mailto:elizarios2909@gmail.com).  
Esperando estén bien. Cuídense